

學校提交教師學習社群成果摘述表

學校名稱：中山國中；填表人：陳威介

社群名稱	中山國中健體領域團隊																									
社群運作概述	1. 由健體領域教師參加(共 7 人)。 2. 共辦理六次活動(3 次主題討論、3 次實作演練)。 3. 社群主題，結合運動傷害之教材教法研習，透過教師教學專業發展，利於課程中指導學生如何保護與進行立即處理之觀念。																									
達成情形	學生、教師或學校層面之成果分析(含量化分析結合圓餅圖或長條圖、質性分析) 1. 提升教師運動傷害教材教法知能。 <table><caption>圖一-體育教師參與增能次數</caption><thead><tr><th>類別</th><th>代理教師</th><th>正式教師</th></tr></thead><tbody><tr><td>人數</td><td>1</td><td>6</td></tr><tr><td>參與增能次數</td><td>6</td><td>6</td></tr></tbody></table> 2. 提升校隊學生如何進行運動傷害之處理。 3. 透過體育課教學強化學生面對運動傷害處遇之處理。 <table><caption>圖二-學生學習運動傷害教學時數</caption><thead><tr><th>班級</th><th>二小時</th><th>四小時</th><th>六小時</th></tr></thead><tbody><tr><td>普通班</td><td>1080</td><td>0</td><td>0</td></tr><tr><td>舞蹈班</td><td>0</td><td>80</td><td>0</td></tr><tr><td>體育班</td><td>0</td><td>0</td><td>50</td></tr></tbody></table> 圖二-學生學習運動傷害教學時數	類別	代理教師	正式教師	人數	1	6	參與增能次數	6	6	班級	二小時	四小時	六小時	普通班	1080	0	0	舞蹈班	0	80	0	體育班	0	0	50
類別	代理教師	正式教師																								
人數	1	6																								
參與增能次數	6	6																								
班級	二小時	四小時	六小時																							
普通班	1080	0	0																							
舞蹈班	0	80	0																							
體育班	0	0	50																							

社群運作成果

1. 學習成效

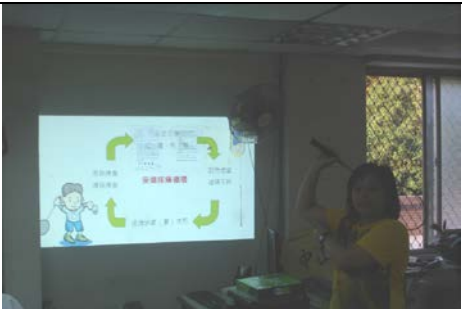
- (1) 增進教師專業發展
- (2) 增進專業對話與合作學習之成效。

2. 社群活動

時間	地點	活動內容	人數
102/5/1608:30-11:30	中山館	1-運動傷害種類(一) 概論與急性傷害	7
102/6/2008:30-11:30	中山館	2-運動傷害種類(二) 慢性傷害與預防	7
102/9/215:30-17:00	中山館	3-運動傷害防護 觀念與落實	7
102/9/513:30-16:30	中山館	4-運動傷害處理 實務探討(以羽球為例)	7
102/9/1213:30-16:30	中山館	5-簡易包紮(一)關節部分傷害包紮	7
102/9/1815:00-17:00	中山館	6-簡易包紮(二)肌肉部分傷害包紮	7

