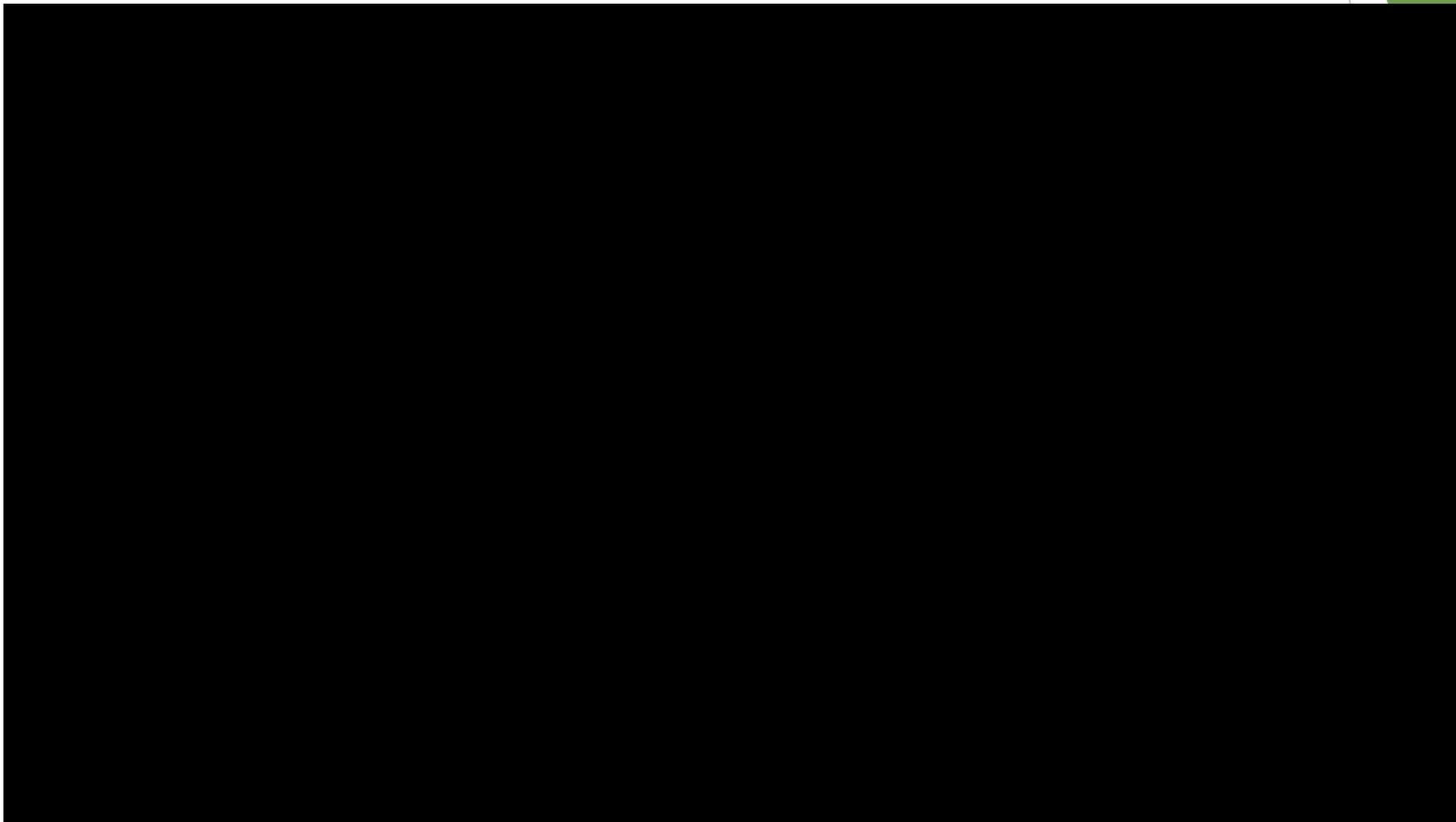


自問我是一個具有身體素養的老師嗎？

體育教師認知身體素養工具

	題目	非常不同意	非常不同意	沒意見	同意	非常同意
1.	我擁有足夠的基本運動技能	1	2	3	4	5
2.	就我的年齡而言，身體是健康的。	1	2	3	4	5
3.	我可以應用所學習的運動技能在其他身體活動中	1	2	3	4	5
4.	我對運動有積極的態度和興趣	1	2	3	4	5
5.	我欣賞自己或其他人做運動	1	2	3	4	5
6.	從長遠來看，我可以應用體育知識	1	2	3	4	5
7.	我擁有健身的自我管理技能	1	2	3	4	5
8.	我擁有健康的自我評估技能	1	2	3	4	5
9.	我願意為更好健康做運動	1	2	3	4	5
10.	我有很強的溝通能力	1	2	3	4	5
11.	我有很強的社會技能	1	2	3	4	5
12.	我對野生/戶外生存充滿信心	1	2	3	4	5
13.	我有能力處理問題和困難	1	2	3	4	5
14.	我有終身運動的心態	1	2	3	4	5
15.	我可以把運動變成一種持續的生活習慣	1	2	3	4	5
16.	我透過運動建立友誼	1	2	3	4	5
17.	我知道運動與健康有關的好處	1	2	3	4	5
18.	我渴望了解當前的體育趨勢	1	2	3	4	5

什麼是身體素養?



