

國立臺灣體育運動大學
National Taiwan University of Physical
Education and Sport
體育舞蹈學系碩士班學位論文

啦啦隊指定動作教學歷程之行動研究—以南投
市某國小為例

THE ACTION RESEARCH OF TEACHING
OF CHEERLEADING REQUIRED
MOVEMENTS -AN EXAMPLE OF
ELEMENTARY SCHOOL IN NANTOU



研究生：田函玉 撰

指導教授：張育銓 助理教授

協同指導教授：羅雅柔 博士

中華民國 103 年 6 月

論文名稱：啦啦隊指定動作教學歷程之行動研究—以南投市
某國小為例

總頁數：146 頁

校（院）所組別：國立臺灣體育運動大學舞蹈學系碩士班理
論組

畢業時間及提要別：102 學年度第 2 學期碩士學位論文

研究生：田函玉

指導教授：張育銓助理教授

協同指導教授：羅雅柔博士

中文摘要

本研究旨在觀察與記錄學生在參與啦啦隊指定動作教學時之反應與狀況，探討啦啦隊指定動作課程在國小階段實施的成果與成效。本研究採用行動研究法，以研究者所任教的國小五年級班級之 21 位學生為研究對象，透過教學日誌、晤談紀錄、啦啦隊教學觀察單、學習單、啦啦隊學習問卷、啦啦隊評量表等方式蒐集資料。

本研究主要發現如下：

壹、啦啦隊指定動作教學的教學狀況

- 一、教師可控制教學流程，使教學活動順利進行。
- 二、運用多元的教學方式，教學成效良好，學生都很喜歡。

貳、啦啦隊指定動作教學學生的反應

- 一、學生喜歡快樂且主動的學習動作。
- 二、學生的舞蹈動作和技巧動作已有初步的基礎。

參、啦啦隊指定動作教學實施的成果

- 一、學習初期，舞蹈動作和技巧動作皆有部分欠佳。
- 二、教學後，學生的整體表現皆有良好的呈現。

肆、啦啦隊指定動作教學所遭遇到之困難與解決方法

- 一、在動作教學上所遭遇到的困難，教師以說明動作、示範

動作和反覆練習的方式解決問題。

二、教師運用多元的呈現方式提升學生表現的意願。

關鍵字：啦啦隊、教學狀況、學生反應

Tian,Han-Yu. (2014) The Action Research of Teaching of Cheerleading Reguired Movements -An Example of Elementary school In Nantou.Unpublished Master Thesis, National Taiwan University of Physical Education and Sport.

Instructing Professor : Assistant Professor Chang,Yu-Chuan, Dr. Lo,Ya-Jo

Abstract

This research aimed to observe and record students' reaction and feedbacks in their participation of cheerleading specified movements program in order to explore the effects and result of the teaching methods used in this program that applied in the elementary school. This research uses action research as its research methodology and observes the twenty-one students in the researcher's fifth grade class as participants. The researcher collected data from teaching diaries, interview records, teaching observation records, study assignments, questionnaire, cheerleading assessment tables and other ways. The conclusions of the study are as follows:

I. The teaching situation of the cheerleading specified movements.

First, the teacher can control the teaching process and the teaching activities can be carried out smoothly. Second, the students liked that the teacher used multiple teaching methods and its effectiveness.

II. Students' responses and feedbacks in this program.

First, the students learned the movements happily and actively. Second, the students built an initial foundation on dance movements and techniques after the classes.

III. The results of the teaching implement.

First, the students did not perform well in their presentation of dance movements in the initial stage. Second, after joining in the classes, the students' overall performances are adequately presented.

IV. The challenges faced in the teaching of the cheerleading specified movements and the solutions.

First, when encountered students' difficulties to understand the materials, the teacher employed the teaching methods, such as explain, demonstration the movements and practice repeatedly, to solve the problem. Second, the teacher used multiple teaching methods and successfully enhanced the students' performance.

Key words : Cheerleading, action research, teaching process

謝 誌

人生的旅途中，學習是一件重要的事，能如期在兩年內完成碩士的學位，我感恩生命中許多的人與許多經歷。

敬愛的指導教授育銓老師，感謝您帶領我走進啦啦隊的世界，熱愛競啦啦的心依舊不變，進而接觸啦啦舞的各項賽事活動，謝謝您不間斷的教導，除了學術與技術上的指導，我更加學習您那股任勞任怨的毅力，不問付出多少，只問自己能做到多少的精神，在啦啦隊教學的這條路上，我會盡我所能的繼續努力。感謝協同教授雅柔老師在碩士期間認真的指導與教學，在許多無助沮喪的時候，您就如同母親一般的支柱，謝謝您引領著我們這班孩子。同時也感謝口委老師俊傑老師、桐絹老師、翠苓老師謝謝您的建議與修正。

最後我要感謝我的家人和福氣一路的栽培和相伴，感謝爸媽一直讓我自由的追尋我想追尋的路，給予我健全的家庭成長，讓我在無後顧之憂的情況下，實現自己的夢想，放心將來我也會好好養育你們的啦！也感恩身邊的朋友們，啦啦的夥伴小米、亞臻、琬翎、小朱、可愛的學弟妹們，謝謝大家在碩士與大學期間一同完成的競啦啦和啦啦舞的夢想，也特別感謝辛辛、膨膨、宏宏與立新的寶貝們一路的照顧與支持。

田函玉謹誌

中華民國 103 年 6 月

目 錄

中文摘要	i
Abstract.....	iii
謝 誌	iv
目 錄	v
表目錄	viii
第一章 緒 論	1
第一節 研究動機與目的	1
第二節 研究目的	4
第三節 名詞釋義	5
第四節 研究範圍與限制	6
第二章 文獻探討	7
第一節 啦啦隊發展之現狀	7
第二節 啦啦隊教學之相關研究	9
第三節 啦啦隊學習之相關心理學理論	15
第三章 研究方法與實施	21
第一節 研究方法	21
第二節 研究實施與流程	24
第三節 研究資料蒐集與分析	33
第四節 技術動作評量	38
第四章 結果與討論	41
第一節 啦啦隊指定動作教學之教學狀況	41
第二節 啦啦隊指定動作之學生反應	48
第三節 啦啦隊指定動作教學實施的成果	62
第四節 啦啦隊指定動作教學所遭遇到之困難與解決方法	75

第五章 結論與建議	87
第一節 結論	87
第二節 建議	91
參考文獻	93
附錄一 12週課程大綱	97
附錄二之一教學單元設計	98
附錄二之二教學單元設計	101
附錄二之三教學單元設計	104
附錄二之四教學單元設計	107
附錄二之五教學單元設計	110
附錄二之六教學單元設計	112
附錄二之七教學單元設計	115
附錄二之八教學單元設計	117
附錄二之九教學單元設計	119
附錄二之十教學單元設計	122
附錄二之十一教學單元設計	124
附錄二之十二教學單元設計	127
附錄三之一啦啦隊指定動作教學觀察單 (0321)	129
附錄三之二啦啦隊指定流程教學觀察單 (0418)	131
附錄三之三啦啦隊指定流程教學觀察單 (0516)	133
附錄四之一啦啦隊指定動作評量表 — 舞蹈	136
附錄四之二啦啦隊指定動作評量表 — 技巧	137
附錄五之一啦啦隊指定動作學習問卷 (0404)	138
附錄五之二啦啦隊指定動作學習問卷 (0516)	140
附錄六之一啦啦隊指定動作教學 (0221)	142
附錄六之二啦啦隊指定動作教學 (0418)	143

附錄六之三啦啦隊指定動作教學（0509）	144
附錄六之四啦啦隊指定動作教學（0321）	145

表目錄

表 3-2-1 指定動作組彩球舞教材內容統整	28
表 3-2-2 啦啦隊技巧動作教材內容統整	32
表 4-1-1 教學日誌與省思札記「教師教學進度」彙整	41
表 4-1-2 教學觀察「教師教學進度」(20140321)(20140418) 彙整	43
表 4-1-3 教學觀察單「教師教學進度」(20140516)彙整 ..	44
表 4-1-4 教學日誌與省思札記「教學活動掌控」彙整	44
表 4-1-5 教學觀察「教學活動掌控」(20140321)(20140418) 彙整	46
表 4-1-6 教學觀察「教學活動掌控」(20140516)彙整	47
表 4-2-1 教學日誌與省思札記「學習態度」彙整	48
表 4-2-2 教學觀察單「學習態度」(20140321)彙整	50
表 4-2-3 教學觀察單「學習態度」(20140418)彙整	51
表 4-2-4 教學觀察「學習態度」(20140516)彙整	51
表 4-2-5 學習問卷「學習態度」(20140404)統計彙整	52
表 4-2-6 學習問卷「學習態度」(20140516)統計彙整	53
表 4-2-7 教學日誌與省思札記「學習成效」彙整	54
表 4-2-8 教學觀察「學習成效」(20140321)彙整	55
表 4-2-9 教學觀察「學習成效」(20140418)彙整	56
表 4-2-10 教學觀察「學習成效」(20140516)彙整	56
表 4-2-11 學習問卷「學習成效」(20140404)統計彙整 ...	57
表 4-2-12 學習問卷「學習成效」(20140516)統計彙整 ...	58
表 4-3-1 啦啦隊指定動作評量(舞蹈動作)之手姿動作統計	62
表 4-3-2 手姿動作表現狀況統計	62

表 4-3-3 啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）之腳步動作統計	63
表 4-3-4 腳步動作表現狀況統計	63
表 4-3-5 啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）之跳躍動作統計	64
表 4-3-6 跳躍動作表現狀況統計	64
表 4-3-7 啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）音樂配合度統計	65
表 4-3-8 音樂配合度表現狀況統計	65
表 4-3-9 啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）整體表現統計	66
表 4-3-10 整體表現狀況統計	66
表 4-3-11 啦啦隊指定動作評量（技巧動作）預備動作統計	67
表 4-3-12 預備動作狀況統計	67
表 4-3-13 啦啦隊指定動作評量（技巧動作）動作穩定度統計	68
表 4-3-14 動作穩定度狀況統計	68
表 4-3-15 啦啦隊指定動作評量（技巧動作）結束動作統計	69
表 4-3-16 結束動作狀況統計	69
表 4-3-17 啦啦隊指定動作評量（技巧動作）音樂配合度統計	70
表 4-3-18 音樂配合度狀況統計	70
表 4-3-19 啦啦隊指定動作評量（技巧動作）整體表現統計	71
表 4-3-20 整體表現狀況統計	71

表 4-4-1	教學日誌與省思札記「遭遇之困難」彙整75
表 4-4-2	晤談紀錄「遭遇之困難」彙整78
表 4-4-3	教學觀察「遭遇困難」(20140516)彙整80
表 4-4-4	學習問卷「遭遇困難」(20140404)統計彙整80
表 4-4-5	學習問卷「遭遇困難」(0516)統計彙整81
表 4-4-6	教學日誌與省思札記「解決問題」彙整82
表 4-4-7	教學日誌與省思札記「解決問題」彙整83
表 4-4-8	教學日誌與省思札記「解決問題」彙整84
表 4-4-9	教學日誌與省思札記「解決問題」彙整85

第一章 緒 論

本研究之目的是在探討學生參與啦啦隊指定動作教學時之情形。全章共分為四節：第一節是研究動機與目的，第二節是研究問題，第三節是名詞釋義，第四節是研究範圍與限制。

第一節 研究動機與目的

啦啦隊運動近年來已在臺灣蓬勃發展，不僅為大型比賽項目，更深入校園活動，成為一項新興的校園運動風潮，而隨著發展的趨勢，參與者的年齡也逐漸下降。

蔡佳蓉（2004）認為啦啦隊活動能增進國小階段學生在認知、情意和技能上的學習，分別為增進舞蹈欣賞、音樂節奏感以及美學概念上的認知，並且能使學生了解安全教育。藉由培養團隊合作精神滿足學生在社群性的情意發展。運動技能為多種體適能的訓練，對於學生之平衡性、柔軟性、敏捷性、協調性、肌力和肌耐力等都能達到有效的訓練。研究者於民國 101 學年度時擔任國小啦啦隊校隊教練，在帶領學生參與全國啦啦隊錦標賽的訓練過程中，發現學生在啦啦隊的舞蹈與技巧上能充分展現身體能力，藉由循序漸進的教學方式，皆能有良好的學習成效。而在 2013 年度全國啦啦隊錦標賽指定動作項目中，增加了國小組的啦啦舞指定動作的項目，激發了研究者欲了解啦啦隊指定動作在一般國小學生（非校隊）的學習狀況，因此引發了研究者對啦啦隊指定動作教學探討的興趣。

目前國內推展啦啦隊的現況十分多元，如：中華民國大專院校體育總會、中華民國高級中等學校體育總會與中華民

國臺灣競技啦啦隊協會等，都相繼推展啦啦隊活動事宜（蔡佳蓉，2004），除定期舉辦教練研習會、裁判研習會及相關教學和安全研習活動，同時也設立啦啦隊相關網站，使啦啦隊的資訊交流能更為普及，而在大型賽事上，有全國啦啦隊錦標賽、大專院校啦啦隊錦標賽、中等學校啦啦隊錦標賽，此外除全國性大型賽事，啦啦隊也成為大專校院與中等學校的校際競賽、校內系際盃及校慶活動的重點節目，進而成為提升學生身心健康，促使學生學習團隊合作精神與互相交流的機會（郭銘勻、曾慶裕，2008）。就研究者所知，在啦啦隊比賽項目中，已有賽事增設國小組別，如全國賽競技啦啦隊比賽組別中有國小啦啦隊，舞蹈啦啦隊比賽組別中有國小彩球組和指定動作（彩球舞），而在臺中市市長盃中部五縣市聯合啦啦隊邀請賽中，則有競技啦啦隊國小組、啦啦舞國小組和四人技巧組，以上比賽項目皆為近年來啦啦隊比賽所增設之國小組項目。由此可見國小學生接觸啦啦隊活動的人數已逐年提升，啦啦隊成為一項逐漸普及的比賽項目。

啦啦隊課程已編入國中健康與體育領域課程，其重大議題為性別平等教育，在能力指標中提及能了解個體的成長與動作發展的關係，發展成為特殊性專項運動技能，學習評估個人與他人之運動表現，學習在活動中運用策略增進運動表現，欣賞運動美感和分析比賽的能力，建立正向的人際關係等，其課程重點與目標為競技啦啦隊、啦啦隊基本技術動作、金字塔及舞伴技巧的介紹，舞伴技巧與跳躍動作教學與練習，增強肌力、肌耐力、爆發力與身體穩定性並且培養其團隊合作的精神。目前啦啦隊課程尚未編入國小健康與體育課程中，但於2013年全國啦啦隊錦標賽中啦啦舞指定動作項目

設有國小組，競技啦啦隊指定動作項目設有中學組和大專組。競技啦啦隊指定動作中評分項目為場邊助陣 (sideline)、歡呼 (cheer)、舞蹈、技巧與整體表現五項，雖並無編列國小組，但研究者認為技巧動作能提升學生學習動機與興趣，因此編列兩項技巧動作為教學教材為雙股立姿與俯撐姿。研究者將啦啦舞指定動作和競技啦啦隊指定動作項目中的兩項技巧動作結合編列成為教材，作其動作的教材分析，並研擬適當的教學方案。本研究之研究目的如下：

- 壹、觀察啦啦隊指定動作教學的教學狀況。
- 貳、紀錄啦啦隊指定動作教學學生的反應。
- 參、了解啦啦隊指定動作教學實施的成果。
- 肆、探討啦啦隊指定動作教學所遇到之困難與解決方法。

第二節 研究目的

本研究依據上述之研究目的擬定出下列研究問題：

- 壹、啦啦隊指定動作教學的教學狀況為何？
- 貳、啦啦隊指定動作教學學生的反應為何？
- 參、啦啦隊指定動作教學實施的成果為何？
- 肆、啦啦隊指定動作教學所遇到之困難為何？解決方法為何？

第三節 名詞釋義

壹、啦啦隊 (Cheerleading)

遠東英漢大辭典對 Cheer 的解釋為歡呼、喝采之意。而 Cheerleading 為領導啦啦隊之意。Cheerleader 為啦啦隊隊長之意 (梁實秋主編, 1975, 頁 350)。啦啦隊又分為競技啦啦隊與舞蹈啦啦隊兩類。

貳、教學狀況

教學狀況指教學中的情形, 而本研究界定為「教師教學進度」、「教學活動的掌控」和「教學方式的運用」。

參、學生反應

學生反應一詞涵蓋意思廣泛, 本研究界定為「學生學習成效」、「學生態度」、「學生課後練習狀況」。

第四節 研究範圍與限制

本研究以國小啦啦隊指定動作教學為研究範圍，將研究範圍與限制說明如下：

壹、研究對象

本研究為南投市某一國小學生（102學年度）由研究者擔任教學的一個班級，共 21 位學生。本研究之資料來源僅為此 21 位學生，無法做研究上的推論與預測。

貳、教學時間

本研究教學實施時間為民國 103 年 2 月 21 日起至民國 103 年 5 月 16 日，實施共為 12 節次，每次教學時間為 40 分鐘。為顧及研究倫理，在不影響正常課程的教學下，實際教學的時間有限。

參、教學教材

教材來源於 2013 年全國啦啦隊錦標賽中競技啦啦隊及舞蹈啦啦隊指定動作項目，其教材放於網路以影片方式呈現，僅以此教材為啦啦隊的教學範圍加以研究。此外，在教學過程中發現學生須配合校內活動，以全年級共同呈現的方式演出，因此，需要更多的練習和隊形變化。

肆、研究結果

本研究採取行動研究，研究對象及範圍有限，樣本代表性相較於其他研究略顯不足。因此，本研究結果僅限於本班特定教學對象、教學教材和教學方法與教學呈現，無法廣泛應用於不同情境的班級之中，只能視為個案，僅供參考。

第二章 文獻探討

本章目的在於探討與本研究相關之啦啦隊發展現況、啦啦隊教學之相關研究、啦啦隊教學之相關心理學理論等三個方面。以作為本研究之研究依據與教學實施參考，分別敘述如下：

第一節 啦啦隊發展之現狀

張育銓（1999）在《大專院校啦啦隊組訓、競賽目標及體育課程目標認同之研究》中提及：啦啦隊在美國的發展與演進已有一百多年的歷史，美國高中和大專院校啦啦隊能夠持續發展一百多年，應歸功於全美十幾個啦啦隊協會在幕後策劃、推動、贊助和獎勵的結果。啦啦隊已是一種國際性的運動賽事，每年國際啦啦隊協會（UCA，Universal Cheerleaders Association）都有舉辦國際性的啦啦隊比賽。現今在大專體總、高中體總及中華民國臺灣競技啦啦隊協會也積極推展啦啦隊各項比賽和活動事宜（蔡佳蓉，2004），如全國啦啦隊錦標賽、大專院校啦啦隊錦標賽、全國中等學校啦啦隊錦標賽和全國菁英盃啦啦隊錦標賽等。中華民國臺灣競技啦啦隊協會（CTCA，Chinese Taipei Cheerleading Association）在理事長李振楨先生和秘書長張育銓老師的努力推廣下，近年來啦啦隊運動不僅蓬勃發展，更走向制度化和專業化的脈絡，建立證照制度、啦啦隊研習活動、寒暑假啦啦隊研習營、啦啦隊技術教練培訓等，多項啦啦隊的專業技能進修和各項啦啦隊賽事。

