

臺南市光華高級中學教職員參加校外各項研習會心得報告

報告人：莊桂棉

會議名稱	108 年度南二區高中健體領綱宣講暨體育教師增能研習實施計畫	指導單位	教育部國民及學前教育署、高雄市政府教育局
日期	108 年 6 月 20 日上午 9 時(星期四)	主辦單位	國立竹山高級中學(普通型高級中等學校體育學科中心) 高雄市政府教育局國民教育輔導團
地點	高雄市立福誠高級中學-敦學樓地下室會議室		

一、研習目的：

1. 為推動高中新課程之實施，強化教師專業成長，並建構區域校際策略聯盟與教師夥伴學習同儕支持系統，提升教師專業成長成效。
2. 以教師專業發展為主軸，鼓勵教師自我省思及同儕專業互動成長，以精進教學和班級經營的有效提升。
3. 協助教師增能課程實務研習，透過全國教師進修網有效管理並統整個人及學校教師研習事宜。

二、研習內容：

- (一)、十二年國教課程綱要體育領域實體研習。
- (二)、領綱對應體育科課程地圖研發。
- (三)、體育素養樂趣化實作示例分享(一)。
- (四)、體育素養樂趣化實作示例分享(二)。

時間	配置	研習內容	主持人/講師	地點
08:30 08:50	20分	報到	學科中心專任助理	敦學樓會議室
08:50 09:00	10分	開幕式	國立竹山高中陳校長 漢銘 高雄市立福誠高中蘇校長青山	敦學樓會議室
09:00 10:30	90分	十二年國教課程綱要 體育領域實體研習	臺北市立景美女中 田珮甄老師	敦學樓會議室
10:30 10:40	10分	休息	學科中心專任助理	
10:40 12:10	90分	領綱對應體育科課程 地圖研發	臺北市立景美女中 田珮甄老師	敦學樓會議室
12:10 13:10		午餐休息	學科中心專任助理	
13:10 14:40	90分	體育素養樂趣化 實作示例分享(一)	體育學科中心朱峯亮 老師 新北市私立徐匯中學 李其隆老師	高雄市立福誠高中 操場(實作課程)
14:40 14:50	10分	休息	學科中心專任助理	
14:50 15:50	60分	體育素養樂趣化 實作示例分享(二)	體育學科中心朱峯亮 老師 新北市私立徐匯中學 李其隆老師	高雄市立福誠高中 操場(實作課程)
15:50 16:10	20分	綜合座談	國立竹山高中陳校長 漢銘 高雄市立福誠高中蘇校長青山	敦學樓會議室
16:10		賦歸		

三、研習心得：

上午的研習課程是由臺北市立景美女中田珮甄老師以十二年國教課程綱要體育領域健體領綱宣導與課程地圖研發，是以學生為主體及全人健康之教育方針，結合生活情境的整合性學習，卻保人人參與身體活動。運用生活技能去探究解決問題，讓學生身心潛能適性開展培養日常生活中各種身體活動能力並加強國際觀和欣賞運動能力和鍛鍊身心再培養競爭力。

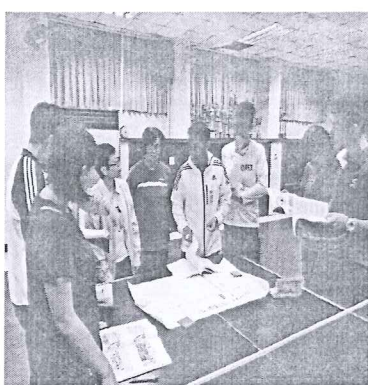
下午的研習課程是體育學科中心朱峯亮師、新北市私立徐匯高中李其隆師介紹飛盤高爾夫飛盤運動簡介（躲避飛盤飛壘賽、躲避飛盤P K賽、躲避飛盤九宮格、躲避飛盤敲桿賽等）種類介紹及投擲技巧，到實地操作等運用，看似簡易的東西，學來卻不易。運動原則只要學生會跑、會閃、會投、會接，即可玩。比賽場地在排球進行即可玩，比賽時間為上、下場各四分鐘，中場休息兩分鐘，延長賽為兩分鐘，是一項相當不受空間限制的團體運動。

基本動作：飛盤反手投擲、飛盤正手投擲、接盤：上手、低手接法，但五秒內就要出手。

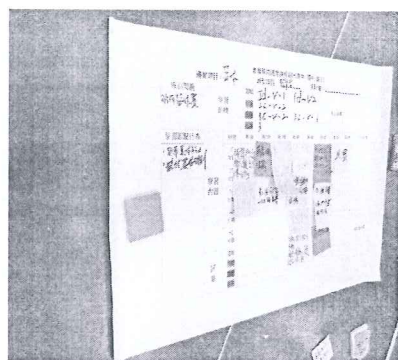
這次的研習讓我學習到更新的體育教學的新知與實作，可以提昇我教學的熱情，我要從不同的角度看學生讓他們多思考、多嘗試。讓自己在體育課程中都能有效的教學，幫助學生養成良好規律運動的習慣。



開幕式



分組設計課程



課程分享



朱峯亮老師講解



教師表演



結束與二位指導教師合影

科（學程）主任：

體育組長 陳麗珠

教務主任：

教務主任 劉銀源

校長：

光華高中 張淑霞 校長