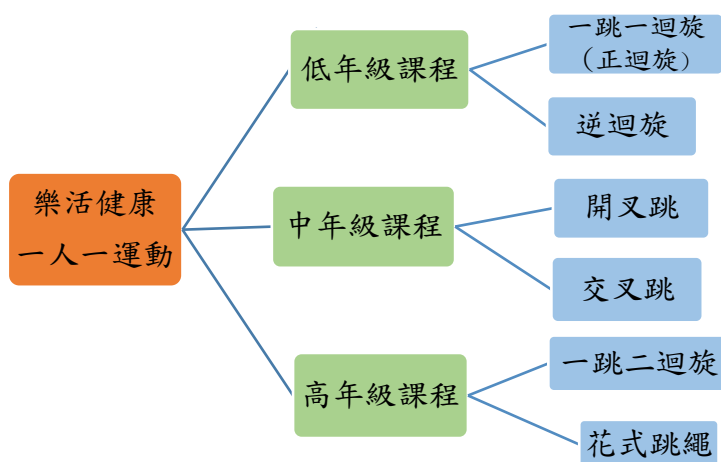


高雄市楠梓區加昌國民小學 12 年國教校訂課程教案

1、研究教案教學理念

繩索，自古以來就與人類的生活密不可分，早在遠古時期，人類就拿繩索記事、搬運物品、以及捆紮農作物…等，是人類生活史的重要工具之一；當然繩索除了功能性的用途外，它也是中國的童玩之一，非常適合學齡的孩子操作。

跳繩除了可以增進記憶力、增強骨質密度、提升彈跳力..等促進個人身體健康的功能外。跳繩活動本身也具備了取材方便、運動空間需求不高等優點，使得跳繩活動可以當作每一個人培養日常運動習慣時，可以優先考量的選項之一。且跳繩活動，除了能單人操作外，也能雙人或多人使用一條、二條或數條繩子做的迴旋跳躍的花式動作，並在需要多人的跳繩活動過程中，學童能從中學習團隊合作與人際溝通技巧、自我表達等技巧。



| 教學單元活動設計 | | | |
|----------|---|---|--|
| 單元名稱 | 逆迴旋跑步跳 | | 時間 |
| 設計者 | 陳俊嘉 | | 二年級 <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 共 2 節，80 分鐘 |
| 概念架構 | 主題 跳繩 (逆迴旋) | | 問題引導 |
| | 素養 身心健康 人際溝通 合作參與 | | |
| | 目標 培養運動習慣 身體強健 培養聆聽的能力 培養對話的能力 協調同理 同理心 | | |
| 核心素養 | 總綱 | A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作 | |
| | 領綱 | 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。 國-E-B1 理解與運用國語文在日常生活學習體察他人的感受，並給予適當的回應，以達成溝通及互動的目標。 | |