郭銘勻、曾慶裕（2008）在《啦啦隊教練證照制度之探

討》中提及：目前國內啦啦隊比賽已進入校園，專業的教練師資成為首先需面臨的問題，在技巧的操作上，如果由一般的舞蹈老師或者非接受過專業之人員進行教學，教學中難免會因為對技巧動作的操作過程不正確而導致學生受傷。為因應國內嚴重缺乏啦啦隊師資之問題，中華民國臺灣競技啦啦隊協會開始推展教練制度，於民國 93 年舉辦第一次之 C 級教練講習會，爾後也陸續推展啦啦舞和啦啦隊之教練講習，於 2013 年也與國際啦啦隊總會（ICU，International Cheer Union）共同主辦啦啦隊與啦啦舞國際裁判講習。

中華民國臺灣競技啦啦隊協會辦理實施教練制度，其目的在於培養啦啦隊教練人才，並提升其素質，健全教練制度，以利發展啦啦隊運動之周全。其文中提及教練實施制度為教練的分級、各級教練的基本條件、各級教練資格及晉級辦法、教練之進修和教練之任用等。其協會也十分積極培養啦啦隊選手、教練和裁判，希望啦啦隊教師皆能參與啦啦隊之證照考核，提升專業技術能力和相關知識。

第二節 啦啦隊教學之相關研究

本節將從啦啦隊在體育教育上的功能與意義、啦啦隊的教學方法與內容和啦啦隊教學設計與實務等方面，對啦啦隊教學之相關文獻加以探討。

壹、啦啦隊在體育教育上的功能與意義

蔡貞雄（2011）在《國小體育教學研究》中提及：中華民國憲法第一五八條規定：「教育文化應發展國民之民族精神，自治精神，國民道德，健全體格，科學及生活智能」。亦有國民教育法第一條規定：「國民教育依中華民國憲法第一五八條之規定，以養成德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民為宗旨」。綜觀上述相關法令，可見教育應為五育均衡發展且兼容並蓄。

一、身體機能的發展

身體機能的發展包含了身體的均衡發達和活力的提升。人體的生長是由人體的各組織器官於生長的過程中緊密聯繫的結果。發育的成長基礎亦經由各組織、器官、系統型態的改變逐漸完善（于素梅，2005）。

啦啦隊課程為須具備健強的體格，在生理條件上的訓練為肌力、肌耐力、心肺耐力、柔軟度、平衡感、協調性、瞬發力、節奏感等特質，而在心理條件上則為成熟度和穩定性（楊綺儷，1994）。

二、運動能力的發展

運動能力為身體進行各種動作的能力，亦為學習動作技巧的重要條件，代表著肌肉與神經系統之間的協調（蔡貞雄，2001）。

啦啦隊運動包含啦啦舞與競技啦啦兩種項目，其訓練課程皆須包含重量訓練，增強肌力、肌耐力及瞬發力等，基本訓練中舞蹈和體操為增進身體的柔軟度、平衡感、協調性及節奏感等。而成為一位良好的啦啦隊員更必須具備有正確的運動防護知識，以避免運動傷害（蔡佳蓉，2004）。

三、心智能力的發展

心智能力包含思想能力、學習能力、應付環境的能力和解決問題的能力（蔡貞雄，2001）。運動技能的學習須經由技能學習的階段，對於動作的認知、領悟、模仿、操作之後達到熟練，其學習得必須經由不斷的思考、嘗試和修正。

在學習啦啦隊的課程中，學生必須經由不斷的模仿、思考和學習動作，從實際身體的經驗中得到知識。而教師也須適時教導啦啦隊運動的精神、價值和規則，讓學生能從實踐中獲得經驗。

四、社會行為發展

社會行為的釋義可為有益於社會，且與人相處的能力（蔡貞雄，2001）。培養社會行為，需藉由真實的社會情境。體育運動的學習包含運動的價值、公平競爭、合作精神、社交人際關係、公民道德與素養等。

啦啦隊為一種團隊運動，須發揮團隊精神，擁有共同的信念，成員間須彼此信任。啦啦隊活動亦可培養個人信心，學習服從與領導，並且從合作的歷程中，獲得友誼和情感的交流（張育銓，1999；鄭麗媛、麥秀英，

2002)。

貳、啦啦隊的教學方法與內容

啦啦隊課程又包含舞蹈和技巧兩部分，教師可先藉由講解和影片的方式，增加學生對啦啦隊的了解，並且引發學生學習動機。

一、基礎動作的訓練—啦啦隊技巧動作教學

啦啦隊技巧動作教學，教師應先講解技巧名稱，在以影片或圖片的方式使學生明白完成技巧的過程為何。啦啦隊技巧包含舞伴技巧和金字塔等。

(一) 舞伴技巧 (Partner Stunt)

為一名或多名底層人員支撐另一名或多名上層人員離開地面之動作。

(二) 金字塔 (Pyramid)

為舞伴技巧的連結，重視空間上的運用和技巧的轉接。

二、基礎動作的訓練—啦啦隊舞蹈教學

啦啦舞蹈教學，教師應先講解動作名稱和動作細節，再以正確的動作示範，讓學生能更為正確的且快速的學習動作。啦啦舞蹈技術動作包含手姿動作、腳步動作、跳躍動作、分腿動作、高踢腿動作和騰翻動作（中華民國臺灣競技啦啦隊協會，2013）。

(一) 手姿動作

需注意手部握拳的方式，在操作的過程中手臂的準確度和完整性必須確實，也需多提醒力量的掌控及呈現。

（二）腳步動作

腳步動作的轉換過程需注意重心轉移和正確度，如果有跪地的動作則要注意場地的安全性。

（三）跳躍動作

跳躍動作為單腳或雙腳蹬離地面的動作，人體的高度會騰躍到盡可能的高度與水平的距離（于素梅，2005）。教師應仔細講解預備動作、動作過程和結束動作三方面，由空中降落地面應注意屈膝踩地的過程，以避免造成運動傷害。

（四）分腿動作

練習分腿動作時需有充足的暖身，加強腿部相關部位的柔軟度，以避免肌肉拉傷。

（五）踢腿動作

踢腿動作可訓練核心肌群、柔軟度和協調性等，可為單一或團體執行的動作，需有充足的暖身後進行練習。

三、趣味化教學

體適能遊戲為集合娛樂和健身的綜合性運動，包含身體發展的活動性、鍛鍊體格、提高基本活動能力和培養學生互助合作的精神等。體適能遊戲被廣泛的使用於體育課程當中（甘學琳，2006）。

在啦啦隊課程的教學與訓練中，也會進行體適能遊戲，增加其教學趣味化，同時藉由遊戲提高學生學習動機、身體活動力和反應能力。例如，再進行技巧練習前，先進行信任遊戲，增加彼此的團隊默契和信任。

四、表演呈現

啦啦隊表演能帶動現場氣氛，鼓舞選手士氣且能吸引目光，有著獨特性與引人注意的特質（蔡佳蓉，2004）。而透過觀察的過程，學生就可以獲得許多學習經驗，經由表演的方式互相呈現，學生能學習觀察他人和有機會表現自己，並且進行分享和回饋（程宜莉等譯，2008）。

五、教學注意事項

「安全」對於啦啦隊運動而言為一項準則，根據研究啦啦隊隊員受傷之狀況多為在練習的過程中（Boden, Tacchetti & Mueller, 2003），因此在練習技巧時都必須互相協助保護，同時成員之間也必須給予相對的信任，如此才能使技巧的訓練發揮成效。

在教學時應考慮學生的心理和身理狀態、監督和指導以預防傷害、使學生明白參與課程的目的、預先制訂良好的教學計畫等，避免過分強調技術上的訓練和負重（蔡佳蓉，2004）。

參、啦啦隊教學設計與實務

擬定教學計畫為成功教學的第一步。依據健康與體育的課程綱要與基本理念，每一階段的教學計畫中皆應有大單元名稱、小單元名稱、具體學習目標、整體的體育課節數、對應之能力指標、符合議題及十大能力指標（林貴福等，2003）。

於啦啦隊課程設計中，亦須擬定教學計畫表、編訂教學內容、編撰綜合活動、研擬教學評量、提供補充教材等。啦啦隊課程已編排進國中健康與體育課程，約為

四節課，其一為重大議題為性別平等。

其學習目標主要為：一、了解啦啦隊的發展歷史與運動概念；二、引發運動參與樂趣並培養團隊合作精神；三、學習啦啦隊基本技術動作內容，如跳躍、舞伴技巧的操作與組合方法等；四、藉由課程，增進肌力、肌耐力、爆發力與身體穩定性。

第三節 啦啦隊學習之相關心理學理論

本研究依據相關之心理學理論內容加以探討。以下分別為動機、觀察學習、技能學習與團體行為將依據其四項分別敘述。

壹、動機

一、動機的定義

所謂的動機 (motivation) 是因某種內在狀態，促使產生出外顯的行為活動，並且朝目標進行內在的歷程 (張春興，2002)。

二、成就動機

成就動機 (achievement motivation) 是指個人克服障礙，達成目標，表現得比他人更好。個人為達成目標而努力，為成就經驗中驕傲的取向 (Gill，2002)。

三、誘因

誘因的解釋為影響行為的外部刺激 (Chung，1997，p.59) 與激發我們的目標對象 (Petri，1986，p.163) 兩種，所謂誘因 (incentive) 為誘發行為反應的外在原因。分為兩種，引起個體接近或者接納並獲得滿足，稱為正誘因，如獎品、獎賞等，引起個體逃離或逃避並獲得滿足，稱為負誘因，如懲罰。下列為幾項重要的誘因：

- (一) 多用獎勵。
- (二) 善用懲罰。
- (三) 鼓勵互相競爭。
- (四) 提供及時的回饋。
- (五) 獲得成功的滿足。

貳、觀察學習

一、概述

班度拉提倡社會學習理論從行為取向的學習理論發展出社會學習論，社會學接受大部分的行為理論，但是更為強調線索對心理歷程和行為的影響，並且強調思考對行動、行動對思考的影響。

二、觀察學習的歷程

班度拉的觀察學習理論可以劃分為四種階段，分別為注意、保留、再生和動機（Robert E. Slavin，2005）。

（一）第一階段注意（attentional phase）

為個體對楷模學習的注意，學習者以觀看的方式，對某項特徵留意辨識，作為學習的依據。

（二）第二階段保留（retention）

為教師引起學生得注意後，示範學生應該模仿的行為，學習者應記取行為特徵做為行動的範本。也可使用象徵性的楷模包含影片、影音、廣播、戲劇等增強示範的特徵（Bandura，1969）。

（三）第三階段再生階段（reproduction）

學生設法複製與教師相同的行為。透過記憶，模仿出先前所觀察到的行為。

（四）第四階段動機與增強階段（motivational phase）

觀察學習的最後一個階段動機的歷程。依據增強原則，行為發生後，增加或減少行為發生的次數。

三、情緒反應的替代學習

班度拉與魯森色所提出的另一種學習，條件化情緒反應的替代學習。如某人觀察被模仿者對刺激有恐懼或嫌惡的反應，那當下次刺激呈現時，觀察者也會有相同的反應呈現（楊語芸譯，1994）。例如，尚未接受技巧動作訓練的學生，並不覺得技巧失誤的是具有危險性，但如果教師在教學時能提出警告並且有恐懼表情，那即使教師不在時，學生也會對技巧失誤感到恐懼，進而更為專心技巧的效果。

參、技能學習

菲茲將技能的學習分為認知階段、固定階段和自動階段。再經由這三個階段的練習過程，達到學習的精進。

一、技能學習的心理歷程

（一）認知階段（cognitive phase）

技能學習必須先經過認知階段。認知的時間會依據技能的困難度和複雜度而定，認知期間經由教師的講解示範，學生先了解技能的性質及重點，在講解的歷程中，教師可以藉由教具來增強較學效果。

（二）固定階段（fixation phase）

在技能的學習中，必須讓不正確反應減少至零，透過反覆的練習使正確的反應趨於固定。反應固定的階段開始後，將分立學習的動作單元，連結成大的單元，再將各大單元連結成為整體，此統合單元的固定歷程為連鎖化歷程。

（三）自動階段（autonomous phase）

連鎖動作的自動化為技能學習的最高境界。當練習達到此種境界，在表現上便能十分得心應熟。此種境界多須經由專業的訓練和長期的練習。

二、技能學習的步驟

(一) 講解與示範

在技能學習的過程中，大多由教學者一邊講解，一邊示範動作，教學者講解時應簡明扼要，可以藉由圖片、影像、模型等，增加學習者對技能的認知。

(二) 正確度與速度

在技能練習中，兩者的重要性相同，特別在於初學期間應更為重視正確度，以免正確與錯誤兩者同時因練習而加強，反覆練習的歷程中，在正確的前提下，再要求速度的進步。

(三) 回饋

回饋來源可分為兩種回饋，外在回饋 (extrinsic feedback) 和內在回饋 (intrinsic feedback)。外在回饋是指在技能學習的初期，學習者多依據外在的回饋資訊校正錯誤，內在回饋是指技能學習已達到自動期或固定期，學習者藉由自己的活動所得到的資訊。

(四) 集中與分布

技能學習的練習時間分為集中練習 (massed practice) 和分布練習 (space practice)。集中練習為將練習時間集中為一次練習，分布練習為分

配成幾次又或者幾天練習。

(五) 全體與分段

技能學習在教材的分配上，分為全體法 (whole method) 和分段法 (part method)。兩種方法依據教材的性質、難度、學習時間和學習者狀況等而有所不同。

肆、團體行為

一、團體的定義

依據吳文忠等譯 (1997)《運動心理學》文中指出團體的定義包含在某種程度上互相依賴的個人集合體 (Cartwright & Zander, 1968)、互相依存之目標個體、具有共同的常模的角色等，而團體的目標為表示團體想達成的理想狀態 (Mill, 1984) 其團體特徵如下：

- (一) 具有共同的目標
- (二) 具有團體一致的期望
- (三) 為達成目標願共同合作
- (四) 信任並且接受其他成員
- (五) 對群體的結構有共同知覺
- (六) 認為自己是團隊的成員
- (七) 具有共同的行為標準

二、團體凝聚力

所謂團體凝聚力 (group cohesion) 是指團隊成員一起共同完成目標，為反映在團體的緊密結合和保持團結，或為滿足成員情感需求的過程。又分為團隊吸引力和利益控制 (季力康等譯，2009)。

(一) 團隊吸引力

為個體渴望參與團體活動，並且與團體中其他成員有人際互動關係。

(二) 利益控制

能從團體關連中獲得利益，例如參與學校演出團隊可以吸引其他學生的目光，並且得到獎勵和老師讚賞。

第三章 研究方法與實施

本研究依據研究動機與目的，並配合文獻探討進行研究設計。以下各節將就研究方法、研究實施與流程、研究資料蒐集與處理及技術動作評量等方面，分別敘述如下：

第一節 研究方法

本研究採以行動研究法。以下說明本研究之研究目的與意義、研究特徵及研究實施步驟。

壹、研究目的與意義

行動研究在教育上的主要目的在於探求知識，解決教育上的各種問題，而並非發現普通的原則或建立新的理論（葉重新，2001）。情境的參與者（如教師）基於解決問題的需求，將問題發展成為研究主題與專家學者共同合作，進行有系統的研究，解決實際問題的方法，是結合研究（知識）與行動（解決問題）的一種研究（陳伯璋，1988）。從實務的觀點反思，行動研究是鼓勵實務的工作者，從實際的工作情境進行自我探究和自我反思的過程，更為實務工作者以行動思考和系統性的研究態度，探討實務工作情境所發生的實際問題（蔡清田，2000）。

綜合以上專家所述，行動研究為置身於實際教育情境的教師，依據教學現場之問題，進行有系統的研究。教師為實踐教育行動和課程教育理念的主體，課程中會包含許多教育理念與理想，而這些教育理念和理想需透過教師教學上實施，傳達與落實於學生身上（黃光雄、蔡清田，2000）。本研究為在教學過程中，不斷的藉由透

過資料的蒐集、教學的反思、訪談的紀錄來探討啦啦隊指定動作課程對於國小五年級之實施結果。

貳、研究特徵

行動研究為研究者和研究者夥伴透過直接面對面的方式進行接觸，以幫助研究者了解整個實際工作情境。依據蔡清田(1999)《教育行動研究》與夏林清等譯(1997)《行動研究方法導論—教師動手做研究》，陳述本研究之特徵如下：

一、以教育工作中的實務問題為導向。

本研究針對啦啦隊指定動作教學歷程中所產生的問題，進行研究與探討。藉由研究的過程同時建立起研究者的專業知識。

二、重視實務工作者的參與

本研究由教師發起，教師即為教育實務工作者，教師透過在教室情境中所遇到之問題進行改進，而非交與外來的學者專家。

三、研究情境即為實務工作情境

本研究所研究之啦啦隊指定動作教學歷程，研究中詳細紀錄和介紹啦啦隊指定動作教學內容、教學方式、教材內容和評量內容。而啦啦隊指定動作教學為研究者工作的一部分，藉由研究的進行能改進研究者的教學狀況。

四、研究計畫為發展性的彈性反省計畫

本研究之教學活動為12週的教學歷程，在行動研究的過程中，不斷進行反省、討論和分析，隨時因應實際

教學情境的需求，做出適切的檢討、修正和創新。

五、行動研究中所獲得之理論只適用於特定實務工作經驗

本研究為透過行動研究，觀察和紀錄國小之學生對於啦啦隊指定動作教學歷程的教學狀況、學生反應、教學施實的成果和解決教學中所遭遇之困難，並探討解決方法，因此研究結果僅為提供實務工作者作為參考。

參、研究實施步驟

董奇等（2003）在《心理與教育研究法》中所提及的行動研究資料蒐集的方法，本研究參考其方法，依據實際需求採下列方法蒐集資料。

- 一、利用各式視聽器材，進行錄影、錄音和拍照。
- 二、撰寫教學日誌、省思札記和晤談紀錄。
- 三、編製課程學習單和問卷。
- 四、編製教學觀察單，委請專家學者協助觀察。
- 五、編製教學評分量表，紀錄實作成果。
- 六、舉辦教學觀摩。

第二節 研究實施與流程

壹、研究對象

本研究以研究者任教的南投市某一所國小之某一個班級學生為研究對象。研究班級共有 21 名學生，男生有 10 人，女生有 11 人。

貳、實施過程

一、實施計畫

本研究共分為三個階段來實施：

(一) 第一階段 (準備階段)

