

桃園市108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  
桃園市 108 學年度十二年國民基本教育精進國民中學及國民小學  
教學品質計畫—專業成長活動

國小健康與體育領域授課教師增能研習實施計畫

一、依據

- 1、教育部 96 年 5 月 9 日台體字第 0960070848 號函辦理。
- 2、教育部 101.04.18 台體(三)字第 1010067214 號函辦理。
- 3、桃園市政府教育局 104 年 4 月 7 日桃教小字第 1040021975 號函辦理。
- 4、教育部國民及學前教育署補助辦理十二年國民基本教育精進國民中小學教學品質要點。
- 5、桃園市 108 學年度十二年國民基本教育精進國民中小學教學品質計畫。

二、背景說明

我國學校體育長久以來肩負著全人教育、健康促進、競技扎根、運動發展、文化傳承等重要使命，是學校教育重要的一環。尤其隨著社會的進步，經濟發展與科技進步所帶來生活形態的轉變，繼而引發的各種健康問題，更使學校體育的重要性受到全球所重視，莫不期望透過教育培養國民健康生活技能與態度，養成規律運動習慣，以維持生活與生命品質。

學校體育目的的兩大面向，一在學習身體活動，以發展運動能力、學習運動技能及促進體適能，另一方面在透過身體活動學習，包括認知面、情意面，如促進學業學習、增進自我了解、人際互動溝通、團隊合作等品格陶冶。近來許多醫生、科學家、教師的實證研究，皆證實運動不僅對身體健康有益，也對學業學習及情緒發展有正向功能。美國伊利諾州許多中學實施「零時體育計畫」，利用每天上學科前實施體育課，發現學生的專注力提昇了、情緒變好了、學習效率也跟著提升了。醫生指出運動促使多巴胺、正腎上腺素、血清素等神經傳導物質分泌，這些神經傳導物質對情緒發展、專注力、記憶力的提升有很大功效，當然能提升學業學習成效。

體育運動對個人身體、心理健康之重要性，為一般社會大眾所接受殆無疑義，尤其九年一貫課程引用 Gardner 多元智能的觀點，使得肢體智慧的發展略受到學校教育及社會大眾的重視，然智育掛帥、升學為首的價值觀念亦深植人心，使得學測不考的體育與健康課程被邊緣化，欲達成全民運動與健康促進的目標確有其困難度。而專業師資的缺

乏，更是學校體育課程與教學實施的重要阻礙因素。近年來師資培育制度的變革、師資甄選方式的改變、加以少子化以及小學課程型態等因素的影響，使得小學體育專業師資更形缺乏。

文獻指出，多年來，任教體育課程之非體育專長的體育授課教師，通常對體育的教學原理、方法及技能等，缺乏專業學習與訓練，對體育專業知能明顯不足，體育教學信心不足且教學意願低落，容易因此減少學生身體活動經驗，因而錯失了學童發展基礎動作能力和運動技能的黃金時期。教師專業成長是持續的歷程，參與研習更是促進專業成長的重要管道，歐洲各國(如奧地利、芬蘭、丹麥、瑞典等)皆定期舉辦國際體育教學研討會，使體育教師能吸收新知、達到互動與交流之目的。中國大陸浙江省亦於 2008~2010 進行三年期之計畫，每年投注 5000 萬人民幣辦理體育教師增能研習，可見世界各國對體育師資增能研習的重視程度。無論何種師資訓練背景，增能研習培訓，皆有其必要性，尤其未受過相關專業訓練的教師，更有其專業學習上的迫切需求，因此如何協助教師增能，以提昇教師之專業素養、增進教學信心，促進學生學習品質，實為當務之急。

### 三、目的

- 1、 為使非體育專長體育教師於教學時，靈活運用教學遊戲化、班級氣氛活潑化。
- 2、 研習結束後，學習多種教學技巧與活動，即可提昇教學效能，並可藉此提升學生學習興趣，達到身體活動的目的。
- 3、 促進教師具備教導課程綱要中體育課程之能力。
- 4、 協助體育教師具備術科技能及教學能力。
- 5、 強化教師體育課程創新教學活動設計與評量能力。

### 四、辦理單位

- 1、 指導單位：教育部國民及學前教育署
- 2、 主辦單位：桃園市政府教育局
- 3、 承辦單位：桃園市平鎮區北勢國民小學
- 4、 協辦單位：桃園市平鎮區北勢國民小學、桃園市國民教育輔導團健康與體育領域國小組

