

彰化縣 114 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

十二年國民教育輔導團健康與體育學習領域輔導分團

SEL 融入健康與體育領域教學實踐策略與運用增能計畫

一、依據

- (一) 教育部補助直轄市縣(市)政府精進國民中學及國民小學教師教學專業與課程品質作業要點。
- (二) 彰化縣 114 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。
- (三) 彰化縣 114 學年度國教地方團整體團務計畫。

二、現況分析與需求評估

健體課程中實踐社會情緒學習(SEL)所面臨的挑戰，在於傳統較著重體適能與技能發展，較少關注學生的情緒與社交能力。學生在競爭或合作活動中，情緒管理與人際互動能力，也是一個重要的學習課題。健體領域教師對於 SEL 的認識與應用有限，且缺乏融入 SEL 的教學資源，限制了 SEL 在體的有效實施。這些需求反映出教師對 SEL 在健康與體育課程中的應用，有迫切的學習需求，因此透過 SEL 具體教材與實施策略的專業研習課程，協助健體領域教師提升 SEL 融入健康與體育領域教學核心能力，進而促進學生的整體發展。

三、目的

本研習課程的目的，在於協助健康與體育領域教師，理解並實踐 SEL 於健康與體育教學，以營造更具支持性、合作性與正向學習的學習環境。具體目標如下

了解 SEL 核心概念，並認識其對學生身心發展的影響。

- (二) 學習如何將 SEL 策略融入健體教學，提升學生的情緒調適與社交能力。
- (三) 掌握具體可行的 SEL 教學方法與活動設計，改善健體課堂中學生互動與氛圍。
- (四) 透過實作與課堂實踐，提升教師在健體課程中應用 SEL 的能力。

四、辦理單位

- (一) 指導單位：教育部國民及學前教育署、彰化縣政府。
- (二) 主辦單位：彰化縣埔心國民小學、彰化縣健康與體育領域輔導分團。

五、辦理日期

- (一) 研習時間與地點：115 年 3 月 12 日 9:00-16:30、115 年 4 月 16 日(星期四) 9:00-12:30 於埔心國中。
- (二) 研習主題：SEL 融入健康與體育領域教學實踐策略與運用，共核發研習時數 9 小時。

六、參加對象與人數

縣內國中、國小低年級健康與體育授課教師「國中 24 班以上，國小 12 班(含)以上，請派乙名低年級健康與體育領域授課教師參加」、輔導團員，每場次預計各 60 人，兩場次請薦派同一位教師。

七、研習內容：

- (一) 115 年 3 月 12 日第一場次：SEL 融入健康教學實踐策略與運用，核發研習時數 6 小時。

時間	課程主題	主講人	備註
08:40-09:00	報到暨長官致詞	健體輔導分團	
9:00~9:10	開幕致詞	領域召集人	
9:10~10:00 (50mins)	SEL 社會情緒學習概論	講師:黃蕙欣 台北市金華國中	外聘講師 1 節
10:00~10:30	休息	輔導團隊	
10:30~12:00 (90mins)	SEL 五大向度解析	講師:黃蕙欣 台北市金華國中	外聘講師 2 節
12:00~13:30	午餐	輔導團隊	
13:30~14:20 (50mins)	SEL 課程實務小組探究	講師:黃蕙欣 台北市金華國中	外聘講師 1 節
14:20~14:30	休息	健體輔導分團	
14:30~16:00 (90mins)	小組共備成果分享	講師:黃蕙欣 台北市金華國中	外聘講師 2 節
16:00~16:30	綜合座談 回饋討論與行動承諾	健體輔導分團	

(二) 115 年 4 月 16 日第二場次: SEL 融入健體領域教學實踐策略與運用, 核發研習時數 3 小時。

時間	課程內容	主持人/講師	備註
08:40~09:00	報到	健體領域輔導分團	
09:00~12:30	SEL 融入健體領域教學實踐分享: 1. SEL 融入健體領域教學課程示例分享 2. 課程設計分組實作分享 3. 專業對話與討論	講師: 黃珍老師 (臺中市居仁國中)	外聘講師 3 節
12:30~13:30	午餐休息	健體領域輔導分團	

八、成效評估之實施

研習活動中採用「教師研習滿意度問卷調查表」進行調查, 活動後收回統計, 進行量化分析。(滿意度調查表: 於研習當天結束後填寫回收; 教學實施與回饋建議表: 於研習後, 返校一個月內線上填寫回收)

(一) 量化評估: 各調查項目參與者滿意(非常滿意)均達 80%以上。

(二) 質性評估: 參與增能並共同實踐分享, 經由發表評析與回饋省思, 建立教學分享機制。

九、預期成效

- (一) 教師能學習將 SEL 策略融入健體教學，以提升學生的情緒調適與社交能力。
- (二) 促進教師專業成長與實踐應用，提升學生在健體課程的正向學習經驗。
- (三) 透過反思與行動計畫，幫助教師在研習後能持續發展 SEL 教學，建立正向學習氛圍，提升學生參與度與自信心。