相關文獻蒐集與探討→研擬研究計畫→決定研究對象與研究方法。

(二) 第二階段 (發展階段)：

教學活動實施→紀錄和蒐集資料(觀察、問卷、晤談與評量等方法)→反省與修正教學方案(繼續下個循環)→教學活動實施。

(三) 第三階段 (總結階段)：

資料分析→提出結論與建議→撰寫論文

二、教學實施時間

本研究為 12 週的教學課程，自 103 年 2 月 21 日開始，至 103 年 5 月 16 日，每週五第二節課，每次上課時間為 40 分鐘。

三、使用教材

教材採用 2013 年全國啦啦隊錦標賽舞蹈啦啦隊指定動作項目，需要時研究者也會適時補充啦啦隊合適之技巧動作教材。研究者依據使用之教材編寫教學進度表(見

附錄一之一)和教學單元設計(見附錄二之一至二之十二)。

四、教室設備

上課場地於活動中心內，有一臺 CD 手提音響，麥克風，軟墊 4 塊，麗波墊 12 塊。

五、協助觀察

本研究為避免過度主觀意識，除研究者本身外，邀請相關人員參與這次的觀察。過程中共有兩次委請相關人員協助觀察。研究者編制三份啦啦隊指定動作教學觀察單初稿，經由研究者之指導教授、協同教授、一位教育學者和一位啦啦隊教練共同討論後定稿。

(一) 第一階段觀察

由於專家在隨堂觀察時間上不易配合，因此研究者將教學過程以攝影方式記錄 3 月 21 日和 4 月 18 日兩次的上課實況，再請三位專家以觀看影片的方式協助觀察，以下為三位觀察者的簡介：

1. 性別：一名男性、兩名女性。
2. 啦啦隊教學年資：分別為十年、六年、六年。
3. 學歷：一位體育碩士、兩位就讀體育舞蹈碩士。
4. 經歷：皆為啦啦隊國家代表隊選手，曾指導啦啦隊競賽。

(二) 第二階段觀察

本研究於 103 年 5 月 16 日辦理校內教學觀摩，特委託相關參與人員協助觀察。觀察者包含以下四種身分：

1. 啦啦隊教學專家：任教於苗栗某大專校院教學年資為十五年，啦啦隊教學年資為十七年。
2. 啦啦舞教學專家：啦啦舞教學年資為六年，且正進修於體育舞蹈科碩士班。
3. 班級導師：擔任五年級級任的老師。
4. 行政人員：校長與教務主任。

六、評量

研究者自行編制三份啦啦隊指定動作評量表初稿，經由研究者之指導教授、協同教授、一位教育專家學者和一位啦啦隊專家共同修改後定稿。亦邀請三位專家學者及一位小學教師協助，以下參與評分人員簡介：

(一) 研究者：

大學期間為競技啦啦隊隊長，啦啦舞國家代表隊選手，參與偏遠地區啦啦隊種子教師，曾指導國小學生參與全國啦啦隊錦標賽榮獲冠軍。

(二) 專家：

三位皆為啦啦隊項目與教學領域之專家。

(三) 小學教師：

研究班級導師，曾指導學生參與扯鈴競賽獲得縣賽冠軍。

參、教材內容與專門項目評量

將依據教材內容和專門項目評量兩方面加以探討。以全國啦啦隊錦標賽國小學組啦啦舞指定動作並加入啦啦隊技巧動作雙股立姿、俯撐姿為此次研究之教材內容；專門項目評量則分別為舞蹈動作評分量表和技巧動

作評分量表兩類。研究者依據使用之教材設計出 12 個教學單元設計以進行教學活動。

一、教材內容

教材內容為以郭銘均主編之 2013 年全國啦啦隊錦標賽指定動作彩球舞蹈組中小學組舞蹈動作為主，並編入啦啦隊技巧動作雙股立姿和俯撐姿，增加其教材內容的豐富性。

(一) 指定動作組彩球舞

指定動作組彩球舞其動作包含手部姿勢動作、腳步姿勢動作和跳躍動作，且需注意音樂配合及隊形變換，舞蹈必須全程使用彩球，其教材內容分別整理如下：

1. 認識啦啦舞蹈

- (1) 了解啦啦舞的起源與發展現狀。
- (2) 認識啦啦舞的主要技術動作。
- (3) 學習欣賞啦啦舞蹈美感。

2. 手部姿勢動作練習

- (1) 認識各式手姿動作。
- (2) 正確的握拳方式。
- (3) 用正確的方法執行和完成動作姿勢。

3. 腳步姿勢動作練習

- (1) 認識各式腳步姿勢。
- (2) 運用腳步動作變換不同位置。

4. 跳躍動作練習

- (1) 認識各式跳躍動作。

(2) 能運用跳躍動作呈現層次變化。

5. 音樂配合練習

(1) 能正確的數出音樂的拍子。

(2) 能配合音樂的拍子完成動作。

6. 隊形變換練習

(1) 能移動至正確的位置。

(2) 運用指定的動作移動至正確的位置。

表 3-2-1

指定動作組彩球舞教材內容統整

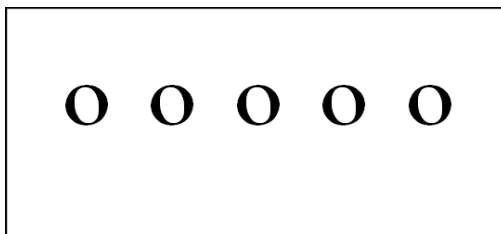
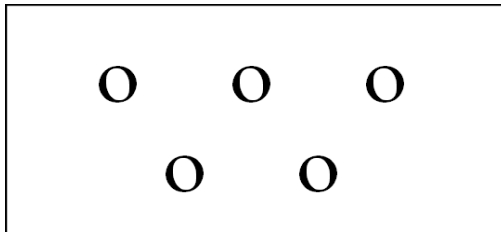
教材項目	教學單元	課程內容
手部姿勢動作	單元一	1.手姿動作拍手姿 (Clap)
		2.高 V 姿 (High V)
		3.低 V 姿 (Low V)
		4.短 T 姿 (Broken T)
		5.T 型姿 (T Motion)
	單元二	1.雙手短劍姿 (Fists on hips)
		2.單手高 V 姿 (1/2 High V)
		3.單手低 V 姿 (1/2 Low V)
		4.克立 (Clean)
	單元三	1.低短劍姿 (Low Daggers)
		2.近身拳打姿 (Cross Body Punch)

(續下表)

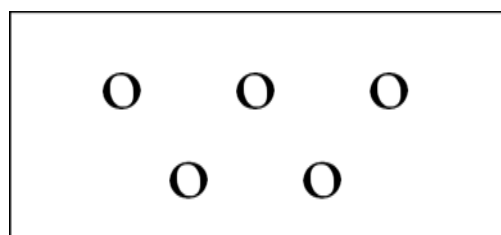
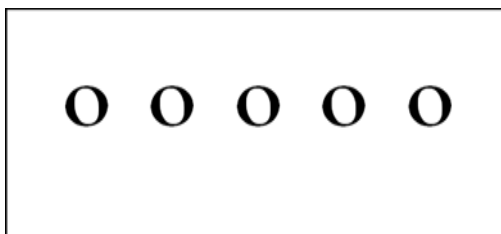
		3.大力士姿 (U Motion)
	單元四	1.低短劍姿 (Low Daggers) 2.近身拳打姿 (Cross Body Punch) 3.弓箭姿 (Bow and Arrow)
	單元五	1.弓箭姿 (Bow and Arrow) 2.拳打姿 (Punch) 3.克立 (Clean)
腳步姿勢動作	單元八	1.併腳 (Feet Together) 2.分腿 (Feet Apart)
	單元九	1.行走 (Walking) 2.膝腿 (Pase)
跳躍動作	單元四	1.星形跳躍 (Star Jump)

(續下表)

1.



2.



(二) 啦啦隊技巧動作

啦啦隊技巧動作能增加學生學習興趣，並且培養團隊精神與默契，本研究編入雙股立姿和俯撐姿兩種技巧動作作為教學教材。

1. 預備動作

- (1) 能正確的呈現預備位置。
- (2) 手能放置正確的預備位置。
- (3) 能正確的了解預備動作的拍子。

2. 動作穩定度

- (1) 運用口號完成動作。
- (2) 呈現技巧時能穩定，不搖晃。

3. 結束動作

- (1) 能配合口號呈現結束動作。
- (2) 能以正確的動作結束技巧。
- (3) 結束技巧時能 clean 站好。

4. 音樂配合度

- (1) 能配合音樂呈現預備動作。
- (2) 能配合音樂呈現技巧完成動作
- (3) 能配合音樂呈現結束動作。

5. 整體表現

- (1) 能配合口號完成技巧動作。
- (2) 有默契、有活力的呈現技巧動作。

表 3-2-2

啦啦隊技巧動作教材內容統整

教材項目	教學單元	課程內容	備註
技巧動作	單元三	雙股立姿： (1) 第一個八拍預備。 (2) 第二個八拍上技巧。 (3) 第三個八拍上層高 V 姿 (High V)。 (4) 第四個八拍結束動作。	
	單元十一	俯撐姿： (1) 第一個八拍預備。 (2) 第二個八拍上技巧。 (3) 第三個八拍上層分腿。 (4) 第四個八拍結束動作。	

第三節 研究資料蒐集與分析

本章節將研究資料蒐集、處理和採用三角交叉檢證法加以說明。

壹、研究資料蒐集

本研究運用教學日誌、省思札記、晤談紀錄、教學觀察單、課程學習單、問卷調查、教學評分量表、錄影、錄音及照相等進行資料蒐集。研究者同時扮演著教學者和研究資料的蒐集者。研究採取質化與量化並用之研究。

一、教學日誌

本研究目的在於觀察國小五年級的啦啦隊指定動作教學的教學狀況、紀錄學生的反應、了解教學實施的成效和探討教學所遇到之困難與解決方法。藉由實際的觀察，紀錄學生於課堂中的表現，以攝影的方式錄下每節課程的教學情形與狀況，於課後進行回顧，完成教學日誌。進行歸納與分析後，整理出教學的狀況、學生的反應、教學實施的成果和教學所遇到之困難與解決方法。

二、省思札記

研究者於每次教學後記錄下的省思與回饋，紀錄於教學日誌之後，作為修正教學方式和改善教學方法的參考依據。

三、晤談紀錄

訪談是一種重要的方法，為用來檢核觀察所獲得的印象之正確性（楊孟麗等譯，2003）。本研究採取於上課中和下課後隨機晤談學生，以了解學生學習狀況、學習態度和練習時遇到的困難。整個研究中共晤談學生 24

次、班級導師 4 次。

四、教學觀察單

本研究歷經三個月，在人力資源有限的情況下，無法請專家長期隨堂觀察。因此教學觀察共分為兩階段，第一階段為 3 月 21 日和 4 月 18 日，以影片的方式請三位專家協助觀察，每次觀察後填寫教學觀察單一份（附錄三之一、三之二）。第二階段為 5 月 16 日舉辦校內教學觀摩，觀察後填寫教學觀察單（附錄三之三）。由一位啦啦隊教學專家、兩位啦啦舞教學專家、兩位行政人員（校長、教務主任）和一位班級導師共同協助觀察。教學觀察單設計為三向度五點類別量表，5 分為非常同意、4 分為同意、3 分為普通、2 分為不同意、1 分為非常不同意。

五、課程學習單

課程學習單為幫助學生整理課程重點，並且了解學生學習狀況和所遇到的困難。研究中共有四份課程學習單（附錄六之一、六之二、六之三、六之四）。

六、學習問卷

填寫學習問卷的對象為參與之學生，由老師逐一說明題目，協助學生填答問題。問卷目的在於了解學生學習背景、啦啦隊指定動作教學的教學狀況、學生的反應和學習過程所遇到之困難。研究中共實施兩次問卷調查（附錄五之一、五之二），分別於學期中和學期末各實施一次。學習問卷設計為三向度五點類別量表，5 分為非常同意、4 分為同意、3 分為普通、2 分為不同意、1 氛圍

非常不同意。

七、動作評分量表

動作評分量表分為舞蹈動作和技巧動作兩種（附錄五之一、五之二）。舞蹈動作針對手姿動作、腳步動作、跳躍動作、音樂配合度和整體表現設計出舞蹈評量表，技巧動作則依據預備動作、動作穩定度、結束動作、音樂配合度和整體表現設計出技巧評分量表。邀請兩位啦啦隊專家和班級導師共同予以評分。

八、錄影、錄音及照相

本研究於每次上課時進行攝影和拍照，以腳架固定攝影器材於右前方、左後方和右後方，每次攝影會更換兩次位置，以確保完整記錄教室內每位學生的狀況。研究者選取其中 3 月 21 日和 4 月 18 日，兩次攝影影片請三位專家協助觀察。藉由攝影器材進行錄音，記錄上課中的情形，作為教學日誌和晤談紀錄之撰寫參考。

貳、資料的處理

本研究在蒐集完上述之八種資料後，將各種資料進行編碼，以利於的後續資料的處理與分析。

一、編碼

（一）人員代碼：S01—編碼 1 號的學生。

觀 1—編碼 1 號的觀察員。

專家 1—編碼 1 號的專家。

級任 1—編碼 1 號的五年級級任老師。

行政 1—編碼 1 號的學校行政人員。

（二）教學日誌：20140221 教誌，表示 2014 年 2 月 21

日。

(三) 晤談紀錄：20140221 晤談表，表示 2014 年 2 月 21 日。

(四) 教學觀察單：教學觀察單 (20140221)，表示 2 月 21 日。

(五) 學習問卷：學習問卷 (201240221)，表示 2 月 21 日。

(六) 省思札記：20140221 省札，表示 2014 年 2 月 21 日。

二、資料分析

資料的蒐集、詮釋與分析必須透過行動的過程不斷的進行，行動研究為一種過程性的研究，而非線性的模式，以期成為下一個行動研究之參考 (蔡清田，2000)。本研究依據研究的目的，將編碼後的資料進行分析和探討，再進一步對歸納之資料進行解釋。依據研究目的，將所蒐集之資料歸納為以下四種類別：

(一) 啦啦隊指定動作教學的教學狀況。

(二) 啦啦隊指定動作教學實施的成效。

(三) 啦啦隊指定動作教學學生的反應。

(四) 啦啦隊指定動作教學所遇到之困難與解決方法。

將歸納後的資料統整為主題，進行三角交叉檢證，從不同的資料中交互比對出一致性，並找出合理之解釋和獲得可信度較高的結果，作為本研究之結論。

參、三角交叉檢證法

所謂三角交叉檢證法為同一事件上，使用一個以上之資料來源，透過蒐集不同的資料、方法和人員，進行交叉檢證（蔡清田，2000）。為求研究客觀性，研究分析時採用三角交叉檢證法，將所蒐集之資料進行交叉比對。本研究做法條例如下：

- 一、為求研究客觀性，本研究以錄影、錄音、照相、觀察、晤談、學習單及評量等多種方法來蒐集資料。
- 二、使用教學日誌、省思札記、學習問卷、教學觀察學單等資料交叉檢核。
- 三、從學生、級任老師、研究者和多位觀察者等之間加以交叉比對。
- 四、進行多次、多人觀察，將觀察結果加以交叉比對。

第四節 技術動作評量

本研究透過專門項目評量給與學生回饋，並不強調分數的重要性，而是藉由評量的過程使受試者在動作上更為精進，進而獲得肯定，建立信心。以下將專門項目評量分為「舞蹈動作評量」與「技巧動作評量」兩類分別敘述如下：

壹、舞蹈動作評量

評量項目為手姿動作、腳步動作、跳躍動作、音樂配合度和整體表現。

一、評量實施方式

- (一) 實施時間為第四週與第八週課程。
- (二) 評量工具為舞蹈動作評量表。
- (三) 教師於學生最後分組表演呈現時實施評量。

二、評量內容

- (一) 手姿動作主要評量內容為手沒無正確握拳、手姿動作呈現有無力道和手姿動作之正確性。
- (二) 腳步動作主要評量內容為腳步移位有無錯誤和腳步動作正確性。
- (三) 跳躍動作主要評量內容為跳躍過程中腳有無伸直及跳躍預備動作正確性和跳躍結束動作正確性。
- (四) 音樂配合度主要評量內容為動作有無配合在音樂的拍點上。
- (五) 整體表現主要評量內容為隊型變換正確性和呈現有無活力及笑容。

三、評量實施與回饋

- (一) 課程中示範動作與流程，強調動作的正確性。

- (二) 教師於仔細觀察學生呈現的狀況後，填寫舞蹈動作評分量表。
- (三) 對於舞蹈動作表現優良的學生給予肯定與讚美，對於需加強練習的學生指導其改進之處。
- (四) 給予表現不佳的學生再一次評量的機會。
- (五) 學生在觀察後，舉手選出五位舞蹈動作最棒的同學，給予讚美與鼓勵。

貳、技巧動作評量

一、評量實施方式

- (一) 實施時間為第三週與第十二週課程。
- (二) 評量工具為技巧動作評量表。
- (三) 教師於學生最後分組呈現時實施評量。

二、評量內容

- (一) 預備動作主要評量內容為手部預備動作正確性和預備姿勢正確性。
- (二) 動作穩定度主要評量內容為技巧動作呈現時有無搖晃和支撐姿勢正確性。
- (三) 結束動作主要評量內容為結束姿勢正確性和 clean 動作正確性。
- (四) 音樂配合度主要評量內容為動作有無配合在音樂的拍點上。
- (五) 整體表現主要評量內容為呈現有無活力及笑容。

三、評量實施與回饋

- (一) 教師於課程中說明動作與流程，並且強調動作的安全性。

- (二) 教師仔細觀察呈現狀況，填寫技巧動作評分量表。
- (三) 對於技巧動作表現優良的學生給予肯定與讚美，
對於需加強練習的學生指導其改進之處。
- (四) 給予表現不佳的學生再一次評量的機會。
- (五) 學生在觀察後，舉手選出技巧展現最棒的組別，
給予讚美與鼓勵。

第四章 結果與討論

本章共分成四節，第一節為彙整出啦啦隊指定動作之教學狀況；第二節為彙整出啦啦隊指定動作之學生反應；第三節為彙整出啦啦隊指定動作教學實施的成果；第四節為彙整出啦啦隊指定動作教學所遭遇到之困難與解決方法。

第一節 啦啦隊指定動作教學之教學狀況

本章節將從教師教學進度和教學活動掌控，兩個部份來探討啦啦隊指定動作教學之教學狀況。

壹、教師教學進度

依據所蒐集彙整的資料，可看出教師對於教學進度的掌控，將其記錄歸納摘要如下：

一、教學日誌與省思札記

表 4-1-1

教學日誌與省思札記「教師教學進度」彙整

教學日誌	
2014030 教誌	由於上禮拜為 228 連假，在動作複習上多花費了一些時間，在教學新的進度時，佔用了部分下課時間，但仍完成今天的進度。
20140314 教誌	技巧的動作教學學生十分興奮，因此在掌控秩序時花的較長的時間，但學生認真學習，於最後成功展現舞蹈動作加上技巧動作的表演呈現。
20140418 教誌	學生已學習 24 個八拍的舞蹈動作，在複

