

省思札記回饋表

授課教師	陳美嫻	任教 班級	203	科目	健康教育
教學單元	飲食源頭探索趣	教學時間		10:10-10:55	
公開授課日期	111 年 12 月 9 日	地點		203 教室	

自我省思與改進：

國中學生大部分是由家裡準備食物，如果可以自由選擇食物也以好吃、便宜為主，因此教導認識食品標示、營養標示、成分內容是重要的，但要讓學生建立健康的食品選擇原則是困難的，因為飲食習慣要改變是不容易的，藉由食品添加物的實物介紹、製作化學汽水讓學生知道天然的食物與化學加工的味道有所不同，可讓學生留下深刻印象。但分組時秩序的掌控是一大難題，如何有秩序地進行分組活動，是我未來需要加強的地方。