| | | | | |
|---|---|---|--|------------|
| 核心素養呼應說明詮釋轉化 | <p>A 自主行動 透過教師引導，啟發學童對於跳繩運動的興趣，與了解跳繩對於健康的益處後；從而在教師示範與說明下，並透過自身的練習與動作的修正，逐漸提升跳繩技能的正確性以及流暢性，以達到「自主行動」之核心素養。</p> <p>B 溝通互動 透過課堂上親師間、同儕間的互動與訊息交流，學生可以進一步，提升人際溝通技巧，並分享彼此的運動與健康的知能 學生用合宜的學習態度與他人友善互動，欣賞他人的跳繩運動之美，並培養模仿的能力，同時能與他人互助合作進行活動、互相回饋及分享的態度與能力，以達到「溝通互動」之核心素養。</p> <p>C 社會參與 透過分組競賽的過程中，可以促進同組成員間的合作與交流外，也能與不同組別的成員，進行公平的競爭，以達到「社會參與」之核心素養。</p> | | | |
| | 學習重點 | | | |
| 學習表現 | | 學習內容 | | |
| <p>『健康與體育領域』 1d- I -1 描述動作技能基本常識。 2. 情意：c. 體育學習態度 2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力 4d- I -1 願意從事規律身體活動。 『國語領域』 國 1- I -1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言 國 2- I -2 說出所聽聞的內容。</p> | | <p>『健康與體育領域』 C. 群體健康與運動參與：b. 運動知識 Cb- I -1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 I. 表現類型運動：c. 民俗運動 Ic- I -1 民俗運動基本動作與遊戲 『國語領域』 Bb- I -2 人際交流的情感</p> | | |
| 學習目標 | | | | |
| <p>1. 能具備從事跳繩活動的安全常識，並口頭描述跳繩的基本動作流程 2. 能認真觀看示範動作，並嘗試模仿相同的跳繩動作 3. 能與同學間相互觀摩討論，並且分組合作練習跳繩的動作</p> | | | | |
| 總結性表現任務 | | | | |
| 1. 能流暢完成逆迴旋跑步跳連續的跳繩動作 | | | | |
| 議題融入 | 議題內涵 | 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 安 E7 探究運動基本的保健。 | | |
| | 議題融入學習重點 | 1. 能在與人互動交流中，學習溝通合作並維繫和諧人際關係的社會技巧 2. 能在運動的過程中，注意身與他人的安全，避免運動過程中受傷 | | |
| 與其他目標領域的連結 | 國語領域 | | | |
| 教材來源 | 1. 自編教材 2. https://www.youtube.com/watch?v=uPPEwNiTWpw | | | |
| 教學設備/資源 | 跳繩 | | | |
| 教學方法 | <p>1. 示範法：教師於活動前，示範分解成小步驟的正確動作，並給予口語描述，促使學生能透過多感官學習，將目標動作進行模仿，並達到技能的學習目標。 2. 直接教學法：透過教師說明跳繩的基本動作要領、跳繩應注意的安全事項和益處等知識，以達成認知學習的目標。 3. 實作法：透過讓學生的反覆動作練習，達到熟練動作技巧之目標。</p> | | | |
| 教學活動內容及實施方式 | | | | 備註 |
| 核心素養 | 關鍵提問 | 學習活動歷程(包括學習策略)與學習經驗的延續 | | 教師的思想與教學策略 |
| | | | | 評量類型與基準 |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| <p><議題融入> 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 安 E7 探究運動基本的保健。 健體 -E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體 -E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知識，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>國 1- I -1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言</p> <p>健體 -E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p> <p>國 2- I -2 說出所聽聞的內容。</p> | <p>1. 我們有學習過那些跳繩技巧?</p> <p>2. 從事跳繩活動或暖身前，要做哪些安防護?</p> <p>3. 跳繩有沒有其他的跳躍方式?</p> <p>4. 當老師示範跳繩動作時，小朋友應當怎麼做?</p> | <p style="text-align: center;">【第一節】 引起動機</p> <p>★教師提問：「上學期，我們學習了跳繩的哪一個技巧呢？」 ※學生回答(共同回答):雙腳併攏逆迴旋。</p> <p>2. 教師提問：『老師新學期要教你們一個新的跳繩技巧，小朋友想不想跟老師一起學跳繩技巧?』 ※學生回答(共同回答):好。</p> <p style="text-align: center;">暖身運動</p> <p>◎教師說：「開始運動之前，請全班的小朋友拿起跳繩，跟老師一起做暖身運動，請大家成體操隊行，散開！注意！前後左右小朋友的手張開後，不可以碰到彼此。」</p> <p>一、手部轉動與腳部跳躍動作練習活動：</p> <p>1. 練習單手轉繩、雙手轉繩、雙手轉繩加腳部跳躍動作練習</p> <p>2. 提醒學生繩子轉動一圈，腳部跳躍一次。</p> <p style="text-align: center;">正式活動</p> <p>★教師提問：「跳繩時，除了雙腳併攏往上跳以外，?可不可以用跑步的方式，雙腳前後交替往上跳?覺得可以的小朋友請舉手」 ※學生回答： 1. 舉手，可以 #教師示範：「那老師示範一次，逆迴旋跑步跳給大家看唷。」 步驟一： 繩子甩致後方準備起跳時，右腳需提早提起。 步驟二： 左腳輕輕跳起，跳起後將腳提起，左腳提起的同時，右腳落第。 ※注意事項:提起腳時，盡量雙腳平行，不可以變成內外八的形狀唷</p> <p style="text-align: center;">分組練習</p> <p>☆教師說明：「現在請每五位小朋友一組，每組輪流練習，老師會下去指導大家，還沒輪到的小組，請調整自己的跳繩長度，旁邊的小朋友可以相互幫忙。」 ☆教師引導：「每一組小朋友都練習過，現在我們全班一起討論，找出逆迴旋跑步跳最好的起跳時間」 ※分組練習討論，教師巡視觀察學生討論狀況。 ★教師提問：「在剛剛的討論完之後，有沒有哪一組小朋友要說說看，逆迴旋跑步跳到底要在什麼時候跳起來?」 ※學生回答:左右腳不可以提太高，一隻腳腳尖落地時，另一隻腳要提起</p> <p style="text-align: center;">第一節結束</p> | <p>1. 教師提問引起動機</p> <p>2. 教師引導學生，做正確的熱身動作</p> <p>3. 教師示範正確動作並口頭引導跳繩步驟</p> <p>4. 分組練習，彼此觀察動作流程與正確性</p> | <p>【類別】：實作評量</p> <p>【目標】：能具備從事跳繩活動的安全常識，並描述跳繩的基本動作流程</p> <p>【方式】：實作評量/能與同學溝通後，取出彼此的安全距離，並做好熱身運動</p> <p>【類別】：實作評量/口頭評量</p> <p>【目標】：能認真觀看示範動作，並嘗試模仿相同的跳繩動作</p> <p>【方式】：形成性-</p> <p>1. 實作評量/跳繩前，調整跳繩到合適的長度，以及拉開安全距離</p> <p>2. 能做出正確的跳繩動作</p> <p>3. 能正確說需要注意的事項</p> |
|--|--|--|--|---|

