

國立臺東大學附屬體育高級中學 111 學年度觀課簽到/時間表

觀課時間：112 年 4 月 11 日(週二)，10:10-12:00(第三、四節)。

地點：本校游泳館。

教學科別與教學教師：體育科 陳惠哲 教師。

|        | 簽 到 | 同科教師 | 非同科教師 |
|--------|-----|------|-------|
| 觀察者 1  | 陳惠哲 | 是    |       |
| 觀察者 2  | 余忠國 | 是    |       |
| 觀察者 3  |     |      |       |
| 觀察者 4  |     |      |       |
| 觀察者 5  |     |      |       |
| 觀察者 6  |     |      |       |
| 觀察者 7  |     |      |       |
| 觀察者 8  |     |      |       |
| 觀察者 9  |     |      |       |
| 觀察者 10 |     |      |       |
| 觀察者 11 |     |      |       |
| 觀察者 12 |     |      |       |

國立臺東大學附屬體育高級中學公開觀課紀錄表

|        |                                       |      |     |      |           |
|--------|---------------------------------------|------|-----|------|-----------|
| 觀課科目   | 水上救生課程                                | 授課教師 | 陳惠哲 | 觀課班級 | 高三丙       |
| 授課單元名稱 | 水中自救、捷游、抬頭蛙泳<br>(授課節數 32 節/第 19-20 節) |      |     | 觀課日期 | 112.04.11 |

|                             |                                                                                    |                                |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1. 學生上課狀況                   | (1) 學生投入課堂學習的程度如何?                                                                 | 專心並對課程有提問                      |
|                             | (2) 學生有干擾課堂的行為嗎? 情形如何?                                                             | 1. 沒有干擾.<br>2. 只有李昂泳具同學請他們岸上觀課 |
| 2. 學生分組討論情形<br>(當節無操作分組則免填) | (1) 小組間互動情形如何?(熱絡狀況、參與程度)                                                          | 各組同學皆能按老師課程進度進行練習及測驗           |
|                             | (2) 小組討論是否聚焦本次課堂?                                                                  | 有                              |
|                             | (3) 小組討論內容深度?                                                                      | 依游泳能力分組來討論.                    |
| 3. 知識學習的情形                  | (1) 學生在課堂中對哪一個部分感到興趣?                                                              | 水中自救手法及抬頭泳如何更有效率的練習.           |
|                             | (2) 學生在學習中有沒有困難之處?                                                                 | 對游泳能力的差距會讓學生感到困難               |
|                             | (3) 真正有效的學習發生在什麼情境?                                                                | 實際完成老師指定的測驗                    |
| 4. 綜合建議                     | 1. 游泳課程應列為本校體育課重點教學, 特別在國高一<br>2. 因疫情減緩, 氣候回暖, 體育課應要求學生完成游泳能力檢測<br>並通達 50 公尺(不限泳姿) |                                |

觀課人員:

黃年聖

# 111 學年度教師觀課紀錄及照片

一、授課班級：高三丙

二、學生人數：16 人 實到：15 人

三、授課時間：112 年 04 月 11 日(二)上午 10:10~12:00(第三、四節) 100 分鐘

四、授課教師：陳惠哲

五、週數：112 學年度第二學期第 10 週

六、課程進度：水上救生課程--第五次水中自救漂浮、捷游和抬頭蛙式課程

七、課程內容：

(一) 水中漂浮(水母漂及仰漂 30 秒~120 秒完成，需達成最低 30 秒)

(二) 捷游或抬頭蛙泳：能在 1 分鐘內完成至少一項

(三) 岸上自救教學(CPR 及長臂板運用)練習



教學示範-自由式及蛙式



水中入水漂浮測驗



捷游及抬頭蛙泳測驗



水中自救課程示範