十、聯絡人 健體領域聯絡人 黃志偉主任/黃惠祺老師

(聯絡電話：04-8291494#103)

本回饋單於深化成效評估第一階段參與進修研習後就研習過程所見所學加以回饋

壹、課程或領域（議題）名稱：SEL 融入健康與體育領域教學實踐策略與運用

貳、課程時間：115年3月13日

參、基本資料：

一、性別：女 男 二、學歷：博士 碩士 大學 專科三、年齡：21-30歲 31-40歲 41-50歲 51歲以上四、擔任職務：校長 主任 組長 專任老師 導師 教師

肆、參加原因：

課程內容有助於自身教學品質之精進 課程內容有助於目前承辦業務未來可能會接觸或承辦相關業務 對課程內容有興趣長官指派：但非承辦與課程內容相關之業務 其他：_____

伍、意見調查：

評估項目	評估指標	非常同意	同意	無意見	不同意	非常不同意
		5	4	3	2	1
反應效果	課程內容及主題符合我的需求					
	課程時間安排得宜					
	很滿意授課教師的表現，包括具備足夠的知能且可提供我需要的幫助					
	教材選擇合宜，且內容精采充實					
學習效果	我能吸收課堂中的知識，並且能增進自我專業知識提升					
	此次課程對於我未來教學或個人成長均有幫助					
	整體而言，我覺得此次上課的學習效果很好					
知能與技能運用效果	在課程進行中，我曾思考如何應用於學校教學上					
	課程內容很實用，我會嘗試將課程所學落實於學校教學上					
	我會利用機會將課程所學或實踐結果與學校同仁分享					
學習環境及行政服務	我滿意此次研習場地的環境					
	我滿意此次研習設備的品質					
	我滿意此次研習的行政品質					
學員回饋意見	未來我是否會願意繼續參加相關課程？ <input type="checkbox"/> 不願意 <input type="checkbox"/> 願意					
	是否願意留下聯絡資料，以供成立教學社群？ <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，請留下聯絡資料： 姓名：_____；聯絡電話或email：_____					
	在工作領域中，目前極需增能的課程為： <input type="checkbox"/> 行政工作（主題或內容：_____） <input type="checkbox"/> 課程教學領導（主題或內容：_____） <input type="checkbox"/> 教學專業（主題或內容：_____） <input type="checkbox"/> 其他（主題或內容：_____）					
	我認為本次參加研習最大的收穫是？					
	建議事項（請具體陳述，俾利改善）					

※ 由衷感謝您的回饋！您的回饋是我們精進 成長 茁壯的動力！

彰化縣114學年度辦理十二年國民基本教育精進國民中小學教學品質計畫教學實施與回饋建議表

本回饋單於參與過深化成效評估第一階段回校實踐後，再次回流研習過程或經驗加以回饋

壹、課程或領域（議題）名稱：SEL 融入健康與體育領域教學實踐策略與運用回流

貳、辦理時間：115年4月24日

參、基本資料：

一、性別：女 男 二、學歷：博士 碩士 大學 專科

三、年齡：21-30歲 31-40歲 41-50歲 51歲以上

肆、擔任職務：校長 主任 組長 專任老師 導師 教師

伍、研習性質：

輔導團到校服務 輔導團教學輔導（課室觀察及共同備課）

二階回流研習 非專長增能研習 其他：_____

陸、教學實施調查：

項目	教學情形意見調查	非常同意 5	同意 4	無意見 3	不同意 2	非常不同意 1
課程設計	我能規劃更適合學生的學習教材及教學活動					
	我能更熟稔的掌握任教學科知識及課堂時間					
教學實施	我更能有效的運用教學技巧於課堂上					
	我更能將所設計的學習情境呈現於教材內容					
學習評量	我更能運用學習評量調整教學內容及方法					
	我更能運用學習評量檢測學生學習情況					
	我更能從學生的學習情況及意見回饋，修正與省思教學方向					
分享教學經驗	我曾和校內夥伴分享成功的教學策略或經驗					
	我曾和社群夥伴分享成功的教學策略或經驗					
	我曾和他人分享教學策略或經驗時獲得回饋					
	我願意和他校教師分享成功的教學策略或經驗					
學員回饋意見	未來我是否會願意繼續參加相關課程？ <input type="checkbox"/> 不願意 <input type="checkbox"/> 願意					
	是否願意留下聯絡資料，以供成立教學研究社群？ <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，請留下聯絡資料： 姓名：_____；聯絡電話或 email：_____					
	在工作領域中，目前極需增能的課程為： <input type="checkbox"/> 行政工作（主題或內容：_____） <input type="checkbox"/> 課程教學領導（主題或內容：_____） <input type="checkbox"/> 教學專業（主題或內容：_____） <input type="checkbox"/> 其他（主題或內容：_____）					
	我認為本次參加研習最大的收穫是？					
	建議事項（請具體陳述，俾利改善）					

由衷感謝您的回饋！您的回饋是我們精進 成長 茁壯的動力！