

附件 2 彰化縣埔鹽國民小學 111 學年度校內公開觀課教學活動設計單

一、設計理念

引導學生體會均衡飲食的重要性，了解六大類食物的來源和功能。

二、單元架構

以圖或表摘要呈現本單元的內容或教學架構。

三、活動設計

領域/科目	健康與體育		設計者	陳文宜
實施年級	二年級		總節數	共 5 節，200 分鐘，本次教學為第三節
單元名稱	吃出健康和活力			
設計依據				
學習重點	學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	核心素養	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。
	學習內容	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。		健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。
議題融入與實質內涵	【能源教育】 能 E8 於家庭、校園生活實踐節能減碳的行動。			
與其他領域/科目的連結				
教材來源		翰林二上健康與體育課本		
學習目標				
1.能養成良好的飲食習慣。 2.認識六大類食物的類別。 3.認識每天吃六大類食物的重要性。 4.願意養成均衡攝取各類食物的習慣。 5.願意做到珍惜食物、不浪費。				

學習活動設計			
學習引導內容及實施方式（含時間分配）	學習評量	時間	備註
活動一、認識六大類食物 1. 教師配合課本頁面，說明食物分成全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、乳品類、蔬菜類、水果類、油脂與堅果種子類等六大不同種類的食物。	口語發表 參與討論 問答 操作	15 分	● 1. 問答：能說出六大類食物對身體的益處。

2. 教師在黑板或海報紙上標示六大類食物區塊，利用課前收集到的食物圖片，進行分類競賽： (1) 全班分成兩組，輪流推派代表上台比賽。 (2) 教師每次出示兩張食物圖卡，分別請上台的學生判斷該食物的類別並貼在正確的區塊下。 (3) 最後看哪一組的正確率較高，即為優勝。 3. 教師針對錯誤的分類說明，並鼓勵獲勝的組別。 活動二、討論六大類食物對身體的益處 1. 教師配合課本頁面，說明六大類食物的主要功用，例如： (1) 全穀雜糧類→提供身體活動時所需的熱量。 (2) 豆魚蛋肉類→幫助生長發育。 (3) 乳品類→強健骨骼和牙齒。 (4) 蔬菜類→促進腸胃健康，預防疾病。 (5) 水果類→幫助消化，增強身體抵抗力。 (6) 油脂與堅果種子類→提供熱量，保護皮膚和器官。 2. 教師歸納各類食物有不同的營養和功用，每天都要均衡的攝取。		25 分	●自我檢核：能均衡攝取六大類食物。
●教學設備/資源： 電子書、電腦桌機、投影機、自製食物圖卡			
●參考資料： 衛生福利部國民健康署網站			
●附錄： ●視需要列出學生學習或評量所使用的各項媒材，如：教學簡報、講義、學習單、檢核表或同儕互評表等。 ●視需要列出教師教學所需的補充資料。			