身體素養的教學^{1/2}

身體素養的教育策略-Education

培育

培養學生認知、情意與技能發展，並且規畫適合學生年齡階段的活動

享受

以學生為中心，設計符合能力的課程，鼓勵他們參與和成功

多樣化

多樣化的活身體活動類型以及多樣化的教學風格，適應個別需求

持續進行

最好每天提供體育教育
強調**積極生活的重要性**和培養學生在現在和整個生命週期中持續健康選擇所需的技能，知識和態度。

理解

鼓勵知識的理解，並運用於各種身體活動中

想像力

確保設施、設備的創造性和安全使用，以及鼓勵個人或團體為各種運動挑戰創造性的解決方案

品格

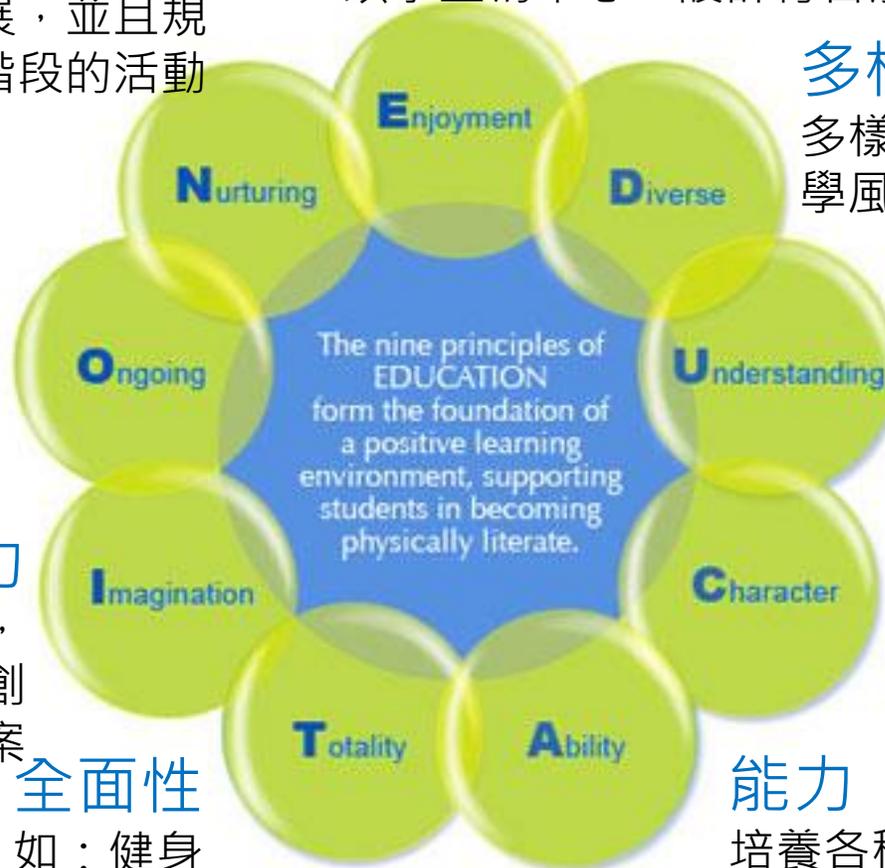
身體活動中加強公平競爭，合作，團結合作等關鍵角色培養。

全面性

學生提供發展全身健康的機會。如：健身活動，以支持耐力，力量和靈活性的發展

能力

培養各種基礎技能，發展運動能力，鼓勵個人追求自我精進



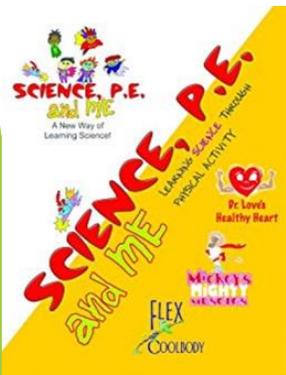
身體素養的教學_{2/2}

■ 美國素養導向5E學習圈

Ennis和Chen自2003到2016接受美國國家衛生研究院資助了兩個大型課程設計Science, PE, & Me!(SPEM)！和The Science of Healthful Living (SHL)。

- **評量**，學生回答短篇問題，完成簡單的計算，或在他們的學習手冊中繪製他們的發現(家庭作業)

- **檢查學生的理解**，強調在體育課程中學習的知識和其他生命科學內容之間的聯繫



- 經歷SPEM和SHL等課程的學生將變得**具有實際素養能力**(Ennis, 2015)

通常是教學時間的65%-75%

- 每個課程需開放的認知和**身體參與**，在活躍的遊戲和身體挑戰中向學生介紹概念和原則。

- 學生**探索概念關係**，例如，檢查運動如何增加心率，步數和強度之間的關係...