(續下表)

習過程中仍時常忘記，下個動作的連接，為不耽誤課程進度，將動作連接較不熟悉的同學於下課後再加強練習。

2014050 教 誌 上課前 S16 先告知老師班上有部分同學
(本週課程因學校活動影響課程進度)
到教務處集合會晚點到，課程上半段花較長的時間複習舞蹈動作，後半段技巧動作教學結束剛好下課鐘響，於下課後進行表演呈現。

省思札記

20140321 省札 舞蹈動作的協調性對於部分同學較為困難，在不影響課程的進度的情況下，會運用下課時間練習，但學生並不會因為下課留下來練習而不高興，由此可見學生對於學習啦啦隊舞蹈具有濃厚的興趣。

20140418 省札 本次課程學生皆很期待小禮物，每組都自行進行秘密訓練，盡全力表現每個動作和技巧，最後由 S20 這組獲得禮物。其他組別學生表現出失望的表情，為鼓舞學生士氣，請全班吃餅乾。

20140509 省札 學生在學習技巧動作的過程非常興奮，教師花了較多的時間管理秩序，或許應在教導技巧動作前先進行秩序上的訓練，安撫學生情緒，使課程能順利進行，學生學習動機高漲。

教學日誌和省思札記「教師教學進度」小結

國小五年級的啦啦隊課程教學中，教師能掌握每週的課程進度，部分學生在學習上較為困難則在課後進行加強，而遇到國定假日，隔週在複習動作上會花較多的時間，而在課程中有時也會因為學校的活動影響課程的進度，因此在教學方案的設計上需要適時地做調整。

二、啦啦隊指定動作教學觀察單

觀察者於3月21日、4月18日和5月16日進行三次觀察中，觀察者依據研究者所設計之教學方案進行觀察，研究者將有關「教師教學進度」之觀察結果加以彙整。

表 4-1-2

教學觀察「教師教學進度」(20140321)(20140418)彙整

教師教學進度			觀察者		
題號	日期	題目	專1	專2	專3
1	0321	教師能掌控教學進度。	5	5	5
1	0418	教師能掌控教學進度。	5	5	4

表 4-1-3

教學觀察單「教師教學進度」(20140516)彙整

教師教學進度		觀察者							
題號	題目	專	專	專	級	級	行	行	
		1	2	3	任	任	政	政	
1	教師能掌控教學進度。	4	4	4	5	4	5	5	

啦啦隊指定動作教學觀察單「教師教學進度」小結

由三次的觀察結果可得知，研究者在國小五年級的啦啦隊指定動作教學課程中，大多能掌控教學進度。

三、教師教學進度方面結語

以上資料經由三角交叉檢證法得知：研究者於五年級的啦啦隊指定動作教學課程中，大多能掌控教學進度，部分特殊狀況也能運用適當的解決方式，使教學進度順利進行。

貳、教學活動掌控

依據教學日誌與省思札記所蒐集彙整的資料，可看出教師對於教學進度的掌控，將其記錄歸納摘要如下表：

一、教學日誌與省思札記

表 4-1-4

教學日誌與省思札記「教學活動掌控」彙整

教學日誌	
20140221 教誌	讓學生練習握拳動作，並指出拳眼的方向， (續下表)

一開始練習會有學生容易將大拇指收入拳頭裡面。研究者改變教學的方式，先讓學生看到錯誤的示範（將大拇指收入拳頭裡面），並以小叮嚀拳頭戲稱，在示範正確的動作方式，加深其印象。

20140404 教誌 進行小遊戲超級比一比，負責拿圖卡的學生容易因為緊張而拿錯，其組員會指責他，經研究者制止，並且先行讓拿圖卡的學生練習後再行比賽，使遊戲得以順利進行。

20140411 教誌 小組成員共同發揮想像力畫出四種隊形在紙上，S13 同學與同組同學吵架，希望不要參與活動，經研究者鼓勵後，S13 同學答應回到組別裡參與討論。

省思札記

20140418 省札 看到學生為表演呈現分組努力複習時，研究者感到開心，雖然表演的時候難免會害羞，但是經由每堂課的呈現練習，從學生的眼神中逐漸看到自信。

20140425 省札 指導學生運用腳步變換隊形花了較長的時間，而在 Pase 動作上研究者不斷強調腳尖在膝蓋的位置，而不是在腳踝，這個動作也花了許多時間學生才能適應其動作的協調性。

（續下表）

20140502 省札 教完最後一段舞蹈動作，學生一陣歡呼。
 S23 大喊終於學完了!S27 大喊舞蹈動作太
 累了啦! S12 大喊好難喔!指定動作對學生
 而言是複雜的，但雖然喊累喊難，但學生
 在練習時依然十分認真專心!

教學日誌和省思札記「教學活動掌控」小結

教師在教學活動的掌控上，能適時的調整活動時間和進行方式，化解學生的突發狀況（同組討論吵架），能讓每位學生皆有上臺表現的機會，對於較難學習的動作能適時的安排教學的時間，使教學活動得以順利進行。

二、啦啦隊指定動作教學觀察單

觀察者於 3 月 21 日、4 月 18 日和 5 月 16 日進行三次觀察中，研究者將有關「教學活動掌控」之觀察結果加以彙整。

表 4-1-5

教學觀察「教學活動掌控」(20140321)(20140418)彙整

教學活動掌控			觀察者		
題號	日期	題目	專 1	專 2	專 3
2	0321	教師能適時掌控教學活動。	4	5	5
2	0418	教師能適時掌控教學活動。	5	5	4
2	0516	教師能適時掌控教學活動。	4	5	5

表 4-1-6

教學觀察「教學活動掌控」(20140516)彙整

教學活動掌控				觀察者				
題號	題目	專 1	專 2	專 3	級 任 1	級 任 2	行 政 1	行 政 2
2	教師能適時掌控教學活動。	4	5	4	5	4	5	5

啦啦隊指定動作教學觀察單「教學活動掌控」小結

由三次的觀察結果可得知，研究者在國小五年級的啦啦隊指定動作教學課程中，教師能適時掌控教學活動，使活動得以順利進行。

三、教學活動掌控方面結語

以上資料經由三角交叉檢證法得知：研究者於五年級的啦啦隊指定動作教學課程中，教師能適時掌控教學活動，使活動得以順利進行。

第二節 啦啦隊指定動作之學生反應

本節將從學習態度和學習成效兩方面，探討國小五年級啦啦隊指定動作之學生反應。

壹、學習態度

依據教學日誌與省思札記所蒐集彙整的資料，可看出教師對於教學進度的掌控，將記錄歸納摘要如下表：

一、教學日誌、省思札記與晤談紀錄

表 4-2-1

教學日誌與省思札記「學習態度」彙整

教學日誌	
20140221 教誌	讓教師提問如何呈現握拳的方式，約 20 位學生舉手搶答，由 S23 呈現正確答案。最後各組上臺表演，雖然有點害羞，但動作多為正確，全班加一分，學生開心地大聲歡呼。
20140314 教誌	進行第一組呈現技巧動作時十分正確完整，教師立即給予鼓勵，其他學生也當仁不讓，在經過練習和調整後也都安全且完整的進行呈現動作。
20140411 教誌	小各組自行練習，教師依據各組狀況幫忙，如少女時代隊容易數拍數太快、吳名氏隊容易忘記換位置、薯餅隊容易忘記技巧動作的預備位置、GL 特攻隊容易吵架。 在特別調整後，雖然動作還是有些不熟悉和有點小緊張，但皆十分盡力表現。

(續下表)

省思札記

20140321 省札 為了引發學生動機，教師有時需準備小獎勵，給予學生正增強。

20140418 省札 給予學生讚美是學生學習過程的重要環節，在提升其自信後往往能增加其在學習上的興趣。

20140502 省札 運用遊戲的方式增加學生對於新動作的pase的記憶，也提升學生勇於嘗試新動作的信心，玩得開心又能記得動作。

晤談紀錄

20140321 晤談

師：老師上課的內容有沒有聽不懂的地方呢？

S13：不會啊，老師你今天教的我都會。

師：很棒喔！那妳喜歡今天老師在大家面前讚美你嗎？

S13：喜歡！我覺得我下次可以跳得更好，下次老師我可以再出來示範喔！

師：很好！下次上課一定讓你再表演一下。

S13：好！

（學生很喜歡被讚美，也能和老師分享表演的喜悅，足以見得與老師之間互動良好。）

（續下表）

20140418 晤談

師：你喜歡啦啦隊課程嗎？

S20：喜歡。

師：會不會覺得學動作有壓力？

S20：有的時候會覺得很難，不想跳。

師：加油！那是因為你不够熟練，所以才會覺得有壓力。

20140502 晤談級任老師

研究者：請問貴班喜歡上啦啦隊的課程嗎？

級任老師：學生對上課都很期待，平常也都會在教室，運用下課時間自己練習，有時候會請我讓他們放音樂練習，但是技巧的部分就只能在上課的時候練習了。

（了解學生喜歡上啦啦隊課程是對老師最大的肯定。）

二、啦啦隊指定動作教學觀察單

觀察者於3月21日、4月18日和5月16日進行三次觀察中，研究者將有關「學習態度」之觀察結果加以彙整。

表 4-2-2

教學觀察單「學習態度」(20140321)彙整

學習態度	觀察者		
題目	專	專	專
號	1	2	3
4 學生能主動積極的學習。	4	4	4
5 學生能快樂開心的學習。	4	5	5
6 學生表現出喜歡啦啦隊課程。	5	4	4

表 4-2-3

教學觀察單「學習態度」(20140418)彙整

學習態度		觀察者		
題 號	題目	專	專	專
		1	2	3
6	學生能主動積極的學習。	5	4	4
7	學生能快樂開心的學習。	5	5	5
8	學生表現出喜歡啦啦隊課程。	4	4	4
9	學生能在教師的教導下專心的學習動作。	5	4	5
10	學生能用心練習動作。	5	4	5
11	學生能快樂的學習。	4	4	5
12	學生喜歡學習啦啦隊動作。	5	5	4

表 4-2-4

教學觀察「學習態度」(20140516)彙整

學習態度		觀察者						
題 號	題目	專	專	專	級	級	行	行
		1	2	3	任	任	政	政
					1	2	1	2
7	學生能主動積極的學習。	4	4	4	5	4	4	4
8	學生能快樂開心的學習。	4	5	5	4	5	5	4
9	學生喜歡上啦啦隊課程。	5	4	4	5	5	5	4
10	學生喜歡教師的讚美。	5	5	5	5	5	5	5

(續下表)

11	讚美能提高學生的學習興趣。	5	5	5	5	5	5	4
12	學生喜歡教師的獎勵。	5	5	5	4	5	5	4
13	學生喜歡啦啦隊指定動作中的舞蹈動作。	4	4	4	4	5	4	5
14	學生喜歡啦啦隊指定動作中的技巧動作。	5	5	4	4	5	4	5

三、啦啦隊指定動作學習問卷

研究者在 4 月 4 日和 5 月 16 日的啦啦隊指定動作學習問卷，將有關「學習態度」之觀察結果加以統計彙整。
表 4-2-5

學習問卷「學習態度」(20140404) 統計彙整

學習態度 (0404)						
題號	題目	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
4	上課時你能專心的學習動作。	6 (28.5)	8 (38)	5 (23.8)	1 (4.7)	1 (4.7)
5	學習啦啦隊動作讓你感到快樂。	8 (38)	7 (33.3)	5 (23.8)	0	1 (4.7)
6	上課時你喜歡出來表演動作。	5 (23.8)	3 (14.2)	7 (33.3)	1 (4.7)	5 (23.8)
7	上課時你能舉手回答問題。	7 (33.3)	3 (14.2)	7 (33.3)	3 (14.2)	1 (4.7)

(續下表)

啦啦隊的學習					
8 過程讓你覺得	1 (4.7)	2 (9.5)	9 (42.8)	2 (9.5)	7 (33.3)
壓力很大。					

表 4-2-6

學習問卷「學習態度」(20140516)統計彙整

學習態度 (0516)

題 號	題 目	非 常 同 意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
4	上課時你能專心的學習動作。	8 (38)	6 (28.5)	6 (28.5)	0	1 (4.7)
5	學習啦啦隊動作讓你感到快樂。	7 (33.3)	7 (33.3)	5 (23.8)	1 (4.7)	1 (4.7)
6	上課時你喜歡出來表演動作。	5 (23.8)	2 (9.5)	7 (33.3)	2 (9.5)	5 (23.8)
7	上課時你能舉手回答問題。	8 (38)	3 (14.2)	7 (33.3)	3 (14.2)	0
8	啦啦隊的學習過程讓你覺得壓力很大。	0	2 (9.5)	10 (47.6)	2 (9.5)	7 (33.3)

啦啦隊指定動作教學觀察單「學習態度」小結

研究者發現學生在表現呈現時會害羞，但經由鼓勵和讚美皆能有所突破，而學生也較喜歡共同呈現，透過遊戲的方

式能增加學生對於新動作的適應，利用獎勵的方式能提升學生主動呈現，引發其表現行為。

貳、學習成效

依據教學日誌與省思札記所蒐集彙整的資料，可看出教師對於教學進度的掌控，將其記錄歸納摘要如下：

一、教學日誌、省思札記與晤談紀錄

表 4-2-7

教學日誌與省思札記「學習成效」彙整

教學日誌

20140221 教誌

課程中需要活潑的上課氣氛，但學生的行為管理也必須有所規範，因此在第一堂課時與學生說明上課規則是一件重要的事。

第第一次嘗試啦啦隊動作，學生皆十分興奮，S13 下課跑來問下週的課程，表示很期待下次的上課。

20140404 教誌

為了有效管理學生秩序，教師會強調需注意看示範動作的呈現。而當有新的動作時，會選出小隊長在前面帶領大家做動作以避免動作混亂。本週的小組長是班長 S19，一邊叫班上不乖的男生安靜，一邊帶著甜美的笑容在前面帶動作，十分可愛。

20140411 教誌

在討論隊形的變化時，各組皆十分踴躍，並

(續下表)

在各組呈現時產生吵鬧嘻笑的聲音，這時教師提醒學生觀察別組的呈現，並說出優點加一分，學生立刻專心地觀察各組的呈現。

省思札記

20140418 省札 當教師個別指導各小組時，往往總會有一組會偷懶或者是特別吵鬧，在經過管教後，學生多能維持秩序在可控制的範圍。

20140425 省札 在複習前面的動作時，學生多以熟悉動作，且能具體說明他人動作的優點，而在表演呈現時，當觀眾的學生也多能專心觀察他人。

20140502 省札 舞蹈動作必須連貫且不間斷的複習，藉由重複的練習提高學生對動作的熟悉度。

二、啦啦隊指定動作教學觀察單

觀察者於 3 月 21 日、4 月 18 日和 5 月 16 日進行三次觀察中，研究者將有關「學習成效」之觀察結果加以彙整。

表 4-2-8

教學觀察「學習成效」(20140321)彙整

學習成效		觀察者		
題 目 號	題目	觀	觀	觀
		1	2	3
(續下表)				

7	學生能正確的配上數拍，呈現動作。	4	4	4
8	學生能排好隊型，呈現動作。	4	5	4
9	學生能有正確的動作呈現。	4	4	4

表 4-2-9

教學觀察「學習成效」(20140418)彙整

學習成效		觀察者		
題 號	題目	專	專	專
		1	2	3
13	學生能以正確的姿勢呈現動作。	4	4	4
14	學生呈現時能正確的做出手部姿勢動作。	4	5	4
15	學生呈現時能正確的做出腳步姿勢動作。	4	4	4
16	學生呈現時能正確的做出跳躍技術動作。	5	5	4
17	學生呈現時能正確的做出舞伴技巧動作。	5	5	5

表 4-2-10

教學觀察「學習成效」(20140516)彙整

學習成效		觀察者						
題 號	題目	專	專	專	級	級	行	行
		1	2	3	任	任	政	政
					1	1	1	2
15	學生的動作表現良好	5	5	4	4	5	5	4
16	學生的上課規矩良好。	4	5	4	4	5	5	4

(續下表)

17	學生能正確說出動作和技巧名稱。	5	5	5	5	4	4	4
18	先由教師示範的教學方，能使學生學得更好。	5	5	5	5	5	5	5
19	學生在老師示範完動作後能整齊地做出動作。	4	5	4	4	4	5	4
20	學生能正確的轉換隊形。	4	5	5	4	5	5	4
21	配合上音樂的節奏，能使學生更有活力的呈現。	5	5	5	5	3	5	4

三、啦啦隊指定動作學習問卷

研究者在4月4日和5月16日的啦啦隊指定動作學習問卷，將有關「學習成效」之觀察結果加以統計彙整。
表 4-2-11

學習問卷「學習成效」(20140404)統計彙整

學習成效 (0404)						
題號	題目	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
9	你能數拍，呈現動作。	7 (33.3)	5 (23.8)	6 (28)	2 (9)	1 (4)
10	你能配上音樂，呈現動作。	10 (47.6)	5 (23.8)	4 (19)	1 (4)	1 (4)
11	你能有活力、有笑容的呈現動作。	7 (33.3)	4 (19)	6 (28)	2 (9)	2 (9)

表 4-2-12

學習問卷「學習成效」(20140516) 統計彙整

學習成效 (0516)						
題號	題目	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
10	你能正確的呈現技巧動作。	8 (38)	5 (23.8)	6 (28)	1 (4)	1 (4)
11	你能正確的呈現手姿動作。	8 (38)	3 (14)	7 (33.3)	2 (9)	1 (4)
12	你能有活力、有笑容的呈現動作。	7 (33.3)	2 (9)	6 (28)	4 (19)	2 (9)
13	你能配上音樂，呈現動作。	10 (47.6)	4 (19)	5 (23.8)	1 (4)	1 (4)
14	你能正確的變換隊形。	9 (42)	5 (23.8)	4 (19)	1 (4)	2 (9)
15	你的動作呈現進步了。	7 (33.3)	4 (19)	9 (42)	1 (4)	0

一、啦啦隊指定動作教學觀察單「學習成效」小結

(一) 啦啦隊指定動作—舞蹈

1. 手姿動作

(1) 學生在動作呈現時，容易有折手腕的動作，教師須花較多的時間提醒。

(2) 手姿動作動作和名稱，大多數的學生皆能正確呈現，但仍有少部分的學生會突然忘記或

聯想不起來。

- (3) L Motion 學生們上手會記得靠緊頭部，但下手多會低於肩膀，而 Cross Body Punch 同樣容易出現低於平行的狀況。

2. 腳步動作

- (1) 剛學習時，手部動作和腳步動作同時呈現，對大多數的學生而言是有難度的，但經過實際的行動教學後，大多數學生皆能克服適應上的困難。
- (2) Pase 動作在學習的過程中，花較多的時間解釋腳尖位置和跳起時的律動。
- (3) 部分學生在呈現時，有時會因為專注於腳步動作的正確性而忘記變換隊形，經提醒後，漸漸熟悉改善。

