

2020 體育教學實驗

學校體育課程與教學QPE發展計畫



教學實驗方式與配合事項



主辦單位：教育部體育署



承辦單位：國立臺灣師範大學體育學系



1

2020
體育教學實驗
學校體育課程與教學QPE發展計畫

工作要項



進行教學實驗

- ☺ 選擇2類教材 (球類、非球類) 於服務學校進行教學實驗。
- ☺ 至個人雲端資料夾回傳成果 (教學實驗後之兩類教材擇一上傳即可)
 - ☺ 教學實驗教案及心得: 1份
 - ☺ 學習活動示範短片: 2則
 - ☺ 活動照片原始檔

本計畫支應參與活動之
差旅費、代課費用

參加相關活動

- ☺ 出席說明會議暨共備工作坊 (改為線上課程)。
- ☺ 參與增能活動 (工作坊I、工作坊II、共備會議)。
- ☺ 出席回流會議。
- ☺ 出席成果發表會。

無法出席請主動告知!

序號	活動名稱	日期	地點
1	計畫說明會議暨共備工作坊 (改為線上課程)	109.02.05(三)	因應新冠肺炎疫情，改為線上課程。
		109.02.07(五)	
2	增能工作坊I	109.03.06(五) 109.03.07(六)	國立臺灣師範大學 (因疫情相關政策規定，將由原定龍門國中改至臺灣師大辦理)
		109.03.11(三) 109.03.12(四)	國立臺中教育大學
		109.03.14(六) 109.03.15(日)	國立中山大學 (因疫情相關政策規定，將由原定長榮大學改至國立中山大學辦理)
3	增能工作坊II	109.03.27(五)	因應新冠肺炎疫情，改為線上課程。
4	回流會議	109.05.21(四)	因應新冠肺炎疫情，預計將改為線上會議。並延至六月底辦理，將再另行通知。
		109.05.29(五)	
5	成果發表會	109.08.19(三)	國立臺灣師範大學



配合事項-1



- 教學實驗教案及心得：1份
- 學習活動示範短片：2則
- 活動照片原始檔



教學實驗教案及心得-1



教學實驗記錄（說明案例）

壹、教學實驗基本資訊

教學實驗教師姓名 (服務單位)	○○○ (○○○學校)
是否願意上傳 教材資源網	<input type="checkbox"/> 願意，同意將此檔案之相關資料上傳體育教材資源網，供其他教師參考 (日後若有任何疑慮可通知網站管理員移除相關資料) <input type="checkbox"/> 不願意，此份資料僅供研發團隊精緻化教材之使用。
試教學生學習階段 與年級	第 學習階段(年級)
試教教案代碼	
學生先備經驗	根據過去的觀察，學生在排球的課程中.....

請簡述您的學生在相關教材的學習經驗，包含：原有的程度、學習的態度...



教學實驗教案及心得-2



第四學習階段教學示例：排球玩很大 (教案代碼 Ha-IV)

領域/科目	健康與體育領域	設計者	陳大宇
實施年級	第四學習階段 (八年級)	總節數	2 節
單元名稱	排球玩很大		
學習重點	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	領綱 核心 素養	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。

可將所使用之教案原始檔貼上!

課程大綱	節次	每節重點	試教節次
	1	節奏 I：同心協力 (低手傳接球團隊喊聲)	
2	空間概念 I：攻城掠地 (低手傳接球距離、高度、方向)		
3	空間概念 II：薪火相傳 高手傳接球距離、高度、方向		V
4	節奏 II：神來一手 (高低手傳接球結合運用、團隊喊聲)		V
5	空間概念 III：喜從天降 (低手發球、肩上發球之高度、位置)		
6	團隊合作 I：致命一球 (戰術與策略)		
7	團隊合作 II：黃金傳奇 (素養導向)		
8	節奏 III：毆無敵 (扣球與封網)		
9	團隊合作 III：排球比一比 (素養導向)		


僅需勾選並呈現您所試教的節次!