3. 簽到

中山國中體社群活動表 一、主題：運動傷害種類(一) 概論與急性傷害 二、時間：102/5/16 三、地點：中山館 四、出席簽到： <table border="1"> <tr><td>陳威介</td><td></td></tr> <tr><td>吳淑芬</td><td></td></tr> <tr><td>王育寧</td><td></td></tr> <tr><td>吳淑芬</td><td></td></tr> <tr><td>郭昭宏</td><td></td></tr> <tr><td>金慶偉</td><td></td></tr> <tr><td>許心明</td><td></td></tr> </table>	陳威介		吳淑芬		王育寧		吳淑芬		郭昭宏		金慶偉		許心明		中山國中體社群活動表 一、主題：運動傷害種類(二) 慢性傷害與預防 二、時間：102/6/20 三、地點：中山館 四、出席簽到： <table border="1"> <tr><td>王育寧</td><td></td></tr> <tr><td>陳威介</td><td></td></tr> <tr><td>吳淑芬</td><td></td></tr> <tr><td>郭昭宏</td><td></td></tr> <tr><td>金慶偉</td><td></td></tr> <tr><td>許心明</td><td></td></tr> </table>	王育寧		陳威介		吳淑芬		郭昭宏		金慶偉		許心明	
陳威介																											
吳淑芬																											
王育寧																											
吳淑芬																											
郭昭宏																											
金慶偉																											
許心明																											
王育寧																											
陳威介																											
吳淑芬																											
郭昭宏																											
金慶偉																											
許心明																											
中山國中體社群活動表 一、主題：運動傷害防護 觀念與落實 二、時間：102/9/21 三、地點：中山館 四、出席簽到： <table border="1"> <tr><td>陳威介</td><td></td></tr> <tr><td>吳淑芬</td><td></td></tr> <tr><td>王育寧</td><td></td></tr> <tr><td>郭昭宏</td><td></td></tr> <tr><td>金慶偉</td><td></td></tr> <tr><td>許心明</td><td></td></tr> </table>	陳威介		吳淑芬		王育寧		郭昭宏		金慶偉		許心明		中山國中體社群活動表 一、主題：運動傷害處理 實務探討(以羽球為例) 二、時間：102/9/5 三、地點：中山館 四、出席簽到： <table border="1"> <tr><td>吳淑芬</td><td>王育寧</td></tr> <tr><td>陳威介</td><td></td></tr> <tr><td>吳淑芬</td><td></td></tr> <tr><td>郭昭宏</td><td></td></tr> <tr><td>金慶偉</td><td></td></tr> <tr><td>許心明</td><td></td></tr> </table>	吳淑芬	王育寧	陳威介		吳淑芬		郭昭宏		金慶偉		許心明			
陳威介																											
吳淑芬																											
王育寧																											
郭昭宏																											
金慶偉																											
許心明																											
吳淑芬	王育寧																										
陳威介																											
吳淑芬																											
郭昭宏																											
金慶偉																											
許心明																											
中山國中體社群活動表 一、主題：簡易包紮(一) 關節部分傷害包紮 二、時間：102/9/12 三、地點：中山館 四、出席簽到： <table border="1"> <tr><td>王育寧</td><td>陳威介</td></tr> <tr><td>吳淑芬</td><td></td></tr> <tr><td>郭昭宏</td><td></td></tr> <tr><td>金慶偉</td><td></td></tr> <tr><td>許心明</td><td></td></tr> </table>	王育寧	陳威介	吳淑芬		郭昭宏		金慶偉		許心明		中山國中體社群活動表 一、主題：簡易包紮(二) 肌肉部分傷害包紮 二、時間：102/9/18 三、地點：中山館 四、出席簽到： <table border="1"> <tr><td>王育寧</td><td>陳威介</td></tr> <tr><td>吳淑芬</td><td></td></tr> <tr><td>郭昭宏</td><td></td></tr> <tr><td>金慶偉</td><td></td></tr> <tr><td>許心明</td><td></td></tr> </table>	王育寧	陳威介	吳淑芬		郭昭宏		金慶偉		許心明							
王育寧	陳威介																										
吳淑芬																											
郭昭宏																											
金慶偉																											
許心明																											
王育寧	陳威介																										
吳淑芬																											
郭昭宏																											
金慶偉																											
許心明																											

活動照片 6-12 張	 編號：01 日期：102 年 5 月 16 日 文字說明：由陳威介老師進運動傷害種類概論與急性傷害分享。	 編號：02 日期：102 年 6 月 20 日 文字說明：由陳威介老師進簡易包紮肌肉部分傷害包紮
	 編號：03 日期：102 年 9 月 2 日 文字說明：由杜殷璐老師進行運動傷害防護觀念與落實	 編號：04 日期：102 年 9 月 5 日 文字說明：由陳虹如老師進行運動傷害防護處理實務探討(羽球)
	 編號：05 日期：102 年 9 月 5 日 文字說明：進行運動傷害防護處理實務探討	 編號：06 日期：102 年 9 月 12 日 文字說明：由陳虹如老師進行運動傷害簡易包紮(一)關節部分
	 編號：07 日期：102 年 9 月 12 日 文字說明：進行運動傷害簡易包紮(一)關節部分教學	 編號：08 日期：102 年 9 月 18 日 文字說明：由吳旭泰老師進行運動傷害簡易包紮(二)肌肉部分
	備 註	