3. 跳躍動作

- (1) Star 在空間分腿的動作，一開始練習女生較害羞，容易出現合腳跳的狀況，經過練習後狀況有明顯改善。
- (2) Star 跳起在空中時，學生上半身容易駝背，經過反覆的練習，仍有少部分的學生跳起時會駝背。

4. 舞蹈音樂配合度

- (1) 剛開始接觸舞蹈動作，會出現拍子和動作合不起來的狀況，因此教學得過中，教師會強調拍子的重要性，並教導學生自己練習數拍練習。

- (2) 分組練習時，會發現學生對哪一拍做什麼動作出現疑問，教師在示範講解後，多能熟悉進步。
- (3) 直接讓學生配音做動作，會明顯發現學生無法順利呈現，會有模糊不清楚的狀況發生，因此調整為先讓學生聽音樂數拍子，等熟悉後再加入動作呈現。

(二) 啦啦隊指定動作一技巧

1. 預備動作

- (1) 學生在呈現預備動作會很興奮，在經過警告後，多能專心在預備的動作上。
- (2) 預備的動作的扶持位置，手的部分多會容易錯誤。

2. 整體表現

- (1) 在完成雙股立姿時，底層容易弓箭步過小或不同高度，使上層會有不平衡的狀況。
- (2) 上層容易因為害怕而低頭或者駝背，上層為女生者較明顯，經過練習和調整後，多能克服。
- (3) 在俯撐姿時，前保會因為肩膀上的重量而駝背，在經提醒後，皆能改善。

3. 結束動作

- (1) 在結束動作的過程中，S13的組別曾讓上層落地時沒站穩因而跌倒的狀況，藉由這個狀況加深各組注意安全的觀念，需在上層安全站穩後才能離手。
- (2) 俯撐姿需要上層多一些自己手臂力量的控制，

藉由在地上支撐自己動作（伏力挺身），讓上層模擬力量控制。

4.動作穩定度

- (1) 技巧呈現的過程，S4 的組別容易因為緊張而產生動作速度的快慢，使技巧動作有些搖晃。
- (2) 經過練習後技巧動作皆能完成，動作的穩定度也隨著默契進步而增長。

5.音樂配合度

- (1) 技巧動作的音樂有強烈的重拍，因此學生在數拍子時多能快速上手。
- (2) S6 的組別喜歡將拍子數的大聲一些，使組別成員能有默契地將技巧完成，讓呈現技巧時能更有活力。

第三節 啦啦隊指定動作教學實施的成果

本人將以舞蹈動作和技巧動作兩類評量，分別探討啦啦隊指定隊作教學的成果。

壹、啦啦隊指定舞蹈動作評量表

評量工具與內容為研究者自行設計的舞蹈動作啦啦隊指定動作評量表，測量學生的手姿動作、腳步動作、跳耀動作、音樂配合度和整體表現。每個項目表現狀況分為正確、部分錯誤和錯誤三個等級。

一、手姿動作

表 4-3-1

啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）之手姿動作統計

手姿動作		統計
等級	人數	百分比
正確	13	61.9%
部分錯誤	6	28.5%
錯誤	2	9.5%
合計	21	

表 4-3-2

手姿動作表現狀況統計

手姿動作		統計
等級	表現狀況	人數
正確	正確手姿動作	13
部分錯誤	手沒力道、手沒握拳	6

(續下表)

錯誤	手姿動作不正確	2
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能正確的呈現舞蹈動作，少數錯誤的學生是手沒力道和手沒握拳，而有兩位學生的動作不正確。

二、腳步動作

表 4-3-3

啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）之腳步動作統計

腳步動作	統計	
等級	人數	百分比
正確	12	57.1%
部分錯誤	7	33.3%
錯誤	2	9.5%
合計	21	

表 4-3-4

腳步動作表現狀況統計

腳步動作	統計	
等級	表現狀況	人數
正確	正確腳步動作	12
部分錯誤	腳步移位錯誤	7
錯誤	腳步動作不正確	2
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能正確的呈現腳步

動作，少數學生在腳部移位時容易發生錯誤，而有兩位學生的動作不正確，這兩位學生同時也在手姿動作時動作不正確。

三、跳躍動作

表 4-3-5

啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）之跳躍動作統計

跳躍動作		統計
等級	人數	百分比
正確	13	61.9%
部分錯誤	8	38%
錯誤	0	
合計	21	

表 4-3-6

跳躍動作表現狀況統計

腳步動作		統計
等級	表現狀況	人數
正確	正確跳躍動作	14
部分錯誤	跳躍結束動作不正確、 跳躍預備動作不正確	3
錯誤	跳躍動作不正確	0
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能正確的呈現跳躍動作，少數學生的預備和結束時容易發生錯誤，而有沒有動作完全不正確的學生。

四、音樂配合度

表 4-3-7

啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）音樂配合度統計

音樂配合度		統計
等級	人數	百分比
正確	13	61.9%
部分錯誤	5	23.8%
錯誤	3	14.2%
合計	21	

表 4-3-8

音樂配合度表現狀況統計

音樂配合度		統計
等級	表現狀況	人數
正確	動作能配合上音樂	13
部分錯誤	有部分動作跟不上音樂的拍點	5
錯誤	動作不能配合音樂	3
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能正確的呈現動作與音樂的配合度，少數的學生會因為緊張而造成部分動作跟不上的現象，而動作不能配合音樂的學生則是因為動作尚未記熟。

五、整體表現

表 4-3-9

啦啦隊指定動作評量（舞蹈動作）整體表現統計

整體表現	統計	
等級	人數	百分比
正確	12	57.1%
部分錯誤	6	28.5%
錯誤	3	14.2%
合計	21	

表 4-3-10

整體表現狀況統計

整體表現	統計	
等級	表現狀況	人數
正確	舞蹈動作正確、隊形正確、有活力和笑容	12
部分錯誤	舞蹈動作和隊型變換有部分不正確、沒有活力和笑容	6
錯誤	舞蹈動作和隊型變換不正確、沒有活力和笑容	3
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能呈現正確的舞蹈動作、隊形、有活力和笑容，少數的學生舞蹈動作和隊型變換有部分不正確、沒有活力和笑容，而有三位學生

舞蹈動作和隊型變換不正確、沒有活力和笑容，而教師也在評量之後特別加強這三位學生的訓練。

貳、啦啦隊指定技巧動作評量表

評量工具與內容為研究者自行設計的技巧動作啦啦隊指定動作評量表，測量學生的預備動作、動作穩定度、結束動作、音樂配合度和整體表現。每個項目表現狀況分為正確、部分錯誤和錯誤三個等級。

一、預備動作

表 4-3-11

啦啦隊指定動作評量（技巧動作）預備動作統計

預備動作	統計	
等級	人數	百分比
正確	16	76.1%
部分錯誤	4	19%
錯誤	1	4%
合計	21	

表 4-3-12

預備動作狀況統計

預備動作	統計	
等級	表現狀況	人數
正確	預備姿勢正確、手部動作正確	16
部分錯誤	手部動作不正確	4

(續下表)

錯誤	預備姿勢不正確	1
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能呈現正確的預備動作，少數為手部動作不正確，應抱住上層膝蓋卻抓成腳踝的位置，而有一位學生為底層因弓箭步錯腳而產生預備姿勢不正確的錯誤狀況。

二、動作穩定度

表 4-3-13

啦啦隊指定動作評量（技巧動作）動作穩定度統計

動作穩定度		統計
等級	人數	百分比
正確	15	61.9%
部分錯誤	6	28.5%
錯誤	0	
合計	21	

表 4-3-14

動作穩定度狀況統計

動作穩定度		統計
等級	表現狀況	人數
正確	技巧動作穩定、支撐姿勢正確	15
部分錯誤	動作搖晃、支撐姿勢部分不正確	6

(續下表)

錯誤	支撐姿勢不正確	0
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能正確的呈現動作的穩定度，少數的學生因支撐姿勢部分不正確，如底層應抱住上層膝蓋卻抓成腳踝的位置或上層不敢站直膝蓋，而產生動作搖晃的現象，而在支撐姿勢不正確上，並沒有完全錯誤的學生。

三、結束動作

表 4-3-15

啦啦隊指定動作評量（技巧動作）結束動作統計

結束動作	統計	
等級	人數	百分比
正確	14	66.6%
部分錯誤	5	23.8%
錯誤	2	9.5%
合計	21	

表 4-3-16

結束動作狀況統計

結束動作	統計	
等級	表現狀況	人數
正確	結束動作和 clean 動作 正確	14
部分錯誤	clean 動作不正確	5

(續下表)

錯誤	結束姿勢不正確	2
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能呈現正確的結束動作，少數的學生因緊張而忘記呈現 clean 動作，而有兩位學生在上層尚未結束動作（站回地板）就收回弓箭步，為結束姿勢的不正確，經由提醒在後續的練習過程中皆有改善。

四、音樂配合度

表 4-3-17

啦啦隊指定動作評量（技巧動作）音樂配合度統計

音樂配合度		統計	
等級	人數	百分比	
正確	17	80.9%	
部分錯誤	2	9.5%	
錯誤	2	9.5%	
合計	21		

表 4-3-18

音樂配合度狀況統計

音樂配合度		統計
等級	表現狀況	人數
正確	動作能配合上音樂	17
部分錯誤	有部分動作跟不上音樂的拍點	2

（續下表）

錯誤	動作不能配合音樂	2
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能正確的呈現動作與音樂的配合度，(在呈現技巧動作時，學生習慣大家一起數拍做技巧，此方式能使小組成員更專心於完成技巧動作)，少數的學生會因為緊張而造成部分動作跟不上的現象，而動作不能配合音樂的學生則是因為動作尚未記熟。

五、整體表現

表 4-3-19

啦啦隊指定動作評量（技巧動作）整體表現統計

整體表現	統計	
等級	人數	百分比
正確	16	76.1%
部分錯誤	5	23.8%
錯誤	0	
合計	21	

表 4-3-20

整體表現狀況統計

整體表現	統計	
等級	表現狀況	人數
正確	實施完整性正確、有活力和笑容	16

(續下表)

部分錯誤	實施完整性有部分不正確、沒有活力和笑容	5
錯誤	實施完整性不正確、沒有活力和笑容	0
合計		21

由上表可得知大部分的學生都能呈現正確的技巧動作實施完整性、有活力和笑容，少數的學生技巧實施完整性有部分不正確、沒有活力和笑容，而沒有技巧實施完整性不正確、沒有活力和笑容的學生。

本節總結語，根據本研究結果將國小五年級啦啦隊指定動作教學的成果歸納如下：

壹、啦啦隊指定舞蹈動作評量表

一、手姿動作

學生大多數皆能呈現正確的舞蹈動作，主要問題在於手姿的握拳方式容易錯誤和手姿動作力道不足。

二、腳步動作

少數學生容易在運用腳步動作移動位置時發生錯誤，當他要注意腳步動作，就會忘記該移動的位置。

三、跳躍動作

跳躍動作學生容易在預備和結束時容易發生錯誤，預備於手應先呈現 High V 動作，學生較容易因為兩次 Star 連接迅速而在第二次時忘記預備，結束動作雙腳落地時容易忘記併攏，手忘記貼緊膝蓋。

四、音樂配合度

學生大多數皆能呈現正確的動作和音樂配合度，會

配合不上音樂的主要原因多為緊張或動作尚未記熟。

五、整體表現

大部分的學生都能呈現正確的舞蹈動作、隊形、有活力和笑容，少數的學生舞蹈動作和隊型變換有部分不正確、沒有活力和笑容。

貳、啦啦隊指定技巧動作評量表

一、預備動作

少數學生的錯誤容易發生於應抱住上層膝蓋卻抓成腳踝的位置，而底層則會容易忘記弓箭步應該為哪一隻腳在前而產生錯誤的狀況。

二、動作穩定度

產生動作搖晃現象的主要原因為學生支撐姿勢部分不正確，底層應抱住上層膝蓋卻抱成腳踝或上層不敢站直膝蓋。

三、結束動作

少數的學生因緊張而忘記呈現 clean 動作，而有兩位學生（底層）在上層尚未結束動作（站回地板）就收回弓箭步。

四、音樂配合度

呈現技巧動作時，學生以共同數拍的方法呈現技巧動作，此方法能使小組成員更專心於完成技巧動作，而少部分學生會因為緊張或動作尚未記熟而造成部分動作不能配合音樂。

五、整體表現

學生大多數皆能正確的呈現技巧動作實施完整

性、有活力和笑容，少數的學生技巧實施完整性有部分不正確且沒有活力和笑容。

第四節 啦啦隊指定動作教學所遭遇到之困難與解決方法

本節將依蒐集之資料，彙整出國小五年級啦啦隊指定動作教學所遭遇到之困難，在依據實際遇到的教學狀況與文獻中所探討之理論相互對照，彙整提出解決方式。

壹、遭遇之困難

一、教學日誌與省思札記

依據教學日誌與省思札記所蒐集彙整的資料，可看出教學過程中所遭遇之困難，將其記錄歸納摘要如下：

表 4-4-1

教學日誌與省思札記「遭遇之困難」彙整

舞蹈動作教學遭遇的困難

20140221 教誌 第一堂課程，學生都顯得十分興奮，在教學的過程中秩序較難控制，有些學生較容易忘記握拳的方式，而手腕也容易因為用力出現彎曲，手姿動作的角度也容易不正確。

20140411 教誌 每一小組所畫的隊形有時在實行上是困難的，因此教師應提醒他們實際的變換看看。而腳步動作配合上隊形的變換也是學生較容易發生錯誤的地方，常常記得換位置就忘記動作是什麼。

(續下表)

20140418 省札 學生在有觀眾的情形下總會表現得較沒自信，而在動作的準確度上也會受到影響。

技巧動作教學遭遇的困難

20140314 省札 在分組練習技巧動作時，第一次練習大多數的學生會因為不熟悉自己負責的位置或動作而感到緊張，但每一小組中總會有幾位個性較急的學生，不顧其他人是不是已經學會就想要快點完成技巧動作。

20140509 教誌 在俯撐姿的教學上，預備動作為扶住雙腳的學生容易發生前後手位置不對，而前保同學會因為上層施加的力量而產生背部彎曲，而上層常因為緊而不敢伸直腳和抬頭看前面。

在雙股立姿的教學上，底層容易預備動作時錯腳，上層容易緊張而不敢伸直腳和抬頭看前面。

20140502 省札 技巧動作再配合音樂的拍子時，較容易出現混淆的現象，小組自己數自己的拍子而不管音樂的拍子。

學生主動表現的困難

(續下表)

20140425 省札 研究剛開始時，就發現學生主動表現的情況不佳，總需要運用加分的方式，學生才會比較主動。

20140502 教誌 舞蹈動作的最後階段教學，學生在分組練習後，分組輪流呈現，先問有沒有自願第一組表演的，始終沒有人舉手，經過猜拳後，依輸贏的順序上臺表演。（在沒有自信能表現好的情況下，學生們更無法主動演出了。）

少數學生進度落後的困難

20140328 教誌 腳步動作配合上手姿動作，有部分的學生已經開始出現跟不上的情形，且大多數為男生，在練習時常會分心玩樂，在五堂課後有明顯的落後現象。

20140425 省札 在多次的警告和提醒後，原本進度稍顯落後的學生有進步一些，但每次進行分組練習時還是經不起玩樂的誘惑，常常會出現分心的狀況。

二、晤談紀錄

從學生的晤談紀錄中，能看出教學所遭遇到的困難如下：
表 4-4-2

晤談紀錄「遭遇之困難」彙整

20140328 晤談級任老師

研究者：為了使學生願意在課餘時間複習動作，會適時在課堂中提到其他班的上課情形。

級任老師：有時在下課時間，各組的小組長會與組員共同練習動作，特別是在課程的前一天。

20140307 晤談 S03

師：今天上怎麼很多動作都不對呢？

S03：有很多動作不會。

師：是動作記不起來嗎？

S03：對阿。

師：那你平常記不起來動作的時候怎麼跳呢？

S03：看旁邊的或看前面的。

※S03 為需要花較長時間記動作的學生。

20140314 晤談 S04

師：為什麼預備姿勢常常會錯腳呢？

S04：我也不知道，練習的時候我會，表演的時候就錯了。

師：是因為緊張的關係嗎？

S04：可能是吧。

(續下表)

※由學生所言表演時的壓力，會使其緊張而造成一些錯誤。

20140428 晤談 S19

師：你覺得腳步動作很難嗎？

S19：有一點難。

師：哪一個動作難？

S19：今天教的那個「直、彎、直、併、交叉、交叉、轉身、併」，這個有點難，我一直做錯。

師：那運用腳步動作換位置會很難嗎？

S19：也有一點難，我會忘記要換去哪裡，有時候是忘記什麼動作要換位置。

※學生對於腳步動作變換位置，是較有難度的。

20140418 晤談 S20

師：你上課的時候告訴我動作很難，是哪裡難呢？

S20：都很難。

師：手姿動作、腳步動作還是技巧動作哪一個比較難？

S20：(思考了一下) 都很難。

師：是動作太多記不起來嗎？

S20：對。

師：那你會緊張表演的時候跳不出來嗎？

S20：(點頭)。

師：那下次老師請一位小老師幫助你，好嗎？

S20：好(開心地離開教室)。

※本次的教材動作變化多樣，有時對學生會產生壓力，藉由了解學生狀況，能改善其課程中的表現。

三、啦啦隊指定動作教學觀察單

觀察者於 5 月 16 日進行觀察中，研究者將有關「遭遇困難」之觀察結果加以彙整。

表 4-4-3

教學觀察「遭遇困難」(20140516)彙整

遭遇困難 題 目 號	觀察者		
	觀 1	觀 2	觀 3
22 有些學生跟不上進度。	2	3	4
23 啦啦隊課程的教學不足。	4	5	2
24 學生對於動作銜接感到困難。	4	4	3

四、啦啦隊指定動作學習問卷

研究者在 4 月 4 日和 5 月 16 日的啦啦隊指定動作學習問卷，將有關「遭遇困難」之觀察結果加以統計彙整。

表 4-4-4

學習問卷「遭遇困難」(20140404)統計彙整

遭遇困難 (0404)					
題 目 號	非常 同意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
12 你覺得記得動作很困難。	3	4	6	6	2
13 你覺得學習啦啦隊動作讓你感到不快樂。	0	2	7	8	4
14 你覺得動作配上音樂很難。	5	6	4	2	4

