

# 臺中市112學年度精進國民中小學

## 教師教學專業與課程品質整體推動計畫專業成長活動計畫

### <1-4-17>「滾動翻轉體育教學--生活體操工作坊」實施計畫

#### 壹、依據

- 一、教育部補助直轄市、縣(市)政府精進國民中學及國民小學教師教學專業與課程品質作業要點。
- 二、臺中市112學年度精進國民中小學教師教學專業與課程品質整體推動計畫。
- 三、臺中市112學年度國民教育輔導團整體團務計畫。

#### 貳、現況分析

體育課最原始稱為體操，體操在93年九年一貫課程改革之後取消部定教材內容，直到十二年國教108課綱健康與體育課程將體操規範在表現型必授課程之一，在這期間國小階段學生沒有接受到體操教學，而導致其身體的各種動作能力缺乏，學童身體控制能力下降，進而影響日常生活，例如：走路腳踢到東西失去平衡跌倒而造成受傷。

體操其教材包括支撐、平衡、懸垂、跳撐、柔軟、控制、協調、敏捷、速度、力量等；它不但包含走、跑、跳、撐、翻滾等動作外，亦包含肌力、耐力、爆發力、柔軟性、協調性、敏捷性與平衡性，對於練習協調能力及身體控制是一項很好的運動。體操課程能夠提供學習者一個身體活動的空間與機會，課程內容設計以遊戲、樂趣化教學為主，引起學習動機，促進學習者身體基本能力的發展，亦可改善感覺統合及專注力之不足，課程內容讓學習者從不斷的練習中嘗試，學習克服困境，增加自信心與成就感，並藉此學習過程中培養對運動的樂趣，落實與日常生活情境的連結。

跨領域教師或體育專長教師對體操專業知能的不足，而使得推動體操教學產生瓶頸而停滯，再加上體操動作繁雜，諸多動作皆具危險性，只要不當練習或不慎，極易造成傷害，因此體操教學即使是體操專長的教師在實際教學場域上，也十分地小心謹慎，更不用談跨領域的師資了，因此能不上體操就不上。除此之外，當體操教學過程中，不慎發生意外事件，往往容易造成家長、教師及學生對體操學習上的心理障礙及糾紛，也讓體操教學更難以推展。

為了讓參與老師對體操教學的老師有新的認識，同時願意嘗試教學，本計畫教材以運動能力做區分，教材內容包含遊戲、趣味性及活潑富創意生活化，透過實作的形式來幫助參與教師能進一步將新課綱的理念落實到實際的教學當中。

#### 參、目的

- 一、銜接十二年國民基本教育推動，提升國民小學師資素養導向課程規劃與教學能力以發展各區教師專業學習社群，以增進學生學習成效。
- 二、藉由教師導學、學生自學、組內互學、組間共學的四學模式來教學，間接由科技輔助學生學習(平板)，以提升學生學習體操效果。

#### 肆、辦理單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺中市政府教育局
- 三、承辦單位：臺中市國民教育輔導團健康與體育領域國小輔導小組、國立臺灣體育運動大學。
- 四、協辦單位：臺中市霧峰區霧峰國小

#### 伍、實施對象

- 一、本市各公私立國小健康與體育領域老師(跨領域教師)，本市國教輔導團健體領域國

小輔導小組輔導員。(每場次約40人次)

二、本計畫三場次工作坊與一場成果發表，需要老師全程參加，以達工作坊共備課程完整性。

## 陸、辦理時間、地點與實施方式

### 一、增能工作坊

場次	預定日期	主題		講師	地點
1	112年10月4日(星期三)	14:00-14:30	滾動翻轉體育教學--生活體操工作坊說明	國立臺灣體育運動大學 吳修廷 教授	國立臺灣體育運動大學體操館3樓體操教室和4樓教室
		14:30-14:40	休息	國立臺灣體育運動大學 吳修廷 教授 外聘3節	
		14:50-16:20	柔軟、平衡、支撐、滾翻分組工作坊		
		16:20-17:10	柔軟、平衡、支撐、滾翻在生活應用與科技輔助學生學習(平板)分組工作坊		
		17:10-17:30	微型成果展演	各小組發表	
2	112年11月1日(星期三)	14:00-15:40	旋轉、跳撐、騰翻、跳躍分組工作坊	國立臺灣體育運動大學 吳修廷 教授 外聘3節	國立臺灣體育運動大學體操館3樓體操教室和4樓教室
		15:40-16:00	休息	石城國小 周昆佑主任 內聘助理講師3節	
		16:00-17:00	旋轉、跳撐、騰翻、跳躍在生活應用與科技輔助學生學習(平板)分組工作坊		
		17:00-17:30	微型成果展演	各小組發表	
3	113年02月21日(星期三)	14:00-15:40	彈翻床	國立臺灣體育運動大學 吳修廷 教授 外聘3節	國立臺灣體育運動大學體操館3樓體操教室和4樓教室
		15:40-16:00	休息	石城國小 周昆佑主任 內聘助理講師3節	
		16:00-17:00	韻律體操		
		17:00-17:30	綜合座談	永隆國小 廖永欽老師	