日期：102 年 11 月 29 日

台南市立中山國民中學『健體領域』精進教學社群實施成果

「海洋教育之教學精進-運動傷害與防護教學-第一場」

壹、依據：102 年度「教育部補助精進教學要點」辦法。

貳、實施目的：

一、配合校本課程，並提升健體領域教師海洋教育之專業成長。

二、配合校本課程，並提升健體領域教師運動傷害之專業成長。

三、透過體驗、回饋、省思過程，增進親師生溝通與情誼。

參、實施對象：本校健體領域全體教師暨有興趣之教師。

肆、辦理方式：以健體領域教師校內進修方式辦理。

伍、實施時間：102 年 5 月 16 日(星期四)上午 08：30 至 11：30。

陸、活動地點：本校中山館會議室。

柒、活動時段及內容：

課 程 時 段	課 程 內 容
08：30 — 08：40	報到
08：40 — 11：30	運動傷害種類(一)概論與急性傷害 講師：陳威介老師

捌、本計畫呈校長核准後實施，修改時亦同。



陳威介老師主講台運動傷害種類(一)探討



運動傷害種類(一)探討上課情形 (1)

台南市立中山國民中學『健體領域』精進教學社群實施成果

「海洋教育之教學精進-運動傷害與防護教學-第二場」

壹、依據：102 年度「教育部補助精進教學要點」辦法。

貳、實施目的：

一、配合校本課程，並提升健體領域教師海洋教育之專業成長。

二、配合校本課程，並提升健體領域教師運動傷害之專業成長。

三、透過體驗、回饋、省思過程，增進親師生溝通與情誼。

參、實施對象：本校健體領域全體教師暨有興趣之教師。

肆、辦理方式：以健體領域教師校內進修方式辦理。

伍、實施時間：102 年 6 月 20 日(星期四)上午 08：30 至 11：30。

陸、活動地點：本校中山館會議室。

柒、活動時段及內容：

課 程 時 段	課 程 內 容
08：30 — 08：40	報到
08：40 — 11：30	運動傷害種類(二)慢性傷害與預防 講師：陳威介老師

捌、本計畫呈校長核准後實施，修改時亦同。



陳威介老師主講台運動傷害種類(二)探討



運動傷害種類(二)探討上課情形(1)

台南市立中山國民中學『健體領域』精進教學社群實施成果

「海洋教育之教學精進-運動傷害與防護教學-第三場」

壹、依據：102 年度「教育部補助精進教學要點」辦法。

貳、實施目的：

一、配合校本課程，並提升健體領域教師海洋教育之專業成長。

二、配合校本課程，並提升健體領域教師運動傷害之專業成長。

三、透過體驗、回饋、省思過程，增進親師生溝通與情誼。

參、實施對象：本校健體領域全體教師暨有興趣之教師。

肆、辦理方式：以健體領域教師校內進修方式辦理。

伍、實施時間：102 年 9 月 2 日(星期四)下午 15：30 至 17：00。

陸、活動地點：本校中山館會議室。

柒、活動時段及內容：

課 程 時 段	課 程 內 容
15：30 — 15：40	報到
15：40 — 17：00	運動傷害防護觀念與落實 講師：杜殷瑤老師

捌、本計畫呈校長核准後實施，修改時亦同。



杜殷琰老師主講台運動傷害防護探討



運動傷害防護探討上課情形 (1)

台南市立中山國民中學『健體領域』精進教學社群實施成果

「海洋教育之教學精進-運動傷害與防護教學-第四場」

壹、依據：102 年度「教育部補助精進教學要點」辦法。

貳、實施目的：

一、配合校本課程，並提升健體領域教師海洋教育之專業成長。

二、配合校本課程，並提升健體領域教師運動傷害之專業成長。

三、透過體驗、回饋、省思過程，增進親師生溝通與情誼。

參、實施對象：本校健體領域全體教師暨有興趣之教師。

肆、辦理方式：以健體領域教師校內進修方式辦理。

伍、實施時間：102 年 9 月 5 日(星期四)下午 13：30 至 16：30。

陸、活動地點：本校中山館會議室。

柒、活動時段及內容：

課 程 時 段	課 程 內 容
13：30 — 13：40	報到
13：40 — 16：30	運動傷害防護處理實務探討(羽球傷害為例) 講師：陳虹如老師

捌、本計畫呈校長核准後實施，修改時亦同。



陳虹如老師主講台運動傷害處理實務探討



運動傷害處理實務探討上課情形（1）

台南市立中山國民中學『健體領域』精進教學社群實施成果

「海洋教育之教學精進-運動傷害與防護教學-第五場」

壹、依據：102 年度「教育部補助精進教學要點」辦法。

貳、實施目的：

一、配合校本課程，並提升健體領域教師海洋教育之專業成長。

二、配合校本課程，並提升健體領域教師運動傷害之專業成長。

三、透過體驗、回饋、省思過程，增進親師生溝通與情誼。

參、實施對象：本校健體領域全體教師暨有興趣之教師。

肆、辦理方式：以健體領域教師校內進修方式辦理。

伍、實施時間：102 年 9 月 12 日(星期四)下午 13：30 至 16：30。

陸、活動地點：本校中山館會議室。

柒、活動時段及內容：

課 程 時 段	課 程 內 容
13：30 — 13：40	報到
13：40 — 16：30	運動傷害簡易包紮(一)關節部分傷害包紮 講師：陳虹如老師

捌、本計畫呈校長核准後實施，修改時亦同。



陳虹如老師主講台運動傷害簡易包紮(一)探討



運動傷害簡易包紮(一)探討上課情形 (1)