表 4-4-5

學習問卷「遭遇困難」(0516)統計彙整

遭遇困難 (0516)						
題號	題目	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
16	你覺得記得動作很困難。	1	2	7	5	6
17	你覺得學習啦啦隊動作讓你感到不快樂。	1	2	7	8	3
18	你覺得動作配上音樂很難。	3	2	7	5	4
19	你覺得變換隊形很困難。	4	5	5	4	2
20	你覺得作技巧很困難。	2	1	6	5	7

啦啦隊指定動作教學觀察單「遭遇困難」小結

由以上啦啦隊指定動作學習問卷彙整歸納出以下遭遇的困難：

4月4日「遭遇困難」學習問卷中有7位學生覺得記得動作很困難，5月16日「遭遇困難」學習問卷中覺得記動作很困難的僅剩3位學生，可見初期所遭遇的困難已經解決。4月4日「遭遇困難」的學習問卷中有11位學生覺得動作配上音樂很難，5月16日的「遭遇困難」學習問卷中覺得動作配上音樂很難僅剩5位學生，可見初期所遭遇的困難已經解決，少部分的學生覺得技巧動作很難。有9位學生覺得變換隊形很困難。

貳、解決方法

以下彙整上述啦啦隊教學中所遭遇到的困難，並依據實際教學情況，提出解決的方法。

一、舞蹈動作教學遭遇的困難

(一) 手姿動作教學遭遇到的困難：手握拳的方式、手肘容易彎曲和手姿動作的角度不對。

(二) 腳步動作教學遇到的困難：腳步動作要配合換位置較有難度。

解決方式：

教師先以圖片展示，再親自示範動作，且示範學生容易產生的錯誤動作，最後指導學生重複練習，並實施分組練習，讓學生能學習觀察別人的動作，進而修正自己。由下表中能看出舞蹈動作教學過程中解決問題的情形：

表 4-4-6

教學日誌與省思札記「解決問題」彙整

舞蹈動作教學遭遇的困難

20140307 教誌 九種手姿動作的變化，當快速的變換時容易產生錯誤，經過教師的提醒和示範後學生的表現皆有改善。

20140328 教誌 Bow and Arrow 手姿動作搭配上腳步動作的變換，這部分較為困難，研究者發現指導學生加上口訣後，學習成效良好。

(續下表)

20140425 省札 在學生表演呈現前，將容易錯誤的部分再說明一次，可以幫助學生清楚認知，加深正確動作的印象。

二、技巧動作教學遭遇的困難

- (一) 預備動作所遭遇的困難：學生容易因為緊張而站錯預備位置或手扶在不正確的位置上。
- (二) 動作穩定度所遭遇到的困難：上層會因為害怕而不敢伸直腳、前保容易駝背（俯撐姿）。

解決方式：

教師先以圖片展示，並且解釋每個位置的重要性和危險性，而上層必須先個別進行訓練，讓他們能以類似的動作自己練習，增加其熟悉性。而在技巧動作教學時，確定每位學生都清楚知道自己在什麼拍點做什麼動作是一件重要的事，不馬上呈現技巧動作，而是以數拍模擬的方式呈現。在多次的模擬動作後，再讓學生完成技巧動作，接著修正再模擬動作，在完成技巧動作，重複這個歷程直至學生熟練。由下表中能看出技巧動作教學過程中解決問題的情形：

表 4-4-7

教學日誌與省思札記「解決問題」彙整

技巧動作教學遭遇的困難

20140321 省札 先對學生說明自己位置的重要性，學生們一

(續下表)

聽到自己的責任很重大，都會很努力地完成每一個步驟。

20140509 教誌 先以圖片讓學生清楚了解技巧動作的模樣，再配合模擬過數次後，確定學生都能清楚拍點後支撐的動作，再完成技巧動作。如有學生發生錯誤時，除了提醒其正確的動作外，也讓同小組的成員多提醒他。

三、學生主動表現的困難

解決方法：

教學的過程中，除了既定的分組呈現，學生們較無主動的表現，研究者運用度用以遊戲的教學方式提高學生的學習興趣，並且加入獎勵的誘因和競賽的方式，提升學生主動表現的意願，研究者也發現在有同伴共同表現的情形下，學生較為願意主動表現。由下表中能看出學生主動表現困難的解決問題情形：

表 4-4-8

教學日誌與省思札記「解決問題」彙整

學生主動表現的困難

20140307 省札 融入遊戲教學法，讓學生們都願意主動學習動作，進而提高學習的動機和興趣。

20140418 省札 先說明今天的加分重點放在舞蹈整齊度，以

(續下表)

為誘因，在分組練習時，能發現學生會互相提醒要動作要整齊，才會加分。

20140516 教誌 運用競賽的方式，設計四種獎項讓學生努力表現爭取榮譽，學生能盡力展現團隊合作的精神，同時也能熟悉課程內容。

四、少數學生進度落後的困難

解決方法：

分組呈現時能明顯觀察出少數進度較為落後的學生，研究者選出動作較為熟練的學生擔當小老師，以個別指導的方式協助其學習的進度。並且提出誘因，進步者都可以獲得獎勵，而研究者也在一旁觀察，隨時注意和觀察學生的狀況。由下表中能看出少數學生進度落後困難的解決問題情形：

表 4-4-9

教學日誌與省思札記「解決問題」彙整

少數學生進度落後的困難

20140404 省札 上禮拜的課程有發現四位學生有部分動作較跟不上，因此指派四位小老師進行個別特訓，並在本次下課時進行驗收，不難發現動作雖然還是會有一些失誤，但皆有明顯的進度，因此大家都有加分，小老師和學生都很開心。

(續下表)

20140502 省札 Pase 動作要搭配上位置的變換，對大部分的學生都有些難度，教師運用競賽的方式讓各組自行訓練，由各組小組長當小老師帶領各組成員練習（四組的小組長都是動作協調且動作清楚的學生），十分鐘後驗收，再經過小組的練習後，皆能提升動作熟悉度。

本節總結語

在實際的教學歷程中會不斷發現問題，本節在探討教學過程所遭遇到的問題，將問題歸納後，再彙整出解決問題的方式。依據研究之結果彙整歸納如下：

一、舞蹈動作教學遭遇的困難與解決方式

學生容易產生錯誤的動作時，教師可先以圖片展示且親自示範動作，並指導學生重複練習和實施分組練習，讓學生能學習觀察別人的動作，進而修正自己。

二、技巧動作教學遭遇的困難與解決方式

學生不熟悉技巧動作或產生失誤時，可讓學生多次的模擬動作，再讓學生完成技巧動作，重複這個歷程直至學生熟練整個技巧動作。

三、學生主動表現的困難與解決方式

學生無法主動表現時，教師可運用遊戲教學、獎勵、誘因和競賽的方式，提升學生意願。

四、少數學生進度落後的困難與解決方式

少數學生進度落後時，運用分組呈現觀察出少數進度較為落後的學生，並且選出動作較為熟練的學生擔當小老師，以個別指導的方式協助學生學習的進度。

第五章 結論與建議

本章將依本研究之研究結果提出結論與建議，全章共文為兩節，第一節為結論，第二節為建議。

第一節 結論

本研究旨在觀察與記錄學生在參與啦啦隊指定動作教學時之反應與狀況，探討啦啦隊指定動作課程在國小階段實施的成果與成效，以及發現學生在啦啦隊指定動作教學所遭遇到之困難與解決方法。本研究教學實施時間為民國 103 年 2 月 21 日起至民國 103 年 5 月 16 日，實施共為 12 節次，每次教學時間為 40 分鐘。蒐集相關的文獻，並進行教材的分析，輔以運用教學日誌、省思札記、晤談紀錄、教學觀察單、課程學習單、問卷調查、教學評分量表、錄影、錄音及照相等進行資料蒐集，分析彙整出國小五年級啦啦隊指定動作教學的實施狀況，以下為本研究之結論：

壹、啦啦隊指定動作教學的教學狀況

- 一、教師可控制教學流程，使教學活動順利進行。
- 二、運用多元的教學方式，教學成效良好。

研究者在國小五年級的啦啦隊指定動作教學課程中，大多能掌控教學進度，如有部分學生在學習上較為困難，則在課後進行加強，而遇到國定假日或學校活動，隔週在複習動作上會花較多的時間，教師能彈性的調整課程，掌握課程進度，部分特殊狀況也能運用適當的解決方式，對於較難學習的動作能適時的安排教學的時間，使教學進度得以順利進行。

研究者於五年級的啦啦隊指定動作教學課程中，教

師在教學活動的掌控上，能適時的調整活動時間和進行方式，化解學生的突發狀況，且教師適度使用遊戲、比賽、表演示範、小組呈現、動作複習、讚美和獎勵的教學方式，發現學習成效良好，讓每位學生皆有上臺表現的機會。

貳、啦啦隊指定動作教學學生的反應

一、學生喜歡快樂且主動的學習動作。

二、學生的舞蹈動作和技巧動作已有初步的基礎。

研究者發現透過遊戲的方式能增加學生對於新動作的適應且能使學生主動學習，學生在表演呈現時會容易害羞，教師如採用鼓勵和讚美的方式皆能有所突破，而學生也較喜歡共同呈現，利用獎勵的方式也能提升學生學習意願和動機。

學生在動作呈現時，容易有折手腕的動作，手姿動作和名稱，大多數的學生皆能正確呈現，但仍有少部分的學生會突然忘記或聯想不起來，剛學習時，手部動作和腳步動作同時呈現，對大多數的學生而言是有難度的，但經過實際的行動教學後，大多數學生皆能克服適應上的困難。部分學生在呈現時，有時會因為專注於腳步動作的正確，而在配音樂練習的過程中，會出現拍子和動作合不起來的狀況，因此在教學的過程中，教師會強調拍子的重要性，並教導學生自己練習數拍練習。

學生在呈現預備動作會很興奮，在經過警告後，多能專心在預備的動作上。預備的動作的扶持位置，手的部分多會容易錯誤，藉由不同的狀況加深各組注意安全

的觀念，如需在上層安全站穩後才能離手，動作的穩定度也隨著默契進步而增長。技巧動作的音樂有強烈的重拍，因此學生在數拍子時多能快速上手。數拍也能使組別成員有默契地將技巧完成，讓呈現技巧時能更有活力。

參、啦啦隊指定動作教學實施的成果

一、學習初期，舞蹈動作和技巧動作皆有部分欠佳。

二、教學後，學生的整體表現皆有良好的呈現。

學生於學習初期，學生大多數的主要問題在於手的握拳方式容易錯誤和手姿動作力道不足。而腳步動作為少數學生容易在移動位置時發生錯誤，跳躍動作學生容易在預備和結束時容易發生錯誤，學生大多數會配合不上音樂的主要原因多為緊張或動作尚未記熟，少數的學生舞蹈動作和隊型變換有部分不正確、沒有活力和笑容。

學生經教學後，學生大多數皆能呈現正確的舞蹈動作，能注意腳步動作且移動到正確的位置，跳躍動作預備時手能先呈現 High V 動作且兩次迅速連接二次，結束動作雙腳落地時能記得併攏，手貼緊膝蓋，學生大多數皆能呈現正確的動作和音樂配合度，整體表現大部分的學生都能呈現正確的舞蹈動作、隊形、有活力和笑容。

學生經教學後，大部分學生皆能呈現正確的技巧動作，確實完成預備動作、動作穩定度、結束動作、音樂配合度和整體表現。

肆、啦啦隊指定動作教學所遭遇到之困難與解決方法

一、在動作教學上所遭遇到的困難，教師以說明動作、示範動作和反覆練習的方式解決問題。

二、教師運用多元的呈現方式提升學生表現的意願。

舞蹈動作教學遭遇的困難與解決方式教師可先以圖片展示，說明動作且親自示範動作，並指導學生重複練習和實施分組練習，技巧動作教學可讓學生多次的模擬動作，再讓學生完成技巧動作，重複這個歷程直至學生熟練整個技巧動作，學生無法主動表現時，教師可運用遊戲教學、獎勵、誘因和競賽的方式，提升學生意願，少數學生進度落後時，運用分組呈現觀察出少數進度較為落後的學生，並且選出動作較為熟練的學生擔當小老師，以個別指導的方式協助學生學習的進度。

第二節 建議

依據研究之結論，分別對於學校、啦啦隊教師、學生及後續的研究提出以下建議：

壹、對於學校的建議

一、完整的教室設備

學校應設置完整的舞蹈教室、良好的音響設備、及安全的綠波墊，使學生擁有優質的學習空間。

二、辦理啦啦隊活動

學校可辦理啦啦隊活動，如啦啦隊一日研習營、啦啦隊夏令營或啦啦隊寒令營，培養學生良好的運動習慣，建立健康的運動風氣。

貳、對於啦啦隊教師的建議

一、給予學生正向的回饋

在教學的過程中，多使用鼓勵和讚美，提高學生的學習動機，增加其自信心，使學生能積極歡樂的學習。

二、使用正確的動作和技巧名稱教學

在教學的過程中，使用正確的動作和技巧名稱，可幫助學生記憶動作，以幫助動作上的學習。

三、提升身體與教學的能力

教師必須示範動作讓學生學習，因此教師本身也需鍛鍊身體能力以完成正確的示範，藉以提升教學品質。

四、以學生安全為第一考量

在實施技巧動作時，學生表現會較為興奮，因此必須在有安全的場地上練習，並且需確認學生明白正確的動作後，才能真正施行。

參、對於學生建議

一、確實的暖身動作

在進行動作的訓練前，確實的暖身動作能使身體不受傷，有充分的準備來完成各式舞蹈和技巧動作。

二、確實的學習動作

學生一開始對於學習動作的意願很高，迫不期待的想學習新的動作，但是依據本研究結果顯示，確實的學習每一個動作是學習啦啦隊動作重要的環節。

肆、後續建議研究

一、後續可朝啦啦隊指定口號方向進行研究

啦啦隊比賽項目除競技啦啦、啦啦舞與指定動作之外，指定口號也為比賽的其中一項重點項目，此項目以聲音和動作的配合為主要評分標準，除動作要求與指定動作相同，但加上聲音後訓練更具難度，因此後續的研究可朝更困難的啦啦隊指定口號方向進行研究。

二、後續可朝國中啦啦隊的方向進行研究

既國小啦啦隊指定動作教學後，亦可朝國中、高中、大專公開組啦啦隊指定動作教學的方向繼續研究。

參考文獻

中文部分

- 中華民國臺灣競技啦啦隊協會(2012)。中華民國102年度啦啦舞蹈隊乙級/丙級教練講習會暨2013年ICU國際教練講習講習手冊。未出版之原始資料。
- 中華民國臺灣競技啦啦隊協會(2013)。2013ICU啦啦舞蹈隊國際裁判講習會講習手冊。未出版之原始資料。
- 中華民國臺灣競技啦啦隊協會(2013)。2013年全國啦啦隊錦標賽競賽規程。未出版之原始資料。
- 于素梅(2005)。中學體育教材課程。臺北縣：諾亞文化出版社。
- 于素梅(2005)。國小體育健康教程：教案設計。臺北縣：諾亞文化出版社。
- 甘學琳(2005)。中小學體育健康課程一體適能遊戲。臺北縣：諾亞文化出版社。
- 吳文忠等(譯)。Joe D. Willis & Linda Frye Campbell著。運動心理學。臺北市：五南圖書出版有限公司。
- 林貴福、盧淑雲(2003)。健康與體育課程—理論與活動設計。臺北縣：冠學文化出版事業有限公司。
- 張春興(2003)。心理學原理，臺北市：臺灣東華書局。
- 郭銘勻、曾慶裕(2008)。啦啦隊教練證照制度之探討。輔仁大學體育學刊，第七期，197-208頁。
- 張育銓(1999)。啦啦隊活動的探討。國民體育季刊，28(1)，127-135。
- 季力康、卓俊伶、洪聰敏、高三福、黃英哲、黃崇儒、廖主

- 民、盧俊宏(譯)(2009)。Robert S. Weinberg & Daniel Gould 著。競技與健身運動心理學。臺北市：華騰文化股份有限公司。
- 黃光雄、蔡清田(1999)。課程設計—理論與實際。臺北市：五南出版社。
- 梁實秋(主編)(1975)。遠東英漢大辭典。臺北市：遠東圖書。
- 蔡佳蓉(2004)。論國小階段推展競技啦啦隊運動之合宜性。中華體育季刊，69期，20-26頁。
- 鄭麗媛、麥秀英(2002)。校園啦啦隊競賽意見調查研究。體育學報，33，191-200。
- 葉重新(2001)。教育研究法。臺北市：心理出版社。
- 陳伯璋(1988)。教育研究方法的新取向—質的研究方法。臺北市：南宏圖書公司。
- 蔡清田(2000)。教育行動研究。臺北市：五南出版社。
- 夏林清、中華民國基層教師協會(譯)(1997)。H. Altrichter, P. Posch & B. Somekh 著。行動研究方法導論：教師動手做研究。臺北：遠流。
- 楊孟麗、謝水南(譯)(2003)。Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen 著。教育研究法：研究設計實務。臺北市：心理出版社。
- 蔡貞雄(2001)。國小體育教學研究。臺北市：五南圖書出版有限公司。
- 楊語芸(譯)(1994)。DARLEY、GLUCKSBERG、KINCHLA 著。心理學概論。臺北縣：桂冠圖書股份有限公司。

董奇、申繼亮 (2003)。心理與教育研究法。臺北市：臺灣東華書局股份有限公司。

Robert E. Slavin 原著/張文哲 譯 (2005)。教育心理學：理論與實務。臺北市；臺灣培生教育出版；學富文化發行。

楊綺儷 (1994)。大專啦啦隊的組訓與編排。大專體育，13，52-58。

Lynnette Young Overby、Beth C.Post、Diane Newman 原著/程宜莉、詹雅涵 譯(2008)。舞蹈與統整性課程設計—101 動作歷險記。臺北市：華騰文化有限公司。

英文部分

- Barry, P.B., Robin, T., & Frederick, O. M. (2003) Catastrophic cheerleading Injuries. *The American Journal of Sports Medicine*. 31 (6) , 881-888.
- Bandura, A. (1969) . *Principles of behavior modification*. New York : Holt Rinehart & Winston.
- Cartwright, D., & Zander, A. (1968) . *Group dynamics* (3rd ed.) . New York : Harper & Row.
- Chung, K.H. (1997) . *Motivational theories and practices*. Columbus, OH : Grid.
- Gill, D. (2002) . *Psychological dynamics of sport and exercise*. Champaign, IL : Human Kinetics.
- Petri, H.L. (1986) . *Motivation : Theory and research* (2nd ed.) . Belmont, CA : Wadsworth.
- Mills, T.M. (1984) . *The sociology of small groups* (2nd ed.) . Englewood Cliffs, NJ : Prentice Hall.

