

表 A-1（授課者填寫）

## 彰化縣溪湖國小教師公開授課教學活動設計表（教案）

|             |            |                                                                             |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|-------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 領域/科目       | 健康與體育／健康教育 |                                                                             | 設計者  | 吳建賢                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |
| 實施年級        | 二年級        |                                                                             | 總節數  | 共 1 節，40 分鐘                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |
| 單元名稱        | 怎麼吃才健康     |                                                                             |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 設計依據        |            |                                                                             |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 學習重點        | 學習表現       | 1a- I -1認識基本的健康常識。<br>2b- I -2願意養成個人健康習慣。<br>4a- I -1能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 | 核心素養 | ●總綱<br>A2 系統思考與解決問題<br>B2 科技資訊與媒體素養<br>C2 人際關係與團隊合作<br>●課綱<br>健體-E-A2<br>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。<br>健體-E-B2<br>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。<br>健體-E-C2<br>具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。 |  |  |
|             | 學習內容       | ◎Ea- I -1生活中常見的食物與珍惜食物。<br>◎Ea- I -2基本的飲食習慣。                                |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 議題融入        | 實質內涵       | 環境教育<br>環 E7 覺知人類社會有糧食分配不均與貧富差異太大的問題。                                       |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|             | 所融入之學習重點   | 珍惜糧食資源不浪費。                                                                  |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 與其他領域/科目的連結 |            |                                                                             |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 教材來源        |            | 參考衛生福利部國民健康署網站資料                                                            |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 教學設備/資源     |            | 簡報、互動遊戲                                                                     |      |                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |

| 學習目標                                                                                  |     |                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----|--------------------|
| <p>一、能理解六大類食物的分類。</p> <p>二、能了解均衡飲食的重要。</p> <p>三、能進行發表與討論，表達自己的想法。</p>                 |     |                    |
| 教學活動設計                                                                                |     |                    |
| 教學活動內容及實施方式                                                                           | 時間  | 備註                 |
| <p>一、引起動機</p> <p>教師問學生：「說說看，大家每天吃的食物有那些？」請學生自由發表意見。</p>                               | 5'  | 能發表學習任務。           |
| <p>二、發展活動</p> <p>1、認識六大類食物</p> <p>老師透過簡報講解，內容為六大類食物的分類與攝取方式，讓學生透過發表，了解並檢視自己的飲食內容。</p> | 25' | 1、能聆聽並發表。          |
| <p>2、搭配「六大類食物分類高手」的遊戲，讓學生藉由遊戲了解食物分類。</p>                                              | 5'  | 2、能透過互動遊戲，將食物正確分類。 |
| <p>三、綜合活動</p> <p>總結並複習本堂課所學內容，導入珍惜糧食資源，建構均衡飲食的觀念。</p>                                 | 5'  | 能了解學習內容，思考如何均衡飲食。  |
| 試教成果：(非必要項目)                                                                          |     |                    |
| 參考資料：(若有請列出)                                                                          |     |                    |
| 附錄：                                                                                   |     |                    |

## 彰化縣溪湖國小教學觀察前會談紀錄表 (說課)

授課者姓名：吳建賢

教學年/班：二年甲班

教學領域：健康與體育／健康教育

課程/單元主題：怎麼吃才健康

觀課者：姚穎佳、吳豐宇

觀察前會談時間：113 年 3 月 6 日

### 一、學習表現：

1a-I-1 認識基本的健康常識。

2b-I-2 願意養成個人健康習慣。

4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。

### 二、學生經驗：

讓孩子反思自己每天的飲食內容，對各類食物的攝取營養是否了解，再透過本次課程的教學，了解六大類食物分類及均衡飲食的重要，另外也結合環境教育，讓孩子珍惜糧食資源不浪費。

### 三、教學活動(如：引起動機、發展活動、綜合活動、學生學習策略)：

(一) 引起動機：藉由提問讓孩子回憶自己每天吃的食物有那些？

(二) 發展活動：

#### 1、認識六大類食物

老師透過簡報講解，內容為六大類食物的分類與攝取方式，讓學生透過發表，了解並檢視自己的飲食內容。

#### 2、搭配「六大類食物分類高手」的遊戲，讓學生藉由遊戲了解食物分類。

(三) 綜合活動：總結並複習本堂課所學內容，導入珍惜糧食資源，建構均衡飲食的觀念。

### 四、學習評量：(如：紙筆測驗、學習單、提問、發表、實作評量、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告、其他)

(一) 運用提問與發表，讓孩子參與並融入課堂學習。

(二) 透過遊戲，互動操作並思考課堂內容。

(三) 透過總結反思，讓孩子建構正確觀念。