### 二、成果發表(本研習為分組實例分享課程，需要助講老師、講評老師)

113年3月8日(星期五)忠孝國小

時間	主題	主持人	備註
8:40-9:00	報到暨實例分享說明	健康與體育領域國小輔導小組 廖永欽 老師	
9:00-10:30	滾動翻轉體育教學--生活體操於體育課教學成果分享(一)	講師：周昆佑 主任 助講：廖永欽 老師	內聘2節 內聘2節
10:30-10:40	休息		
10:40-12:10	滾動翻轉體育教學--生活體操於體育課教學成果分享(二)	講師：周昆佑 主任 助講：廖永欽 老師	內聘1節 內聘1節
12:10-12:40	綜合座談	健康與體育領域國小輔導小組 廖永欽 老師	

### 柒、報名方式

請於辦理研習活動開始前3天全國教師在職進修資訊網進行報名(承辦單位：臺中市霧峰區霧峰國小)網址：<http://inservic.edu.tw>。

### 捌、預期成效

- 一、有效提升本市教師體操教學專業知能與教學素養。
- 二、透過工作坊共備發展推展體操教學於各校實施。
- 三、老師安心教體操，學生樂學習體操並在日常生活中落實應用。

## 玖、著作權歸屬及利用規範

講綱及成果授權臺中市政府教育局公告於「臺中市精進教學計畫—成效檢核與輔導追蹤網站」(<http://innovative.tc.edu.tw/>)，同意讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱讀、下載或列印

## 壹拾、經費來源

由「教育部補助直轄市縣(市)政府精進國民中學及國民小學教師教學專業與課程品質作業要點」補助支應。

## 壹拾壹、成效評估之實施

- 一、增進校長、行政、教師專業知能與素養，並提升精進課程教學能力，落實健康與體育教育成效。
- 二、提升教師運用現有教材設計教學活動之能力，精進並活化教師教學。
- 三、研習活動中採用「教師研習滿意度問卷調查表」(附件一)進行調查，活動後收回統計，進行量化分析，並採回流研習，讓參與者進行課堂實踐成果的分享和反思

### (一) 量化評估

1. 表中各調查項目參與者滿意(非常滿意)均達80%以上。

### (二) 質性評估

1. 教師學習：參與工作坊並共同實踐分享，經發表評析與回饋省思，建立教學分享機制。
2. 教師反應：使用回饋單，了解教師專業成長的需求，並針對需求提供專業支持。
3. 教師新知：透過實作共備產出健康與體育課程示例，精進應用有效教學與多元評量的能力。

(三) 學員課堂實踐成果紀錄上傳至輔導小組網頁，檢核各場次實施成果效益，達成提升教學之成效。

## 壹拾貳、著作權歸屬及利用規範：

講綱及成果授權臺中市政府教育局公告於「臺中市精進教學計畫—成效檢核與輔導追蹤網站」(<http://innovative.tc.edu.tw/>)，同意讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱讀、下載或列印。

## 壹拾參、獎勵與成果：

承辦本計畫有功人員，依規報請臺中市政府教育局辦理敘獎事宜；參加學員於指定期限內繳教學素養導向課程教學與評量設計進行發表，並經評審通過表現優異之教師得頒發獎狀乙紙予以鼓勵。本計畫辦理完畢，將成果(含講綱、出產之教材、問卷調查結果等)彙整於臺中市國民教育輔導團網站，供全市教師參考利用。

壹拾肆、本計畫經教育部審查通過並陳報臺中市政府教育局核定後實施，修正時亦同。

教師意見回饋單

學校：臺中市 區 國小 辦理時間： 年 月 日

請勾選您的基本資料：

1. 性別：(1)男 (2)女

2. 服務年資：(1)1年內 (2) 1-5年 (3)6-10年 (4) 11-15年 (5) 16-20年 (6) 21-30年 (7) 31年以上

3. 職務：(1) 專任(科任)教師(2)導師(3)組長(4)主任 (5) 校長 (6) 代理代課教師 (7)實習老師(8)其他

項 目	非常不滿意	不滿意	尚可	滿意	非常滿意
1. 此次研習時間安排您覺得如何？	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2. 此次研習講師安排您覺得如何？	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. 此次研習內容，您覺得如何？	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. 此次研習對教學工作有幫助，符合您的需求嗎？	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. 您樂意運用此次研習所習得的教學策略嗎？	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. 您樂意與人分享此次研習所習得的教學策略嗎？	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

7. 您今天研習最大的收穫是甚麼？(學習到哪一個觀念？或是哪一種教法？)

8. 您希望本局未來可舉辦哪些類型的活動？(1)有效教學(2)多元評量(3)差異化教學 (4)學習扶助 (5)班級經營(6)媒體素養教育(7)十二年國教 (8)國際評比分析 (9)TASA 測驗分析(10)分組合作學習 (11)教學品質提升(12)學習成就評量標準(13)教師專業學習社群發展 (14)領域教學研究會以社群方式運作 (15)教學卓越團隊發展(16) 教師專業發展實踐方案 (17) 校訂彈性學習課程規劃(18) 素養轉化 (19)自製教學媒體 (20)課程設計 (21)評量技術 (22)閱讀教育 (23)其他( )

9. 您目前最感困擾或資源匱乏的健康與體育課程教學主題？

10. 其他意見與提問：(給健體輔導團的建議；或您有上述問題未提及之意見及建議，請您予以簡述；)

※請您於活動結束後，將此份問卷調查表交回給現場工作人員，感謝您！※