教學實驗教案及心得-3



教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養
<p>本節重點：【我是不倒翁】</p> <p>一、熱身(10mins)</p> <p>二、小組競賽(16mins)</p> <p>(一) 全場籃球場擺設三組以圓盤圍成的圈。(如圖所示)</p> <p>(二) 圈中站立進攻方三人負責接球(將背帶綁於手腕上以示區別)，不可離開位置。</p> <p>(三) 場中進攻4位 V.S. 防守7位。</p> <p>(四) 進攻將球傳給圈內的隊友並接住，即得1分。</p> <p>(五) 4分鐘之後攻守交換。(球落地不進行攻守交換，善用橄欖球的不規則彈跳，哪一方先拿到，就地變成進攻者)</p> 	<p>突破 架， (3c-V 同角 每 C2, 4d</p> <p>以低成就同學為中心，在傳接球時產出最適當的方法避免失誤。(2c-V-2, 4d-V-1)</p> <p>學生雲霄車流幅的進</p>

字型請使用標楷體及 Times New Roman，修改處建請使用藍色標註。



教學實驗教案及心得-4



參、教學實施自我檢核及教學省思

素養導向教學自我檢核指標				
符合程度				指標項目與內含
符合	V			未安排 整合知識技能與態度 (不僅教知識也要教技能與情意)
符合	V			未安排 情境化脈絡化的學習 (不僅教結果也重視學習的歷程)
符合	V			未安排 學習歷程、方法與策略 (不僅教抽象知識更重視情境學習)
符合			V	未安排 實踐力行的表現 (不僅要在學校中，更要能落實於日常生活)

試教成果與教學提醒

因敝校校地小，運動場地有限，每位體育老師每學期各球類運動固定兩週、游泳三週，其他課程各一週，行之有年的場地輪流使用機制，加上每項運動都有既定的上課進度，起初在規劃實驗教案的操作時間時，的確有些困難。所幸在不影響進度的狀態下，順利完成三節課程。

第一節的「只傳不運」課程是本身籃球課既定的課程之一，在抽掉「運球」技能，以及不能隨心所欲地想投籃就投籃的狀況下，迫使學生開始去思考籃球是為一種團隊合作的活動，除了自己本身的高超技能外，團隊如何組織進攻才能得分。一開始操作時，學生難免會不習慣而不自覺地運球，從旁觀察與提醒的時機很重要。

教材設計方面，基本上讓三節課皆能有所連貫，以利於下堂課能更順利進行。在戰術策略、跑位方面亦是將觀念慢慢堆疊上去，逐步建立陣地攻守課程應該要有的認知與技能。

教具使用方面，使用橄欖球時，稍稍修改了方法，讓球落地後不進行攻守交換，一來考量比賽節奏不要太常因為球未接好而頻繁進行交換動作，二來也增加一些適度身體衝撞、搶奪的概念，讓學生更能貼近真實比賽時可能會發生的情境與狀況。此部分需再三強調安全問題。活動中也發現，善用橄欖球落地後的不規則彈跳特性，讓比賽更增添了一點樂趣，從中其實也多少訓練了學生的反應能力和敏捷性。





律、附件(實施成效彙整,如教學過程中所發現的注意事項、個人心得與反思、學生作業和學習單—挑選代表性的呈現等)

【學生回饋單】

說明:課程結束後,讓同學發表回饋參與經驗,做為日後修正教學之參考建議。

同學你好!我是...這堂課的體育老師,你在這堂課中學習了哪些新的體育知識,或是參與了哪些有趣的體育活動?請你在這堂課後,寫下你的想法,老師會很樂意聽取你的意見!

你印象最深刻的活動是什麼?(不限項目,請具體說明,也可以附圖畫!) 目標

那天上課的場次是: 第 1 次

為什麼? 因為上課很有趣,透過了許多有趣的體育活動,不僅能鍛煉體魄,還能交到許多好朋友,這真是一堂非常精彩的課!

同學你好!我是...這堂課的體育老師,你在這堂課中學習了哪些新的體育知識,或是參與了哪些有趣的體育活動?請你在這堂課後,寫下你的想法,老師會很樂意聽取你的意見!

你印象最深刻的活動是什麼?(不限項目,請具體說明,也可以附圖畫!) 目標

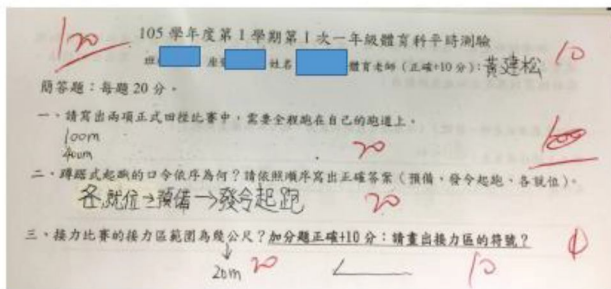
那天上課的場次是: 全班進行

為什麼? 因為上課很有趣,透過了許多有趣的體育活動,不僅能鍛煉體魄,還能交到許多好朋友,這真是一堂非常精彩的課!