附錄一 12 週課程大綱

	日期	課程內容	備註
1	0221	指定動作教學 1 (4 個八)	學習單 (0221)
2	0307	指定動作教學 2 (2 個八)	
3	0314	技巧動作教學(雙股立姿)	
4	0321	指定動作教學 3 (6 個八)	觀察單 (0321) 學習單 (0321)
5	0328	指定動作教學 4 (4 個八)	
6	0404	指定動作教學 5 (4 個八)	學習問卷 (0404)
7	0411	指定動作教學 6 (4 個八)	評量表(舞蹈、技巧)
8	0418	指定動作教學 (複習)	觀察單 (0418)、學習單 (0418)
9	0425	指定動作教學 7 (4 個八)	
10	0502	指定動作教學 8 (4 個八)	
11	0509	技巧動作教學 (大鳥)	學習單 (0509)
12	0516	指定動作教學 (複習)	觀察單 (0516)、學習問卷 (0516)

附錄二之一 教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0221)		教材來於： 自編	教學日期： 20140221	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1.藉由基本手姿的訓練，使學生了解啦啦隊動作質地。 2.能正確的學習動作，提升身體體能。 3.能體驗啦啦隊的活力精神，呈現熱情的一面。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘 25 分 鐘	一、準備活動 1.準備教學道具 2.點名 3.說明加分制度 二、發展活動 1.如何握拳	3.將學生分為四組，一組五~六人，並且說明加分制度(包括集合速度、秩序、遊戲比賽、表演呈現等。)		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。 二、觀察學生課堂中的反應和
		1.請學生伸出雙手，四隻手指頭合併，大拇指分開，在收		

	<p>2.手部姿勢動作介紹</p> <p>(1) Clap</p> <p>(2) High V</p> <p>(3) Low V</p> <p>(4) Broken T</p> <p>(5) T Motion</p> <p>3.小遊戲</p> <p>一~二~三木頭人!</p> <p>4.4個八拍，指</p>	<p>起來成為拳頭，大拇指不可突出來。</p> <p>並且介紹拳頭大拇指方向為拳頭眼睛（拳眼），要注意拳眼的方向。</p> <p>2.以紙卡的方式，使學生明白手部姿勢動作的英文為何，每一個動作都以握拳的方式呈現，在做動作時以邊講解邊示範的方式，也做出學生容易錯誤的姿勢，讓其有所認知，加深印象。</p> <p>（如：手腕常會上翹或下壓像大老鷹一樣是錯誤的姿勢。</p> <p>大拇指常會握在拳頭中，像小叮噹一樣也是錯誤的。）</p> <p>3.所有學生熟記五項手姿動作後進行遊戲，藉由小遊戲的進行，加深學生對動作之熟悉度。</p> <p>4.其4個八拍的動作皆為本</p>	<p>活動當中的情形，如能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p>
--	--	--	--

<p>5 分 鐘</p>	<p>定舞蹈動作教學。</p> <p>5.表演呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1.發學習單，說明學習單之內容和繳交日期</p> <p>2.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>3.337 下課</p>	<p>次課程所教授之手姿動作的連接，因此在學生已清楚手姿動作的前提下，學生能較為快速記起動作，並且動作呈現更為正確。</p> <p>5.以組為單位進行表演呈現，觀察學生之動作整齊度、準確度、笑容等。</p> <p>3.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課（手拍三下、拍三下、拍七下）大聲喊出「謝謝老師，大家辛苦了！」，以此方式讓學生能歡樂的結束今天的課程。</p>	<p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如皆清楚則下課。</p>
----------------------	--	--	-----------------------------------

5	<p>作複習。</p> <p>(1) Clap (2) High V (3) Low V (4) Table Top (5) T Motion</p> <p>2. 手部姿勢動作介紹</p> <p>(1) Fists on hips (2) 1/2 High V (3) 1/2 Low V (4) Clean</p> <p>3. 小遊戲 Motions 接力賽!</p>	<p>1. 複習上週課程，要特別注意他們的握拳方式是否正確，每項動作要做得更為準確。</p> <p>2.</p> <p>(1) 以紙卡的方式，使學生明白手部姿勢動作的英文為何，每一個動作都以握拳的方式呈現，在做動作時以邊講解、邊示範的方式。</p> <p>(2) 本週在教授課程時，應多提醒學生此動作質地為何，身體的呈現和動作的力道應為強而有力。</p> <p>(如：身體像是冰棒一樣直挺，不能軟趴趴的。</p> <p>手姿動作要一拍到位，像是打鼓一樣，用力的”咚”一聲就到。)</p> <p>3. 學生在熟記兩堂課共九項手姿動作後，進行遊戲競賽。學生分為四組(如：一</p>	<p>的反應和活動當中的情形，如能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p>
---	---	--	--

分鐘	<p>4.2 個八拍，指定動作教學。</p> <p>5.表演呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2.337 下課</p>	<p>組為 Fists on hips、一組為 1/2 High V、一組為 1/2 Low V)，讓學生保持手姿進行接力賽，兩回合後，提高遊戲難度，用雙腳跳的方式接力，藉由提高遊戲難度和變化，讓學生對於課程能有更多的熱忱。</p> <p>4.先複習上次所學之 4 個八拍的動作，再進行此次 2 個八拍的動作教學，示範時應該有正面和背面兩種示範，讓學生能更正確的做出動作。</p> <p>5.以組為單位進行表演呈現，請學生觀察其他同學表演，並且說出他人的優點。</p> <p>1.對於今天表現優良的同學給予鼓勵並說明原因，讓其他學生能向他學習。</p> <p>2.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，337 歡呼下課。</p>	<p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如皆清楚則下課。</p>
----	---	---	-----------------------------------

附錄二之三教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0314)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/03/14	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 圖片、紙卡、音響
單元目標		1.了解競技啦啦隊基本技術的內容與概念。 2.學習舞伴技巧的組合和操作方法。 3.培養團隊合作的精神。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘	一、準備活動 1.準備教學道具 2.點名 3.收回學習單 4.說明加分制度	4.將學生分為四組，一組五~六人，並且說明加分制度(包括集合速度、秩序、遊戲比賽、表演呈現等。)		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。
25 分 鐘	二、發展活動 1.複習 6 個八	1.複習前兩堂課所教之動		二、觀察學生課堂中

	<p>拍舞蹈指定動作。</p> <p>2. 小遊戲 信任遊戲!</p> <p>3. 技巧動作教學—雙股立姿技巧。</p>	<p>作，以數拍的方式複習。</p> <p>2.</p> <p>(1) 將班上學生以五人分成一組，分別為左底層、右底層、上層、前保、後保人員和保護。</p> <p>(2) 上層站於正中間，左底層、右底層、前保和後保面向上層，成十字形。</p> <p>(3) 上層全身繃直雙手抱於胸前，雙腳併攏不離開原地，倒向其中一人，接住他的人須雙手接住。</p> <p>3.</p> <p>(1) 教師講解並以圖片方式讓學生清楚動作的整體呈現。</p> <p>(2) 班上學生五人一組，清楚說明操作時左底層、右底層、上層、前保和後保人員的任務與動作執行要領。</p> <p>(3) 預備動作首先讓擔任底層的學生練習操作側弓箭步，上層手放底層肩膀，右</p>	<p>的反應和活動當中的情形，如能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p>
--	--	---	--

<p>5 分 鐘</p>	<p>4. 舞蹈動作加上技巧動作，表演呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1. 簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2. 337 下課</p>	<p>腳踩在右底層大腿上方，後保扶住上層的腰，前保在上層前方扶住膝蓋。</p> <p>(4) 先讓其中一組人員配合口令 (Ready One Two Down Up!) 上技巧，老師給於協助，調整其動作的正確性和穩定性。</p> <p>(5) 各組配合老師口令一起練習，直至完全熟練為止。</p> <p>4.(1) 舞蹈動作共 6 個八拍，中間跑到技巧位置為 2 個八拍，技巧動作總共四個八拍，完成雙股立姿技巧。第 1 個八拍預備，第 2 個八拍上技巧，第 3 個八拍上層 High V，第 4 個八拍下 (結束) 技巧。(2) 以組為單位進行表演呈現，觀察學生之動作正確度、穩定性和笑容等等。</p> <p>2. 讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
----------------------	--	---	----------------------------------

附錄二之四 教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0321)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/03/21	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1. 瞭解性別平等的觀念。 2. 培養分析比賽的能力。 3. 學習讚美他(她)人，並且加以尊重與認同。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘	一、準備活動 1. 準備教學道具 2. 點名 3. 發學習單 4. 說明加分制度	4. 將學生分為四組，一組五~六人，並且說明本次課程的舞蹈競賽獎項(舞蹈動作最整齊獎、舞蹈最佳清楚獎、舞蹈動作最佳有精神獎、舞蹈動作最正確獎)。		一、在準備好教具後，點名確認學生人數，
25 分 鐘	二、發展活動 1. 小遊戲 信任遊戲!	1. 以信任遊戲作為技巧暖身，讓組員之間能找回身體		二、觀察學生課堂中的反應和

5 分	<p>2.技巧動作－雙股立姿 4 個八拍複習。舞蹈動作 6 個八拍，數拍複習。</p> <p>3.手部姿勢動作介紹</p> <p>(1) Star</p> <p>(2) Low Daggers</p> <p>(3) Cross Body Punch</p> <p>(4) U Motion</p> <p>4.6 個八拍，指定動作舞蹈教學。</p> <p>5.舞蹈動作競賽評分。</p>	<p>的感覺，達到彼此間的信任。</p> <p>2.複習雙股立姿技巧動作和前兩堂課所教之舞蹈動作，以數拍的方式進行複習。</p> <p>3.以紙卡的方式，使學生明白手部姿勢動作的英文為何。教學當中應多提及之前所教的動作，以紙卡抽換的方式讓學生隨著做出不同的手部姿勢，加深學生學習的印象。</p> <p>4.此 6 個八拍有 Star 跳躍動作，可以讓學生比賽誰跳得比較高，增加其學習興趣。</p> <p>5.每一組別分別呈現舞蹈動作，其餘小組填寫評分學習單，學習單為一組一張。獎項分別為舞蹈動作最整齊獎、舞蹈最佳清楚獎、舞蹈</p>	<p>活動當中的情形，如能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p>
--------	--	--	--

鐘	<p>三、結束活動</p> <p>1.收回學習單</p> <p>2.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>3.337 下課</p>	<p>動作最佳有精神獎、舞蹈動作最正確獎，統計結果下次頒獎。</p> <p>3.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
---	---	---	----------------------------------

附錄二之五教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0328)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/03/28	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1. 清楚呈現每個手姿動作。 2. 了解團隊精神的重要性。 3. 懂得欣賞動作特性與美感。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘	一、準備活動 1. 準備教學道具 2. 點名 3. 頒發獎項	3. 頒發舞蹈競賽獎項(舞蹈動作最整齊獎、舞蹈最佳清楚獎、舞蹈動作最佳有精神獎、舞蹈動作最正確獎。)。		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。
25 分 鐘	二、發展活動 1. 複習 12 個八拍動作舞蹈和技巧。 2. 手部姿勢動	1. 複習雙股立姿技巧動作和前兩堂課所教之舞蹈動作，以數拍的方式進行複習。 2. 以紙卡的方式，使學生明白		二、觀察學生課堂中的反應和活動當中的情形，如

5 分 鐘	<p>作介紹</p> <p>(1) Low Daggers</p> <p>(2) Cross Body Punch</p> <p>(3) Bow and Arrow</p> <p>3.4 個八拍，指定舞蹈動作教學。</p> <p>4. 舞蹈動作分組表演呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1. 簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2. 337 下課</p>	<p>手部姿勢動作的英文為何。</p> <p>3.</p> <p>(1) 本週進度為舞蹈動作 4 個八拍，其中後 2 個八拍 Bow and Arrow 動作較難，因此應需要花多一點的時間記住動作。</p> <p>(2) 教學時可以加上腳步動作的口訣”直、彎、直、併、交叉、交叉、轉身、併”) 增加學生的協調性和趣味性。</p> <p>(3) 分成小組練習。</p> <p>4. 由每組學生觀看別組呈現，說出動作表現的優缺點。</p> <p>2. 讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p> <p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
-------------	---	---	--

附錄二之六教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0404)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/04/04	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1. 參與遊戲競賽時，遵守運動家精神。 2. 學習團隊合作。 3. 熟記每項手姿動作名稱。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘 25 分 鐘	一、準備活動 1. 準備教學道具 2. 點名 3. 說明加分機制 二、發展活動 1. 複習 16 個八拍的舞蹈動作。	3. 加分重點在於舞蹈動作的隊型變化。 1. 針對學生不熟悉的動作加以複習。		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。 二、觀察學生課堂中的反應和活動當中的情形，如

5 分 鐘	<p>2.手部姿勢動作介紹</p> <p>(1) Bow and Arrow</p> <p>(2) Punch</p> <p>(3) Clean</p> <p>3.小遊戲 超級比一比!!</p> <p>4.4個八拍，舞蹈教學與隊形變化教學。</p> <p>5.舞蹈動作分組表演呈現。</p>	<p>2.(1)以紙卡的方式，使學生明白手部姿勢動作的英文為何。</p> <p>(2)並以圖卡加上字卡的方式幫助學生複習動作。</p> <p>3.分為四小組，老師拿字卡，小組一名組員負責拿圖卡，其他人負責比動作，由最先完成程序的組別獲勝。</p> <p>4.</p> <p>(1)在Punch的動作時，單手伸直，要提醒學生注意拳眼的位置，手臂應貼近頭部，而不是頭部貼近手。</p> <p>(2)隊形變化為第8個八拍排成一直線，第13個八拍分成兩排。</p> <p>(3)分成小組練習。</p> <p>5.每小組輪流呈現，讓學生觀察各組隊型變換是否流暢，舞蹈動作是否確實。</p>	<p>能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p>
-------------	---	---	-------------------------------

	<p>三、結束活動</p> <p>1.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2.37 下課</p>	<p>2 讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
--	--	--	----------------------------------

附錄二之七教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0411)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/04/11	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1. 了解團隊默契的重要性。 2. 了解動作發展的關係。 3. 藉由課程發展運動潛能。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘 25 分 鐘	一、準備活動 1. 準備教學道具 2. 點名 3. 說明加分機制 二、發展活動 1. 複習 20 個八拍的指定動作舞蹈。	3. 加分重點在於舞蹈動作的隊形變化。 1. 針對學生不熟悉的動作加以複習。		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。 二、觀察學生課堂中的反應和活動當中

<p>5 分 鐘</p>	<p>2.複習學生不熟悉之手姿動作。</p> <p>3.小遊戲 隊型變變變！</p> <p>4.4個八拍，指定動作舞蹈教學與隊形變化教學。</p> <p>5.舞蹈動作分組表演呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2.337下課</p>	<p>2.並以圖卡加上字卡的方式幫助學生複習動作。</p> <p>3.分為四小組，一組有一張圖畫紙，由學生發揮想像力，想出可以運用的四種隊形變化，畫於紙上。</p> <p>4.特別複習上堂課程編排之隊形 (隊形變化為第8個八拍排成一直線，第13個八拍分成兩排。)</p> <p>5.每小組輪流呈現，讓學生觀察各組隊型變換是否流暢，舞蹈動作是否確實。</p> <p>2.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以337下課結束課程。</p>	<p>的情形，如能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p> <p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
----------------------	---	---	---

附錄二之八教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0418)		教材來於： 自編	教學日期： 20140418	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1.增加學生觀察能力。 2.增加學生創意能力。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘 25 分 鐘	<p>一、準備活動</p> <p>1.準備教學道具</p> <p>2.點名</p> <p>3.說明加分機制</p> <p>二、發展活動</p> <p>1.複習 24 個八拍的指定動作舞蹈。</p>	<p>3.加分重點在於舞蹈動作的整齊度。</p> <p>1.針對學生不熟悉的動作加以複習。</p>		<p>一、在準備好教具後，點名確認學生人數。</p> <p>二、觀察學生課堂中的反應和活動當中的情形，如</p>

<p>5 分 鐘</p>	<p>2.複習學生不熟悉之手姿動作。</p> <p>3.小遊戲 隊型變變變 PART2</p> <p>4.腳步動作教學 1.Feet Tgether 2.Feet Apart</p> <p>5.舞蹈動作分組表演呈現。</p> <p>三、結束活動 1.發學習單 2.簡單複習今日課程和下堂課程重點 3.337 下課</p>	<p>2.並以圖卡加上字卡的方式幫助學生複習動作。</p> <p>3.分為四小組，上堂課程中所畫之隊形，每組選一種隊形變化，運用於剛開始的第一個隊形。</p> <p>4. (1) 腳步動作教學時，要提醒學生重心的轉換。 (2) 分成小組練習。</p> <p>5.每小組輪流呈現，讓學生觀察各組隊型變換是否流暢，觀察舞蹈動作的正確性和一致性作為加分標準。</p> <p>3.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p> <p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
----------------------	---	---	--

附錄二之九教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0425)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/04/25	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1.增進身體穩定性。 2.培養動作反應能力。 3.增加身體協調性。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘 25 分 鐘	一、準備活動 1.準備教學道具 2.點名 3.說明加分機制 二、發展活動 1.複習 24 個八拍的指定動作舞蹈。	3.加分重點在於腳步動作的整齊度 1.針對學生不熟悉的動作加以複習。		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。 二、觀察學生課堂中的反應和活動當中

5 分 鐘	<p>2.複習學生不熟悉之手姿動作、隊形變化和腳步動作。</p> <p>3.腳步動作教學</p> <p>1.Walking</p> <p>2.Pase</p> <p>4.小遊戲 腳步變變變</p> <p>5.4個八拍，舞蹈動作教學。</p> <p>6.舞蹈動作分組表演呈現。</p>	<p>2.並以圖卡加上字卡的方式幫助學生複習動作。</p> <p>3.</p> <p>(1)先複習上次所教之動作。</p> <p>(2)需提醒學生注意腳步踩的位置，膝蓋與腳踝之間的關係。</p> <p>4.由老師拿字卡，學生變化動作，動作如錯誤就蹲下，由最後勝利的學生獲得小獎勵。</p> <p>5.在前面動作都熟悉後，本週動作課程主要注重於腳步動作。其4個八拍的動作皆為本次課程所教授之腳步動作的連接。</p> <p>6.每小組輪流呈現，讓學生互相觀察其他組腳步動作的整</p>	<p>的情形，如能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p>
-------------	---	--	------------------------------------

	<p>三、結束活動</p> <p>1.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2.337 下課</p>	<p>齊度。</p> <p>2.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
--	---	---	----------------------------------

附錄二之十教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0502)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/05/02	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1. 增強身體協調性。 2. 培養學生學習運動家精神。		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘	一、準備活動 1. 準備教學道具 2. 點名 3. 說明加分機制	3. 加分重點在於舞蹈動作的手部動作的力道。		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。
25 分 鐘	二、發展活動 1. 複習 28 個八拍的指定動作舞蹈。	1. 針對學生不熟悉的動作加以複習。		二、觀察學生課堂中的反應和活動當中的情形，如