五、辦理時間：108 年 08 月 15、16 日

六、辦理地點：桃園市平鎮區北勢國民小學

七、參加對象：國民小學教師，單一場次，本場次開放 60 人(額滿為止)。

- 1、凡本市各校擔任體育任課教師且非體育相關科系畢業之教師務必指派一名任課教師報名參加。
- 2、全校無體育相關科系畢業之老師，務必派員參加（至少一名）。
- 3、108學年度國小各校新進正式教師請務必報名參加。
- 4、本研習僅辦理一場次，請依報名場地前往參加研習。

八、課程內容：以實作為主，演講為輔，課程表如附件一，課程內容包括：

項次	課程名稱	時數	教學目標	教學內容	評量方法
一	體適能教學	3	1. 瞭解體適能基本教學能力 2. 認識並能運用各類提升體適能方法來教學 3. 培養創作各類提升體適能方法	1. 體適能遊戲 2. 體適能多元評量	演示及實作
二	課間律動教學	3	1. 認識並能運用各類舞蹈 2. 培養創作律動舞蹈教學知能	1. 舞蹈運動 2. 律動運動	演示及實作
三	趣味化體育教學	3	1. 認識並能運用體育器材教學 2. 培養創作樂趣化運動教學知能	1. 暖身運動 2. 羽球運動	演示及實作
四	兒童團康遊戲教學	3	1. 認識多項兒童團康體能遊戲 2. 培養創作兒童團康體能遊戲知能	1. 兒童律動遊戲 2. 兒童遊戲介紹 3. 自創兒童遊戲教材教法	演示及實作

九、辦理方式

- 1、參加研習會人員於研習期間午餐，由承辦單位統籌供應。
- 2、參加人員及工作人員請給予參加人員公（差）假參加。
- 3、全程參加本研習會教師，將發給登錄研習時數。經錄取卻未報到之缺課學員，將函請各級單位檢討處理。

十、報名方式：請直接至桃園市教師研習系統北勢國小報名，額滿為止。

十一、經費：由「教育部國民及學前教育署補助辦理十二年國民基本教育精進國民中小學教學品質要點」專款補助，經費概算如附表二。

十二、獎勵：本計畫各項工作認真人員，依據「公立高級中等以下學校校長成績考核辦法」、「公立高級中等以下學校教師成績考核辦法」及「桃園市市立各級學校及幼兒園教職員獎懲要點」辦理敘獎。

十三、本計畫陳市府教育局轉陳教育部國民及學前教育署核准後實施。

附表一：桃園市 108 學年度十二年國民基本教育精進國民中小教學品質計畫—教師增能研習  
國民小學健康與體育學習領域研習實施計畫課程表

日期 時間	8 月 15 日 (四)	8 月 16 日 (五)
09 : 00   12 : 00	健康課程與 12 年國教 未來推動方向 內聘講師:姜智惠 校長 外聘講師:賴世宗 中醫師	趣味化體育教學 內聘講師:邱弘凱、廖正輝、吳志 隆主任
12 : 00   13 : 00	用餐時間	
13 : 00   16 : 00	教學實作課程 內聘講師:林靜芳主任	兒童團康遊戲教學 內聘講師:鍾榮朕、謝文堯主任， 胡育霖組長

※以上課程表必要時得調整之。

附表二：桃園市 108 學年度十二年國民基本教育精進國民中小教學品質計畫—教師增能研習  
國民小學健康與體育學習領域研習實施計畫

經費概算表

項次	項目	單價	數量	單位	總價	備註
1	講座鐘點費	2,000	2	時	4,000	外聘(1位講師,每人2時,1場次)
		1000	10	時	10,000	內聘(1位講師,每次1時,10場次)
		500	24	時	12,000	助教(一天6小時*2人*2天)
2	差旅費	4,000	1	式	4,000	工作人員核實支付
3	膳費(含茶水)	100	200	人次	20,000	便當、茶水
4	印刷費	8,300	1	式	8,300	研習手冊
5	場地佈置費	3,000	1	場	3,000	海報
6	教材教具費	3,000	1	式	3,000	研習所需之參考資料及書籍等
7	雜支	2,100	1	式	2,100	文具用品、紙張、板夾、資料夾等
合計					66,400	

承辦人：

教務處主任黃連興

主計：

會計室主任藍美絹

校長：

國民小學校長鄭家興