學習單、回饋單、測驗卷等等

【學生平時測驗卷】

說明:課程結束後,將規則及知識問題結合平時測驗卷,採開放式的作答方式。



學習活動示範短片

教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素 呼應說明
<p>本節重點:薪火相傳—高手傳接球(托球)</p> <p>人數:30人。 器材:排球場、哨子、排球15顆、碼錶。</p> <p>◎準備活動(12分) 一、器材準備、場地規劃。 二、暖身集合點名。 三、提示今日課程內容。</p> <p>◎發展活動(30分) 一、二人世界(複習高手傳接球)(有影片) (一)個人高手傳接球動作(不拿球),弓箭步或與肩同寬,聽哨音一雙手屈肘置於額頭前方「御飯糰」(八字)、二手伸臂向上,10組。 (二)二人世界 I:四排隊型,前後二人一組面對面,一人站立扶球一人坐著送球動作,同上步驟,10次後交換(同質性分組男生 VS 男生、女生 VS 女生)。 (三)二人世界 II:同上步驟,站立者退後,送球者聽到哨音自拋後高手傳球出去給站立者;站立者接球後把球滾回給坐地者。 (四)二人世界 III:同上組別二人一組,隊型改成二排隊型,一人拋球一人高手托球給拋球者接住,先組距離1分鐘交換,再長距離1分鐘交換。</p>	<p>若有拍攝活動影片,請於教案標記</p> <p>另外以此活動命名檔案上傳雲端</p>

第 3 節



研發小組會將短片彙整於教案，使其更容易被理解

教學活動內容及實施方式

本節重點：完成一迴旋併腿跳動作。
器材：跳繩。

一、前導活動 (10分)

- (一)安全注意事項提醒。
- (二)排隊：讓學生取適當距離成體操隊形。
- (三)動態節奏熱身：
 1. 操作方式：老師先講解及示範動作。
 2. 動作內容：拍手、手腕腳踝關節活動、併腿跳、前踏跳、後踏跳、開合跳。



二、主要活動 (23分)

- (一)動作說明與練習
 1. 單邊側空迴旋：嘗試不同手臂旋轉半徑的差別，引導學生怎麼甩才能一直連續迴旋並且較流暢、省力？（為連續一迴旋的甩繩動作奠基，解決因繞大臂而無法連續一迴旋的問題。）
 2. 預備動作：雙腳站立，雙手握跳繩握把將跳繩拉於腳後，手臂彎曲微向上提。
 3. 雙腳抵繩：先做預備動作，再將跳繩向前甩動，同時勾起雙腳腳尖抵住跳繩，接著抬起脚跟回到預備動作。



透過體驗與跳躍的生能更順旋動作(2d-I-2)。



第5節

體育教學實驗

學校體育課程與教學QPE發展計畫

活動照片原始檔



教學活動內容及實施方式	學習重點暨核心素養呼應說明
<p>本節重點:進攻 IV-快速傳導與切入</p> <p>準備:熱身做操、確認班級人數(5min)</p> <p>一、熱身活動-傳球鬼抓人(8min)</p> <p>將同學分成 ABCD4 組、A 組進攻隊穿背心，抓其餘 3 組學生(不穿背心)。拿到球的人持球碰觸對手則對手出局，可以運球或持球跑，只能傳球前進，可以抄球，但不能碰觸對手手上的球。被抓到的同學要進入復活區等待，每組進攻時間為一分鐘。</p> <p>*資料參考王信凱老師分享。</p>   <p>二、踩點 in & out(10min)</p>	<p>限制活動移動範圍，因此必須促進溝通讓得分更有</p>

體育教材資源網

在操作的過程發現到，老師花比較多的時間在提撥規則，與上一節課的運球活動一樣，老師都不是著重在學生的傳球問題。活動進行前需要再多花一些時間跟同學詳細講解規則。另外，針對三年級的學生，應該具備籃球的基本運球及傳球能力，如多數同學未具備基本能力而進行複雜的活動情境時，可能無法達到預定的傳球教學目標。

針對 Nigel Green 所提出的 STEPS 差異化教學策略，根據空間(space)、time(時間)、設備(equipment)、人數(people)、速度(speed)這六個特質，設計符合不同能力學生操作的活動，才能更有效地在堂課達到學習成效。尤其針對臺灣在體育課程單元的課課方式，每一週或是每週更換一個運動項目的方式，體育教師必須更有效率地運用時間，才能讓學生達到充分參與活動的時間，以達到學習成效。





檔案上傳



我的雲端硬碟 > 109年度教學實驗 > 1-陳信亨 老師 ▾

資料夾

- 2 活動照片
- 3 學習活動示範影片

檔案

1 1-陳信亨-教學實驗教案...