| 教學活動內容及實施方式 | | | | 備註 |
|---|---|---|---|---|
| 核心素養 | 關鍵提問 | 學習活動歷程(包括學習策略)與學習經驗的延續 | 教師的思考與教學策略 | 評量類型與基準 |
| <p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能,能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>國 1-I-1 養成專心聆聽的習慣,尊重對方的發言</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受,在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭,並與團隊成員合作,促進身心健康。</p> | <p>1. 從事跳繩活動或暖身前,要做哪些安防護?</p> <p>2. 當老師示範跳繩動作時,小朋友應當怎麼做?</p> <p>3. 分組討論跟練習時,要 保持怎樣態度?</p> | <p>【第二節】 引起動機</p> <p>★教師提問:「上一節課,我們學到了跳繩的哪一個動作呢?」 ※學生回答(共同回答):逆迴旋。</p> <p>★教師提問:「上完課後,有每天養成跳繩習慣的小朋友舉手」 ※學生回答:1.全班舉手</p> <p>★教師提問:『老師想讓這次新學的跳繩技巧,增加一點難度,小朋友想不想跟老師一起挑戰?』 ※學生回答(共同回答):好。</p> <p>暖身運動</p> <p>#教師示範:「開始上課之前,請全班的小朋友拿起跳繩,跟老師一起做暖身運動,請大家成體操隊行,散開!注意!前後左右小朋友的手張開後,不可以碰到彼此。」</p> <p>一、手部轉動與腳部跳躍動作練習活動: 1. 練習單手轉繩、雙手轉繩、雙手轉繩加腳部跳躍動作練習 2. 提醒學生繩子轉動一圈,腳部跳躍一次。</p> <p>正式活動</p> <p>◎教師說明:「跳繩前,我們在複習一次,需要準備的事項有哪些?」</p> <p>1. 將調整跳繩的長度,至適合個人的身高。 2. 與前後左右的相鄰的同學取出適當的距離。</p> <p>★教師提問:「小朋友都聽清楚了嗎?現在請你們開始動作」 ※學生回答(共同回答):聽清楚了</p> <p>#教師示範:「現在老師先示範並口頭說明一次,逆迴旋的正確步驟。」</p> <p>步驟一:雙腳併攏直立,繩至於腳前,並將繩拉直 步驟二:能雙手甩繩,使繩子由前越過頭頂向後迴旋。 步驟三:能當繩子將觸地時,雙腳併攏同時跳躍,越過繩子。 步驟四: 雙手持續甩繩,讓繩子產生向後迴旋力量,配合雙腳連續並攏跳躍,持續循環後迴旋。</p> <p>◎分組練習:「每五個一組,輪流練習連續逆迴旋,同一組同學,如果有看到同學有不完整的動作,可以教導他或是請老師去協助,如果同學跳的動作很正確,也要鼓勵他。」</p> <p>◎分組討論:「現在我們全班一起討論,找出連續逆迴旋最好的起跳時間。」 ※學生回答:每一下逆迴旋動作,可以在心中默念1-2...3跳,每一下逆迴旋速度要一致,不可以忽快忽慢。</p> | <p>1. 教師引起動機</p> <p>2. 教師帶領學生熱身運動</p> <p>3. 教師示範正確動作並口頭說明跳繩步驟</p> <p>4. 分組練習,彼此觀察動作流程與正確性</p> <p>5. 分組討論,討論出最佳的起跳時間</p> | <p>【類別】:實作評量/口頭評量 【目標】:能認真觀看示範動作,並嘗試模仿相同的跳繩動作 【方式】:形成性--</p> <p>1. 實作評量/跳繩前,調整跳繩到合適的長度,以及拉開安全距離 2. 能做出正確的逆迴旋動作 3. 能正確說出逆迴旋的動作流程</p> <p>【類別】:實作評量/口語評量 【目標】:能與同學間相互觀摩討論,並且分組合作練習跳繩的動作。 【方式】:形成性--</p> <p>1. 口語評量/能透過個人或小組討論說出何時該跳起。 2. 動作評量/是否能在該起跳的時機點起跳。 3. 整體動作的流暢性</p> |

