

## 授課教師自評表

授課教師	尤資齡	任教年級	三	任教領域/ 科目	健康與體育
觀課人員	王怡卉				
教學單元	四、營養補給站	教學節次	本次教學為第 <u>3</u> 節		
教學觀察/公開授課 日期及時間	111年12月12日 10:30-11:10		地點	三年2班	
層面	一、指標與檢核重點		<b>自我檢核</b> 推薦:內容設計值得推薦 通過:有做到 待改進:希望觀課人員給予建議		
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。		推薦	通過	待改進
	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-2-2 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。		推薦	通過	待改進
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。		○		
	A-3-2 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。		推薦	通過	待改進
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。			○	
	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)			○	

## 二、教學理念和省思

首先從「吃當季、食在地」引導小朋友認識台灣的特色食材，分辨在地食材與進口食材在碳足跡的差異，建立食用在地食物是愛地球的行為理念。

其次，透過六大類營養素的認識，透過營養素與食物配對活動，並輔以飲食金字塔來強化小朋友對六大營養素所代表的食物所需攝取的份量，讓小朋友從小建立正確的飲食觀念。

最後，透過課本範例小倫的早餐及本日(12月12日)學校營養午餐菜單及營養含量，從日常生活飲食判斷自己所攝取的食物是否營養均衡，從小建立維護自己健康的良好觀念和行為。

小朋友對於結合日常餐點(當季食材、每日早午餐)認識營養素，都興致盎然熱烈參與討論，展現出生活中獨立判斷與操作的健康技能及促進健康的行為。