5 分 鐘	<p>2.複習學生不熟悉之手姿動作、隊形變化和腳步動作。</p> <p>3.小遊戲 Pase 接力賽</p> <p>4.3 個八拍又 4 拍，指定舞蹈動作教學。</p> <p>5.分組練習，下週上課呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2.發學習單</p> <p>3.337 下課</p>	<p>2.並以圖卡加上字卡的方式幫助學生複習動作。</p> <p>3.由上禮拜所教學之 Pase 動作，進行接力賽。</p> <p>4.為指定舞蹈動作的最後後一階段，需多鼓勵學生將動作熟記。</p> <p>5.由學生分組練習，下次上課時呈現（以動作複習為課堂作業，使其組別能藉由課餘時間進行複習）。</p> <p>3.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p> <p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
-------------	--	--	--

附錄二之十一 教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0509)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/05/09	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標				
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘 25 分 鐘	<p>一、準備活動</p> <p>1.準備教學道具</p> <p>2.點名</p> <p>3.說明加分機制</p> <p>二、發展活動</p> <p>1.複習指定動作舞蹈，舞蹈呈現。</p> <p>2.複習技巧動</p>	<p>3.加分重點在於技巧的完整性（拍子和動作是否配合）</p> <p>1.針對學生不熟悉的動作加以複習。</p> <p>2.並以圖片的方式幫助學生</p>		<p>一、在準備好教具後，點名確認學生人數。</p> <p>二、觀察學生課堂中的反應和活動當中的情形，如能清楚呈</p>

5 分	<p>作一雙股立姿。</p> <p>3.技巧動作教學－ 俯撐姿（大鳥）</p>	<p>複習動作。</p> <p>3.跑 2 個八拍到技巧位置，技巧為 4 個八拍。 ，第一個八拍預備，第二個八拍上技巧，第三個八拍上層停留，第四個八拍下（結束）技巧。</p> <p>（1）教師講解並以圖片方式讓學生清楚動作的整體呈現。</p> <p>（2）班上學生五人一組，清楚說明操作時左底層、右底層、上層、前保和後保人員的任務與動作執行要領。</p> <p>（3）預備動作首先讓擔任前保人員雙手叉腰，上層人員雙手伸直放於前保肩膀，左右底層人員兩人皆一手扶於大腿內側，一手扶於腳踝，後保人員扶於上層人員腰部。</p> <p>（4）先讓其中一組人員配合口令（Ready One Two Down Up!）上技巧，老師給於協</p>	<p>現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p>
--------	---	---	---------------------------

鐘	<p>4.技巧分組呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1.發學習單</p> <p>2.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>3.337 下課</p>	<p>助，調整其動作的正確性和穩定性。</p> <p>(5)各組配合老師口令一起練習，直至完全熟練為止。</p> <p>4.由學生分組呈現，藉由彼此觀察了解技巧動作的完整性。</p> <p>3.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
---	--	--	----------------------------------

附錄二之十二教學單元設計

教學單元名稱： 指定動作教學 (0516)		教材來於： 自編	教學日期： 2014/05/16	教學地點： 活動中心
教學對象： 國小五年級共 21 人		教學時間： 40 分鐘	教學設計者： 田函玉	教學資源： 紙卡、音響
單元目標		1. 透過評估他人表現，改善其運動技能。 2. 運用策略增進運動表現。 3. 培養欣賞運動美感的能力		
教學時間	教學活動	教學重點說明		教學評量
10 分 鐘 25 分 鐘	一、準備活動 1. 準備教學道具 2. 點名 3. 說明頒獎機制 二、發展活動 1. 複習指定動作舞蹈，舞蹈呈現。	3. 頒發最佳技巧厲害獎、最佳舞蹈整齊獎、最佳有笑容獎、最佳金頭腦獎。 1. 針對學生不熟悉的動作加以複習。		一、在準備好教具後，點名確認學生人數。 二、觀察學生課堂中的反應和活動當中

<p>5 分 鐘</p>	<p>2.複習技巧動作一雙股立姿、俯撐姿</p> <p>3.小遊戲 字卡大集合！</p> <p>4.配上音樂，表演呈現。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1.簡單複習今日課程和下堂課程重點</p> <p>2.337 下課</p>	<p>2.並以圖片的方式幫助學生複習動作。</p> <p>3.以組為單位比賽，看到老師的字卡立刻呈現動作，字卡內容包含手姿動作、腳步動作和技巧動作。 (抽到技巧動作時，讓學生呈現預備動作，以避免因心急導致運動傷害。)</p> <p>4.讓學生配上音樂完整呈現舞蹈動作和技巧動作。</p> <p>2.讓學生圍成大圓圈，在複習完今天之課程重點後，以 337 下課結束課程。</p>	<p>的情形，如能清楚呈現動作內容，則往下進行下個課程階段。</p> <p>三、觀察學生反應是否明白交代之事項，如清楚則下課。</p>
----------------------	--	--	---

附錄三之一 啦啦隊指定動作教學觀察單 (0321)

觀察者： _____

日期： 年 月 日

感謝您的細心觀察，您的建議能使研究者對於教學有所改進，並且提升教學品質，讓學生能獲得更好的教學歷程，敬請指教，研究者田函玉敬謝！

【觀察者基本資料】

一、性別： 男 女

二、擔任教職年資： 年

三、啦啦隊教學年資： 年

四、學歷：

五、現職：

非 同 普 不 非
常 常
 同 不
 同 同

【觀察項目】

意 意 通 意 意

5 4 3 2 1

一、教學狀況

1. 教師能掌控教學進度。.....

2. 教師能適時掌控教學活動。.....

3. 組長能有效的協助教師指導組員學習。.....

二、學生反應

(一) 學習態度方面

4. 學生能主動積極的學習。.....
5. 學生能快樂開心的學習。.....
6. 學生表現出喜歡啦啦隊課程。.....

(二) 學習成效方面

7. 學生能有正確的動作呈現。.....
8. 學生能排好隊型，呈現動作。.....
9. 學生能正確的配上數拍，呈現動作。.....

三、您的建議

附錄三之二啦啦隊指定流程教學觀察單 (0418)

觀察者：_____

日期： 年 月 日

感謝您的細心觀察，您的建議能使研究者對於教學有所改進，並且提升教學品質，讓學生能獲得更好的教學歷程，敬請指教，研究者田函玉敬謝！

【觀察者基本資料】

一、性別： 男 女

二、擔任教職年資： _____ 年

三、啦啦隊教學年資： _____ 年

四、學歷： _____ 非同普通非同

五、現職： _____ 常

非同普通非同
常
同
非同

【觀察項目】

一、教學狀況

- | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.教師能掌控教學進度。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.教師能適時掌控教學活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.教師能適度讚美學生。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.教師能適度獎勵學生。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.教師能強調以「數拍」方式練習的重要性。.... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

意 意 通 意 意

二、學生的反應

(一) 學習態度方面：

6. 學生能在課堂主動發表和呈現。.....
7. 學生與教師互動融洽。.....
8. 學生與教師相處良好。.....
9. 學生能在教師的教導下專心的學習動作。.....
10. 學生能用心練習動作。.....
11. 學生能快樂的學習。.....
12. 學生喜歡學習啦啦隊動作。.....

(二) 學習成效方面：

13. 學生能以正確的姿勢呈現動作。.....
14. 學生呈現時能正確的做出手部姿勢動作。....
15. 學生呈現時能正確的做出腳步姿勢動作。....
16. 學生呈現時能正確的做出跳躍技術動作。....
17. 學生呈現時能正確的做出舞伴技巧動作。....
18. 學生能以活潑的方式呈現動作。.....

三、您的建議

附錄三之三啦啦隊指定流程教學觀察單 (0516)

觀察者： _____

日期： 年 月 日

感謝您的細心觀察，您的建議能使研究者對於教學有所改進，並且提升教學品質，讓學生能獲得更好的教學歷程，敬請指教，研究者田函玉敬謝！

【觀察者基本資料】

- | | | | | | |
|------------|----------------------------|----------------------------|---|--|--|
| 一、性別： | <input type="checkbox"/> 男 | <input type="checkbox"/> 女 | | | |
| 二、擔任教職年資： | | | 年 | | |
| 三、啦啦隊教學年資： | | | 年 | | |
| 四、學歷： | | | | | |
| 五、現職： | | | | | |

【觀察項目】

- | 一、教學狀況 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 教師能掌控教學進度。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 教師能適時掌控教學活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 教師能清楚指出學生動作的問題。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 教師能適度讚美學生。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 教師能適度獎勵學生。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 教師能強調以「數拍」方式練習的重要性。.... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

二、學生的反應

(一) 學習態度方面：

7. 學生喜歡上啦啦隊課程。.....
8. 學生能主動學習。.....
9. 學生有強烈的學習動機。.....
10. 學生喜歡教師的讚美。.....
11. 讚美能提高學生的學習興趣。.....
12. 學生喜歡教師的獎勵。.....
13. 學生喜歡啦啦隊指定動作中的舞蹈動作。....
14. 學生喜歡啦啦隊指定動作中的技巧動作。....

(二) 學習成效方面：

15. 學生的動作表現良好。.....
16. 學生的上課規矩良好。.....
17. 學生能正確說出動作和技巧名稱。.....
18. 先由教師示範的教學方式，能使學生學得
更好。.....
19. 學生在老師示範完動作後能整齊地做出動
作。.....
20. 學生能正確的轉換隊形。.....
21. 配合上音樂的節奏，能使學生更有活力的
呈現。.....

附錄四之一 啦啦隊指定動作評量表 — 舞蹈

班級：_____ 姓名：_____ 座號：_____

評分者：_____ 日期：_____

評量項目	優良	部分錯誤	錯誤	備註
手姿動作				<input type="checkbox"/> 手沒握拳 <input type="checkbox"/> 手沒力道 <input type="checkbox"/> 手姿動作不正確
腳步動作				<input type="checkbox"/> 腳步移位錯誤 <input type="checkbox"/> 腳步動作不正確
跳躍動作				<input type="checkbox"/> 跳躍時腳沒伸直 <input type="checkbox"/> 跳躍預備動作不正確 <input type="checkbox"/> 跳躍結束動作不正確 <input type="checkbox"/> 跳躍動作不正確
音樂配合度				<input type="checkbox"/> 有部分動作跟不上音樂的拍點 <input type="checkbox"/> 動作不能配合音樂
整體表現				<input type="checkbox"/> 隊型變換不正確 <input type="checkbox"/> 沒有活力和笑容
總評	<input type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可			<input type="checkbox"/> 多加練習

附錄四之二啦啦隊指定動作評量表 — 技巧

班級：_____ 姓名：_____ 座號：_____

評分者：_____ 日期：_____

技巧位置： <input type="checkbox"/> 上層 <input type="checkbox"/> 右底層 <input type="checkbox"/> 左底層 <input type="checkbox"/> 前保 <input type="checkbox"/> 後保				
評量項目	優良	部分錯誤	錯誤	備註
預備動作				<input type="checkbox"/> 手部動作不正確 <input type="checkbox"/> 預備姿勢不正確
動作穩定度				<input type="checkbox"/> 動作搖晃 <input type="checkbox"/> 支撐姿勢不正確
結束動作				<input type="checkbox"/> 結束姿勢不正確 <input type="checkbox"/> clean 動作不正確
音樂配合度				<input type="checkbox"/> 有部分動作跟不上音樂的拍點 <input type="checkbox"/> 動作不能配合音樂
整體表現				<input type="checkbox"/> 實施完整性不足 <input type="checkbox"/> 沒有活力和笑容
總評	<input type="checkbox"/> 優良 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 多加練習			

附錄五之一 啦啦隊指定動作學習問卷 (0404)

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

日期：_____年_____月_____日

這學期上課已經過了一半的時光囉！大家都很認真，真棒！
很開心能和大家一起度過快樂的「啦啦隊」時光！以下有一些
問題請依據你的想法填答，沒有正確答案，謝謝！

【學習背景】

你在五年級以前有學習過啦啦隊嗎.....是 否

非 同 普 不 非
常 常
同 不
同

【教學狀況】

「教學方式的運用」方面

意 意 通 意 意
5 4 3 2 1

1. 老師上課時講解的啦啦隊動作你很清楚。.....
2. 你喜歡每節上課都能學習到新的動作。.....
3. 你喜歡老師加分或獎勵。.....

【學生反應】

(一) 學習態度方面

- 4.上課時你能專心的學習動作。.....
- 5.學習啦啦隊動作讓你感到快樂。.....
- 6.上課時你喜歡出來表演動作。.....
- 7.上課時你能舉手回答問題。.....
- 8.啦啦隊的學習過程讓你覺得壓力很大。.....

(二) 學習成效方面

- 9.你能數拍，呈現動作。.....
- 10.你能配上音樂，呈現動作。.....
- 11.你能有活力、有笑容的呈現動作。.....

【遭遇到的困難】

- 12.你覺得記得動作很困難。.....
- 13.你覺得學習啦啦隊動作讓你感到不快樂。....
- 14.你覺得動作配上音樂很難。.....

請寫出或者畫出你想對田田老師說的話：

附錄五之二啦啦隊指定動作學習問卷 (0516)

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

日期：_____年_____月_____日

很快的這學期已經結束囉！大家厲害的學習完一整首舞碼，請給自己一個大大的掌聲，以下有一些問題請依據你的想法填答，沒有正確答案，謝謝！

非	同	普	不	非
常				常
			同	不
				同
意	意	通	意	意
5	4	3	2	1

【教學狀況】

教學方式的運用方面

1. 老師上課時講解的啦啦隊動作你很清楚。.....
2. 你喜歡每節上課都能學習到新的動作。.....
3. 你喜歡老師加分或獎勵。.....
4. 動作檢核表能讓你發現動作的問題。.....
5. 你期待學期未能收到老師的禮物。.....

【學生反應】

(一) 學習態度方面

6. 上課時你能專心的學習動作。.....

- 7.學習啦啦隊動作讓你感到快樂。.....
- 8.上課時你喜歡出來表演動作。.....
- 9.上課時你能舉手回答問題。.....
- 10.啦啦隊的學習過程讓你覺得壓力很大。.....

(二) 學習成效方面

- 11.你能正確的呈現手姿動作。.....
- 12.你能正確的呈現技巧動作。.....
- 13.你能有活力、有笑容的呈現動作。.....
- 14.你能配上音樂，呈現動作。.....
- 15.你能正確的變換隊形。.....
- 16.你的動作呈現進步了。.....

【 遭遇到的困難 】

- 16.你覺得記得動作很困難。.....
- 17.你覺得學習啦啦隊動作讓你感到不快樂。....
- 18.你覺得動作配上音樂很難。.....
- 19.你覺得變換隊形很困難。.....
- 20.你覺得作技巧很困難。.....

這學期大家都很棒喔!學習啦啦隊動作需要長時間的不斷練習，希望大家也能藉由課餘時間複習動作，讓自己成為厲害的「啦啦隊高手」，期待下學期與大家見面喔!謝謝!

附錄六之一啦啦隊指定動作教學 (0221)

課程學習單

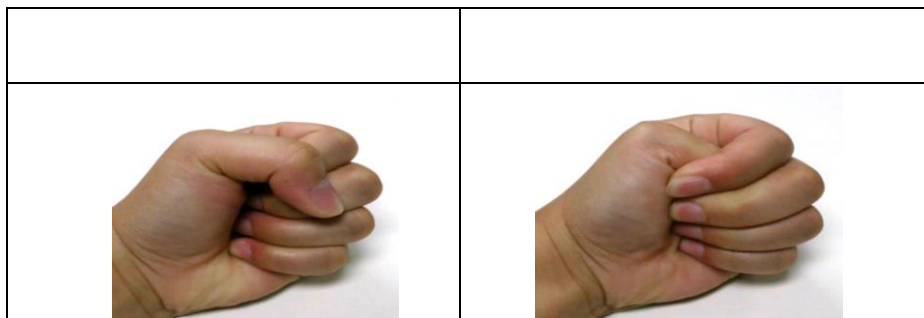
授課教師：田函玉

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

單元名稱：指定流程教學 1

一、如何握拳

- 哪一種握拳方式是正確的呢？請打勾。



二、手部姿勢動作介紹

- 請試著畫出下列三種動作。

High V	Low V	T Motion

三、今天大家都學得很棒！請用一句話讚美自己！

附錄六之二啦啦隊指定動作教學 (0418)

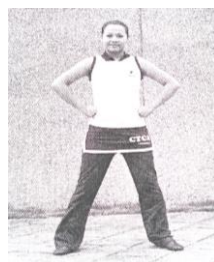
課程學習單 授課教師：田函玉

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

單元名稱：指定流程教學 2

一、手部姿勢動作連連看！

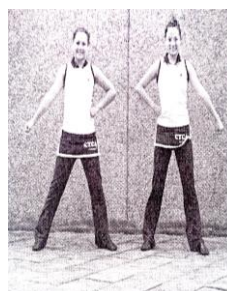
(1) Fists on hips



(2) 1/2 High V

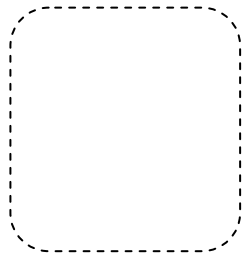



(3) 1/2 Low V



(4) Clean

二、請舉出一名今天表現優良的同學，並說明他 / 她的優點。

他/她的名字	他/她的優點是
	

附錄六之三啦啦隊指定動作教學 (0509)

課程學習單 授課教師：田函玉

班級：_____ 座號：_____

姓名：_____

單元名稱：指定動作教學 3

一、請寫出各個位置的名稱：

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

二、今天大家都很團結!好棒!請寫下你們那組的組員有誰?分別為什麼位置呢?

右底層：_____ 上層：_____

左底層：_____ 後保：_____

前保：_____

三、做雙股立姿技巧時有沒有遇到什麼困難呢?

大家都很棒喔!!繼續加油!!

附錄六之四啦啦隊指定動作教學 (0321)

課程學習單 授課教師：田函玉

單元名稱：指定動作教學 4

組別名稱：

一、請寫出你們這組的人員名單。

二、請仔細觀察別組的優點，並且寫下 1 ~ 5 分。(5 分是最高分喔!)

組別名稱：	
分數：	舞蹈動作很整齊。
分數：	舞蹈動作都記得清楚。
分數：	舞蹈動作跳得很有精神。
分數：	舞蹈動作很正確。

組別名稱：	
分數：	舞蹈動作很整齊。
分數：	舞蹈動作都記得清楚。
分數：	舞蹈動作跳得很有精神。
分數：	舞蹈動作很正確。

組別名稱：	
分數：	舞蹈動作很整齊。
分數：	舞蹈動作都記得清楚。
分數：	舞蹈動作跳得很有精神。
分數：	舞蹈動作很正確。

組別名稱：	
分數：	舞蹈動作很整齊。
分數：	舞蹈動作都記得清楚。
分數：	舞蹈動作跳得很有精神。
分數：	舞蹈動作很正確。

三、你們覺得今天自己的表現如何呢？有沒有要改進的地方呢？