— 第二節結束 —

參考資料

參考資料 十二年國民基本教育課程綱要國民中小學暨普通型高級中等學校—健康與體育領域
學校體育課程與教學 QPE 發展計畫 十二年國教素養導向體育教材研發示例
表現類型運動（民俗性運動）
十二年國教課綱國民中小學素養導向標準本位評量計畫

附錄一

學習重點、學習記錄與評量方式對照表

| 單元名稱 | 評量種類 | 學習目標/總結性目標 | 表現任務 | 評量方式 | 評量工具 |
|------|-------|-------------------------------|------------------------------|------|------|
| 逆迴旋 | 形成性評量 | 能具備從事跳繩活動的安全常識，並口頭描述跳繩的基本動作流程 | 能正確說出注意事項，具體說明跳繩的動作流程 | 口語評量 | |
| | | 能認真觀看示範動作，並嘗試模仿相同的跳繩動作 | 能做出逆迴旋跑步跳的跳繩動作 | 實作評量 | |
| | | 能與同學間相互觀摩討論，並且分組合作練習跳繩的動作 | 能認真參與小組討論，並共同練習跳繩動作 | 情意評量 | |
| | 總結性評量 | 能流暢完成逆迴旋連續的跳繩動作 | 能在一分鐘內，完成逆迴旋跳繩跑步跳連續動作 10 次以上 | 實作評量 | |

國民小學及國民中學學生成績評量準則 第五條

國民中小學學生成績評量，應依第三條規定，並視學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，採取下列適當之多元評量方式：