- 學生使用 “**Think · Pair · Share**” 策略討論教師提出的問題

田徑-接力遊戲

—— 成就每一個孩子，適性揚才、終身學習 ——



	入門階段	發展階段	進階階段
接力 核 心 任 務	<ul style="list-style-type: none"> • 聽老師的指令進行熱身。 • 在接力遊戲中，展現個人技能。 • 說出你覺得自己表現好的地方，並指出需要改進之處。 	<ul style="list-style-type: none"> • 自己一起進行熱身，如：原地擺臂，做出傳接棒動作。 • 在傳接棒遊戲中，展現個人技巧。 • 展現自己對接力賽的規則理解。 • 與一位同學，針對個人優點及需要改進之處提出建議。 	<ul style="list-style-type: none"> • 帶領小組進行有效的接力熱身，如：小組慢跑傳接棒。 • 在接力比賽中，展現個人技術。 • 分析自己與他人的優點，並能指出改進方向。 • 能提醒同學做出正確的動作，如：起跑時機、姿勢、如何才能不超出接力區。

挑戰型運動評量

- 從不會到會的過程
 - 自比式，非與他人相比
 - 自我突破與挑戰，對紀錄的挑戰，並以時間(速度)呈現。
 - 次數可彈性，協助想進步的學生找到方法
 - 自己從事活動的狀態(動機、自信、身體能力、理解、知識)
-
- 人員
 - 自評、互評、老師評、家長評



- a. **不得陪跑**。
- b. 比賽中**掉鞋**→待接完棒後拾回，並不左顧右盼，影響行進速度。
- c. 完成比賽之選手，排列回**操場中間**準備位置。
- d. 比賽中，**不得任意穿越跑道**。



約

- a. **不得陪跑**。
- b. 比賽中**掉鞋**→待接完棒後拾回，並不左顧右盼，影響行進速度。
- c. 完成比賽之選手，排列回**操場中間**準備位置。
- d. 比賽中，**不得任意穿越跑道**。



順序	教學處理	教師的角色	學生的角色
1	動員活動階段	<ul style="list-style-type: none">●引起興趣。●引發好奇心。●提出問題。●引出學生的回答藉以了解學生對概念的了解。	<ul style="list-style-type: none">●提出問題，如： 對於此事我已經知道哪些？從這裡我發現到什麼●對所教的課題感興趣。



順序	教學處理	教師的角色	學生的角色
2	探索階段	<ul style="list-style-type: none">● 鼓勵學生一起學習而不直接教導。● 觀察與聆聽學生之間的互動。● 提出探討的問題，引導學生探究方向。● 讓學生有充份思考的時間。● 扮演諮詢者的角色。	<ul style="list-style-type: none">● 在活動範圍內自由思考。● 提出新的預測、假說並加以檢驗。● 嘗試其它的方式並與同學討論。● 記錄觀察及想法。● 暫不作判斷。



順序	教學處理	教師的角色	學生的角色
3	解釋階段	<ul style="list-style-type: none">● 鼓勵學生以自己的話語解釋概念。● 要求學生提出證據。● 提供正式定義與解釋● 利用學生原有經驗來解釋概念。	<ul style="list-style-type: none">● 向其它同學解釋可能的解答。● 注意聆聽他人的解釋● 質疑別人的解釋。● 聆聽並設法了解老師的解釋。● 提及先前的活動。● 解釋中應用到由觀察所做的記錄。

順序	教學處理	教師的角色	學生的角色
4	闡述階段	<ul style="list-style-type: none">● 預期學生應用正式的定義與解釋。● 鼓勵學生應用與擴充概念與技術。● 建議另外的解釋。● 針對已知證據問學生：你已經知道什麼為什麼你認為？	<ul style="list-style-type: none">● 在新情境中應用新的定義、解釋及技術。● 應用先前的資訊來提問、提出解答、做決定和做實驗。● 根據證據下結論。● 對觀察與解釋做紀錄● 用觀察的紀錄來解釋



順序	教學處理	教師的角色	學生的角色
5	評鑑階段	<ul style="list-style-type: none">● 觀察學生如何應用新概念與技術。● 評估學生的知識與技術● 注意學生的了解是否有所成長。● 讓學生評估其個人及團體的學習技巧。● 利用開放式的問題，如：為什麼你認為.....你如何解釋....？	<ul style="list-style-type: none">● 利用觀察、證據和先前已接受的解釋來回答。● 顯現出對概念的理解。● 評估學生自己的進步。● 所問的問題能鼓勵學生進一步的探究。

本節學習重點(學習內容+學習表現)學習目標

1. 學生能在接力賽跑的遊戲情境(Ga-II-1 跑)積極的進行探索與操作(2c-II-2, 2c-II-3)。
2. 透過小組成員能主動參與進行(自評或互評, 描述自己和他人動作的有效性)討論, 進而理解在接力賽跑中傳接棒的動作要領(1c-II-1, 1d-II-1)。
3. 將小組的決策與行動, 實踐在競賽活動中(3c-II-2)。

接力賽的規則—接力區

- a. **不得陪跑**。
- b. 比賽中**掉鞋**→待接完棒後拾回，並不左顧右盼，影響行進速度。
- c. 完成比賽之選手，排列回**操場中間**準備位置。
- d. 比賽中，**不得任意穿越跑道**。



感謝您的聆聽!

