

臺北市民族實驗國民中學健體領域專業學習社群

109 學年度第一學期 活化教學知能工作坊計畫

一、依據：109 年 月 日教育局北市教中字第 1083085086 號函。

二、目標：【重要的，具體的，可行的，可檢核】

三、工作坊主題：【透過輔導團所建議之主題，各校討論後訂定，參考主題如下】

(一) 提問教學法（以國文科為例） (二) 多元評量（配合心測中心試辦計畫）

(三) 教學設計（如重理解的課程設計） (四) 從教學研究到學習共同體

(五) 其他

四、主題簡介：【分析學生學習背景；主題如何產生？為什麼選定此主題？在教

學現場期待產生什麼樣的化學變化？】

五、實施方式：【參考方式如下】

(一) 內外聘講座 (二) 實作演練 (三) 發表分享 (四) 分組討論

(五) 讀書會 (六) 公開觀課 (七) 校外參訪 (八) 其他

六、參加人員：領域全體教師。

教師姓名	擔任職務	授課科目	授課年級
高于翔	體育組長	體育	八
鄧錦榮	學務主任	體育	七、八、九
林璟琅	生教組長	體育	七
林雅惠	804 導師	體育	七、八、九
林柔孚	科任老師	健教	七、八、九

七、工作坊流程

場次	日期	課程內容	講座或負責人	活動時間
1	9/2	第一次領域工作坊 領域活動計畫及工作分配	高于翔	9：00 11：00
2	9/16	第二次領域工作坊 礮谷式力學療法	林柔孚	9：00 11：00
3	9/23	第三次領域工作坊 戶外運動課程規劃	高于翔	9：00 11：00
4	10/13	第四次領域工作坊 肌力訓練法	高于翔	17：00 18：00
5	11/10	第五次領域工作坊 有氧訓練法	林璟琅	17：00 18：00
6	11/25	第六次領域工作坊 共備研習	高于翔	9：00 11：00
7	12/2	第七次領域工作坊 教學演示	林璟琅	9：00 11：00
8	1/6	第八次領域工作坊 定向越野共備研習	林雅惠	9：00 11：00

備註：不含分區種子教師研習及群組召集人專業社群運作場次時間

六、預期效益：【緊勾工作坊主題目標】

七、經費與行政協同：【經費來源及行政處室支援事務】

■配合各校活化教學經費協助社群發展。

八、檢核與回饋方式：【如何檢核；量化及質性之檢核資料】

九、本計畫經領域專業學習社群討論後經校長核可後實施。

附件：得檢附相關參考表件【工作坊操作之相關表單設計】