- 一、**紙筆測驗及表單**：依重要知識與概念性目標，及學習興趣、動機與態度等情意目標，採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表或其他方式。
- 二、**實作評量**：依問題解決、技能、參與實踐及言行表現目標，採書面報告、口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、作品製作、展演、鑑賞、行為觀察或其他方式。
- 三、**檔案評量**：依學習目標，指導學生本於目的導向系統性彙整之表單、測驗、表現評量與其他資料及相關紀錄，製成檔案，展現其學習歷程及成果。特殊教育學生之成績評量方式，由學校依特殊教育法及其相關規定，衡酌學生學習需求及優勢管道，彈性調整之。

附錄二 評量標準與評分指引

1. 評量目標-認知類-形成性評量

(1)本評量針對健體領域中，體育學科「認知」主題的「能說出跳繩的動作流程」次主題設計。

(2)本檢核表旨在評量學生能否正確做出逆迴旋的動作流程。

3. 評量工具：「逆迴旋」流程說明檢核表

| 項次 | 順序流程說明 | 是 | 否 |
|-------------|---------------------------------|---|---|
| 安全事項 | 1. 跳繩前，將繩子長度調整至適合個人的身高。 | | |
| | 2. 能與前後左右的相鄰的同學取出適當的距離 | | |
| 逆迴旋 動作流程 | 3. 雙腳併攏直立，繩至於腳後，並將繩拉直 | | |
| | 4. 繩子甩致後方準備起跳時，右腳需提早提起。 | | |
| | 5. 左腳輕輕跳起，跳起後將腳提起，左腳提起的同時，右腳落地。 | | |
| | 6. 雙手持續甩繩，讓繩子產生向後迴旋力量，雙腳輪流提起。 | | |

1. 評量標準與評分指引

| | | | | | |
|-------------|--|--|--|--|--|
| 學習目標 | 能具備從事跳繩活動的安全常識，並口頭描述跳繩的基本動作流程 | | | | |
| 表現任務 | 能正確說出注意事項，具體說明跳繩的動作流程 | | | | |
| 評量標準 | | | | | |
| 主題 | A | B | C | D | E |
| 逆迴旋 | 能完整說出安全事項以及逆迴旋的動作流程。 | 能說出大部分的安全事項以及逆迴旋的動作流程。 | 能在老師口頭提示下，能完整說出安全事項以及逆迴旋的動作流程。 | 能在老師口頭提示下，能說出大部分的安全事項以及逆迴旋的動作流程。 | 老師口頭提示後，只能說出部分的安全事項以及逆迴旋的動作流程。 |
| 本評量 評分指引 | 安全事項以及逆迴旋跑步跳動作流程，全部說出，順序完全正確。 (6項指標皆順序正確) | 安全事項以及逆迴旋跑步跳動作流程，大部分說出，順序完全正確。 (5項指標順序正確) | 安全事項以及逆迴旋跑步跳動作流程，大部分說出，順序完全正確。 (4項指標順序正確) | 安全事項以及逆迴旋跑步跳動作流程，大部分說出，順序完全正確。 (3項指標順序正確) | 安全事項以及逆迴旋跑步跳動作流程，大部分說出，順序完全正確。 (2項指標順序正確) |
| 評量工具 | 口語評量 | | | | |
| 分數轉換 | 99-90 | 89-80 | 79-70 | 69-60 | 59以下 |

4. 評量工具操作說明

- (1) 本動作檢核表在單元教學結束後實施。
- (2) 由教師需向全班口頭說明測驗流程與測驗重點（包括動作正確性評分與計次方式），並做示範。
- (3) 教師口頭說明每一人的測驗時間為 60 秒，每次測驗一人。
- (4) 計次方式以連續完成動作的次數為主，如果中途間斷，則需要重新計次。