四、教學成果與省思

- 可包括學習歷程案例紀錄與分析、學生學習成果與問題的分析、教師教學心得、觀課者心得、學習者心得等。
- 視需要列出。

彰化縣 埔鹽國民小學 111 學年度公開觀課活動照片

授課教師	陳文宜	班 級	二 年 甲 班
教學領域	健康與體育	教學單元	吃出健康和活力
教學日期	111 年 9 月 21 日 第 2 節		



說明：配合課本頁面說明六大類食物



說明：透過肢體語言讓孩子熟記



說明：分組輪流上台競賽



說明：老師提問讓孩子發表自己的看法

111 學年度彰化縣埔鹽國小 校內公開觀課 觀察前會談紀錄表

授課教師	陳文宜	任教年級	二	任教領域/科目	健康與體育
觀課回饋人員	陳筑嘉	任教年級	六	任教領域/科目	英語
備課社群(選填)		教學單元		吃出健康和活力	
觀察前會談 (備課)日期及時間	111 年 9 月 16 日 15:00 至 15:40		地點	高年級自然教室	
預定入班教學觀察/公開授課日期及時間	111 年 9 月 21 日 09:30 至 10:10		地點	高年級自然教室	
一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)： 1. 認識六大類食物的類別。 2. 認識每天吃六大類食物的重要性。 3. 能於家庭、校園生活實踐節能減碳的行動。					
二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)： 1. 認識生活中的食物 2. 能從日常生活中的飲食及學校的營養午餐發表自己的想法					
三、教師教學預定流程與策略： 活動一：配合課本及電子書說明六大類食物及分組競賽 活動二：說明、討論六大類食物對身體的益處					
四、學生學習策略或方法： 專心聆聽、口頭發表、分組競賽					
五、教學評量方式(請呼應學習目標，說明使用的評量方式)： (例如：實作評量、檔案評量、紙筆測驗、學習單、提問、發表、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告或其他。) 提問、發表、小組競賽					
六、觀察工具(可複選或擇一)： ☒ 表 2-1、觀察紀錄表 ☐ 表 2-2、軼事紀錄表					
七、回饋會談預定日期與地點：(建議於教學觀察後三天內完成會談為佳) 日期及時間：111 年 9 月 23 日 10:10 至 10:30 地點：英語教室					

111 學年度彰化縣埔鹽國小 校內公開觀課
觀察紀錄表（觀課回饋者填寫）

觀課回饋人員	<u>陳筑嘉</u>	任教年級	六	任教領域/科目	英語	
授課教師	<u>陳文宜</u>	任教年級	二	任教領域/科目	健康與體育	
教學單元	吃出健康和活力	教學節次	共 5 節 本次教學為第 三 節			
教學觀察/公開授課日期及時間	<u>111</u> 年 <u>9</u> 月 <u>21</u> 日 09:30 至 10:10		地點	<u>三樓自然教室</u>		
層面	指標與檢核重點		教師表現事實摘要敘述			
A 課程 設計 與 教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。					
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。		A-2-1 教師從學生日常飲食經驗舉例，引起學生學習興趣。			
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。					
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。					
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。					
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。					
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。		A-3-1 老師會適時提問，讓學生舉手發言，促進學生思考和參與。 A-3-3 老師課堂中會在教室走動，一邊觀察學生在課堂中的學習情形。			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。					
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。					
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。					
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。		A-4-1、A-4-2 老師利用小組競賽及口頭發表的評量方式，並根據學生情況給予正向回饋。			
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。					
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。					
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)					
	B 班 級 經 營 與 輔導	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。				
		B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。		B-1-1 上課前提醒學生先舉手再發言。 B-1-2 適度回答學生的提問，忽略學生不適當的插話。		
B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。						
B-2 安排學習情境，促進師生互動						
B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。		B-2-1 準備教具吸引學生目光，引導學生行動。				
B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。						

**111 學年度彰化縣埔鹽國小 校內公開觀課
觀察後回饋會談紀錄表**

回饋人員	陳筑嘉	任教年級	六	任教領域/ 科目	英語
授課教師	陳文宜	任教年級	二	任教領域/ 科目	健康與體育
教學單元	吃出健康和活力	教學節次	共五節 本次教學為第 三 節		
回饋會談日期及時間	111 年 9 月 23 日 10：10 至 10：30	地點	英語教室		
請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，討論後填寫：					
1、教與學之優點及特色（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）： 教師利用學生日常飲食經驗引起學生學習動機，利用提問及小組競賽的活動方式，提升學生的學習興趣及課堂參與。和學生互動良好，同儕間也能透過發表、競賽相互學習。					
2、教與學待調整或精進之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）： 1.可調整擺放圖卡及學生站立位置，讓學生競賽時不會遇到阻礙。 2.對於學習意願低的學生多給予關照。					
3、觀課回饋人員的學習與收穫： 從競賽中學習的教學策略，能讓學生更投入學習活動中，自製圖卡吸引學生興趣，是成功的教學策略，是值得學習也是有所收穫的地方。					
4、授課者省思(學習目標達成情形)或心得回饋 透過觀議課的過程，可以多檢討精進自己的教學，改進自己未察覺的部分，掌握更好的教學技巧，讓學生的學習更好，接受度更高。					