台南市立中山國民中學『健體領域』精進教學社群實施成果

「海洋教育之教學精進-運動傷害與防護教學-第六場」

壹、依據：102 年度「教育部補助精進教學要點」辦法。

貳、實施目的：

一、配合校本課程，並提升健體領域教師海洋教育之專業成長。

二、配合校本課程，並提升健體領域教師運動傷害之專業成長。

三、透過體驗、回饋、省思過程，增進親師生溝通與情誼。

參、實施對象：本校健體領域全體教師暨有興趣之教師。

肆、辦理方式：以健體領域教師校內進修方式辦理。

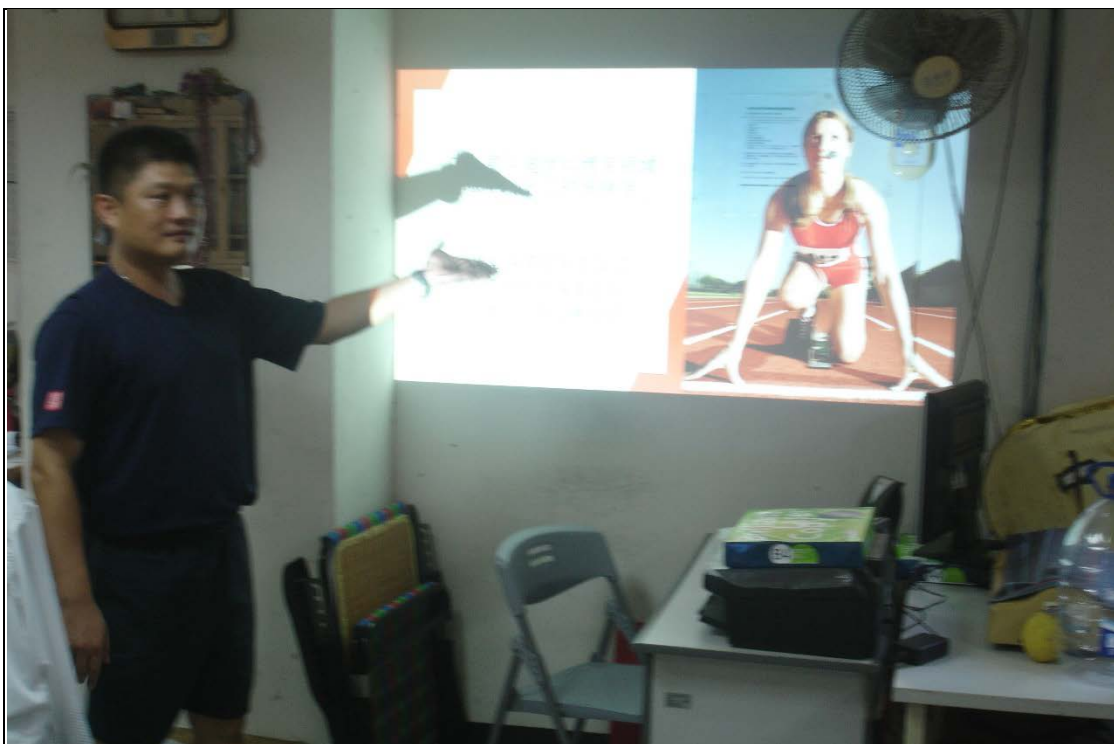
伍、實施時間：102 年 9 月 18 日(星期三)上午 15：00 至 17：00。

陸、活動地點：本校中山館會議室。

柒、活動時段及內容：

課 程 時 段	課 程 內 容
15：00 — 15：10	報到
15：10 — 17：00	運動傷害簡易包紮(二)肌肉部分傷害包紮 講師：吳旭泰老師

捌、本計畫呈校長核准後實施，修改時亦同。



吳旭泰老師主講台運動傷害簡易包紮(二)探討



運動傷害簡易包紮(二)探討上課情形 (1)