備註:本評量表轉引自:教育部,109學年度之十二年國教課綱國民小學標準本位評量事例彙編-健康與體育領域-體育-修正

二、評量方式

(三)評量計畫

1. 評量目標-技能類-形成性評量

(1)本評量針對健體領域中，體育學科「技能」主題的「逆迴旋跑步跳」次主題設計。

(2)本檢核表旨在評量學生能否正確做出雙腳輪流交替逆迴旋的動作。

2. 評量學習目標:能認真觀看示範動作，並嘗試模仿相同的跳繩動作

3. 評量工具:「逆迴旋」動作檢核表

| 項次 | 動作說明 | 是 | 否 | 次數 |
|-----|--------------------------------|---|---|----|
| 準備期 | 1.能調整跳繩的長度，至適合個人的身高。 | | | |
| | 2.能與前後左右的相鄰的同學取出適當的距離 | | | |
| | 3.雙腳併攏直立，繩至於腳後，並將繩拉直 | | | |
| 正確期 | 1.繩子甩致後方準備起跳時，右腳需提早提起。 | | | |
| | 2.左腳輕輕跳起，跳起後將腳提起，左腳提起的同時，右腳落地。 | | | |
| 流暢期 | 1.雙手持續甩繩，讓繩子產生向後迴旋力量。 | | | |
| | 2.能連續甩繩雙腳連續交叉跳躍，持續循環後迴旋跑步跳。 | | | |
| | 3.能具備協調性與節奏性結合雙手甩繩和雙腳輪流跳躍 | | | |

2. 評量標準與評分指引

| | | | | | |
|-------------|----------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|------------|
| 學習目標 | 能認真觀看示範動作，並嘗試模仿相同的跳繩動作 | | | | |
| 表現任務 | 能做出逆迴旋的跳繩動作 | | | | |
| 評量標準 | | | | | |
| 主題 | A | B | C | D | E |
| 逆迴旋 | 能流暢地表現基本的動作能力，並能執行安全的身體活動。 | 能熟練地表現基本與模仿動作的能力，並能執行安全的身體活動。 | 能在老師的協助後，正確表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動 | 能在老師的協助後，能部分地表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動 | 未達D等級。 |
| 本評量 評分指引 | 動作流暢完整且具協調性與節奏感。 | 動作熟練完整，協調性與節奏感較不穩定。 | 動作部分大都正確，協調性與節奏感較不穩定。 | 動作大都不正確，造成中斷現象。 | 無法完成逆迴旋動作。 |
| 評量工具 | 實作評量 | | | | |
| 分數轉換 | 99-90 | 89-80 | 79-70 | 69-60 | 59 以下 |

4. 評量工具操作說明

(1) 本動作檢核表在單元教學結束後實施。

(2) 由教師需向全班口頭說明測驗流程與測驗重點（包括動作正確性評分與計次方式），並做示範。

(3) 教師口頭說明每一人的測驗時間為 30 秒，每次測驗一人。

(4) 計次方式以連續完成動作的次數為主，如果中途間斷，則需要重新計次。

備註:本評量表轉引自:教育部，109 學年度之十二年國教課綱國民小學標準本位評量事例彙編-健康與體育領域-體育-修正

※示例二_情意

1. 評量目標-情意類-形成性評量

(1)本評量針對健體領域中，體育學科「情意」主題的「體育學習態度」次主題設計。

(2)本紀錄表旨在評量學生在體育課中，遵守教師指示的練習、遊戲規定，練習時能認真參與，當進行同儕合作互評時，能掌握練習組和觀察組的角色和任務，進行練習觀察和分享時，能主動溝通，並讚美他人的表現。

★評量學習目標：

1. 能認真觀看示範動作，並嘗試模仿相同的跳繩動作
 2. 能與同學間相互觀摩討論，並且分組合作練習跳繩的動作
3. 評量工具：學習態度觀察紀錄表

| _____年_____班 | | 任課教師： | | | | | | |
|-----------------------------------|----|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----|
| 第_____週：_____月_____日~_____月_____日 | | | | | | | | |
| 評量項目 學生資料 | | 責任層級參照 | | | | | | 總成績 |
| | | 尊重與紀律 | | 參與和合作 | | 溝通與讚美 | | |
| 座號 | 姓名 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | |
| | | 遵守 常規 | 尊重 他人 | 認真 參與 | 共同 合作 | 溝通 討論 | 欣賞 讚美 | |
| 1 | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | |

4. 評量標準與評分指引

| 學習目標 | 能與同學間相互觀摩討論，並且分組合作練習跳繩的動作 | | | |
|--------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|-----------------------|
| 表現任務 | 能認真參與小組討論，並共同練習跳繩動作 | | | |
| 評量標準 | | | | |
| 次主題 | A | B | C | D |
| 學習態度 | 能主動地遵守運動規範，和同儕合作、溝通，表現認真參與的學習態度 | 能適切地遵守運動規範，和同儕合作、溝通，表現認真參與的學習態度 | 能在教師口頭提醒下，遵守運動規範，和同儕合作、溝通，表現參與願意的學習態度 | 未達D等級。 |
| 評量評分指引 | 能夠表現出三個責任層級之五個以上評量要項 | 能夠表現出三個責任層級之二個以上評量要項 | 只能夠表現出三個責任層級之一個評量要項。 | 無法表現出三個責任層級之任一一個評量要項。 |
| 評量工具 | 教師觀察 | | | |
| 分數轉換 | 99-90 | 89-80 | 79-70 | 69-60 |

5. 評量工具操作說明

(1) 本情意評量適用於，教師在教學過程中觀察學生之學習表現，當出現設定之評量行為時，即予以記錄。

備註：

轉引自教育部，109學年度之十二年國教課綱國民小學標準本位評量事例彙編-健康與體育領域-體育-修正

三、總結性評量

1. 評量目標-能流暢完成逆迴旋連續的跳繩動作

(1)本評量針對健體領域中，體育學科「技能」主題的「逆迴旋跑步跳」次主題設計。

(2)本檢核表旨在評量學生能否正確做出雙腳輪流交替起跳之逆迴旋的動作。

2. 評量標準與評分指引

| | | | | | |
|-------------|---|---|---|---------------------------------------|-------------------|
| 總結性目標 | 能流暢完成逆迴旋跑步跳連續的跳繩動作 | | | | |
| 總結性表現任務 | 能在一分鐘內，完成逆迴旋跑步跳連續動作 10 次以上 | | | | |
| 評量標準 | | | | | |
| 主題 | A | B | C | D | E |
| 逆迴旋 | 能流暢地表現基本的動作能力，並能執行安全的身體活動。 | 能熟練地表現基本與模仿動作的能力，並能執行安全的身體活動。 | 能在老師的協助後，正確表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動 | 能在老師的協助後，能部分地表現基本的與模仿動作能力，並能執行安全的身體活動 | 未達 D 等級。 |
| 本評量 評分指引 | 動作流暢完整且具協調性與節奏感。能完成一跳逆迴旋跑步跳連續動作 10 次以上。 | 動作熟練完整，協調性與節奏感較不穩定。能完成一跳逆迴旋跑步跳連續動作 5 次以上。 | 動作部分大都正確，協調性與節奏感較不穩定。能完成一跳逆迴旋跑步跳連續動作 3 次以上。 | 動作大都不正確，造成中斷現象。能完成一跳逆迴旋跑步跳動作 1 次以上 | 無法完成 1 次一跳逆迴旋跑步跳。 |
| 評量工具 | 實作評量 | | | | |
| 分數轉換 | 99-90 | 89-80 | 79-70 | 69-60 | 59 以下 |

4. 評量工具操作說明

- (1) 本動作檢核表在單元教學結束後實施。
- (2) 由教師需向全班口頭說明測驗流程與測驗重點（包括動作正確性評分與計次方式），並做示範。
- (3) 教師口頭說明每一人的測驗時間為 60 秒，每次測驗一人。
- (4) 計次方式以連續完成動作的次數為主，如果中途間斷，則需要重新計次。

備註:本評量表轉引自:教育部,109 學年度之十二年國教課綱國民小學標準本位評量事例彙編-健康與體育領域-體育-修正