姓名	職稱	職別	職等	職系	職別	職等	職系
陳信亨	第一學級主任	專任	初等	體育	初等	初等	體育

1-陳信亨-教學實驗教案...



雲端資料夾檔案：

1. 教學實驗記錄表。
2. 活動照片原始檔。
3. 學習活動示範影片2則。



教學實驗的進行-1



Q: 要試教幾節課?

- 請在您相關進度的所有班級中執行!

說明:

1. 若您本學期的「排球課」共有2週 (計4節)
2. 請自「網牆性球類運動」教材挑選4節教案 (選擇符合原本進度或學生能力的教案)
3. 於某一個年級的所有班級中執行! (若同一年級共有5個班，則需試教20節)





教學實驗的進行-2



Q: 要試教到什麼程度? 需忠實呈現?

- 教學實驗目的：精進教學能力 & 精緻化教材！
- 嘗試學習活動→教學方法/結構→原始/修改的教案

說明:

1. 以漸進的方式來執行所選的**2類**教材
 - ① 教材層級：嘗試特定的學習活動
 - ② 教法層級：嘗試特定的方法，如:提問、討論
 - ③ 理念層級：嘗試特定的教學結構、模式
2. 選擇**1類**教材進行完整執行與紀錄，並回傳



15



教學實驗的進行-3



Q: 教案不適合學生的程度，怎麼辦?

- 選項一：選別的教材
- 選項二：回到「核心任務」挑選適合的程度執行



16

類別	表現類型運動－民俗性運動				
階段	入門階段 Link	導入階段 Introduction	發展階段 Development	中級階段 Intermediate	高級階段 advanced
核心任務	1. 能搭配節奏完成各項迴旋動作。	1. 可以完成各項的基本跳躍動作。 2. 可以配合基本節奏或音樂完成簡易的組合動作。	1. 可以完成個人手部與腳步基本變化的跳繩動作。 2. 能與他人同時配合基本節奏或音樂完成簡易的組合動作。 3. 能與他人合作，完成基本團體繩的動作。	1. 可以完成個人手部與腳步基本變化的跳繩動作。 2. 能與他人合作，完成進階團體繩的動作。 3. 能依照個人的能力重新編排動作。 4. 能依個別能力完成團體動作的編排與展演。	1. 能和團體一起創新或重組動作，並挑選適當的音樂編排一段表演。

表現類型運動－民俗性運動					
階段	第一階段	第二階段	第三階段	第四階段	第五階段
單元	跳跳「繩」童	趣味跳繩 迴旋大七逃	繩奇傑克好適能	繩乎旗技	跳繩嘉年華
課	1. 基礎跳躍練習與身體控制	1. 前後開跳真「繩」奇一二跳一迴旋雙腳併攏後跳	1. 雙人合作一二人一繩單側迴旋跳	1. 跳跳大富翁一轉身迴旋跳	1. 認識一團體花式跳繩
	2. 轉轉螺旋槳一體驗甩繩	2. 節拍轉換器一跳一迴旋二跳一迴旋	2. 雙人合作一轉身迴旋跳	2. 任務救援一兩臂交叉前後迴旋跳	2. 組合創作 I一交叉繩迴旋配合跳
	3. 兒時記憶最「繩」奇一身體控制、身體協調	3. 動茲動茲跳起來 PARTI一單腳跳、單腳停繩	3. 團體合作一長繩過山洞	3. 我是舞棍阿伯一蹲迴旋跳	3. 組合創作 II一複合繩迴旋配合跳

New
自行
編修

體育教學實驗

學校體育課程與教學QPE發展計畫

教學實驗的進行-3

Q: 教案不適合學生的程度，怎麼辦？

- 選項一：選別的教材
- 選項二：回到「核心任務」挑選適合的程度執行
- 選項三：依核心任務重新設定「學習目標」，並且依此編修教案內容執行 (須符合素養導向教學原則)

