

表 1、公開授課 / 教學觀察－觀察前會談紀錄表（乙式）

授課教師	劉月美	任教 年級	五	任教領域 /科目	圖閱
回饋人員 (認證教師)	謝宏延 孫雅蕙	任教 年級	五	任教領域 /科目	自然/國數
備課社群（選填）		教學單元		穿越金字塔之謎 ~水果變變變	
觀察前會談 (備課) 日期	112 年 12 月 8 日	地點		音樂教室	
預定入班教學觀察 /公開授課日期	112 年 12 月 15 日	地點		音樂教室	

一、學習目標（含核心素養、學習表現與學習內容）：

(一)核心素養：

1. 看看現在的自己，就知道未來的你將獲得什麼。
2. 謝天，謝大地，謝萬事萬物……

E B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。

社-E-A2 敏覺居住地方的社會、自然與人文環境變遷，關注生活問題及其影響，並思考解決方法。

(二)學習表現

- 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。
- 2-I-3 與他人交談時，能適當的提問、合宜的回答，並分享想法。
- 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。

(三)學習內容：

Ba-II-1 自我表達的適切性。

Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。

二、學生經驗（含學生先備知識、起點行為、學生特性...等）：

(一)學生先備知識、起點行為

1、引起動機

活動一：你有認識哪些水果嗎？你最喜歡吃什麼水果，輪流唱出來及摸摸看猜猜看

活動二：吃水果身體好

1.繪本：「愛吃水果的牛」及「漢妲的驚喜」

活動三：

1.台灣四季在地水果、為什麼要吃當季水果？

2.認識食物里程

(二)學生特性

1.活潑樂於參與活動、分組討論合作但有些學生專注力不足、無法掌握學習內容。

2.能聆聽同學發表，樂於分享及讚賞別人。

三、教師教學預定流程與策略：

【活動一】認識水果 (重點：透過活動認識常見水果)

(一)水果樂園

1.提問：你有認識哪些水果嗎？你最喜歡吃什麼水果，輪流唱出來？

(二)遊戲

1.水果猜謎：讓學生根據水果特徵，猜出水果。

* 摸起來毛毛的。(奇異果)

* 摸起來滑滑的，形狀是橢圓形。(芒果...)

* 摸起來很粗粗的，形狀圓滾滾的。(芭樂)

* 摸起來粗粗的，形狀像鼻子。(蓮霧)

【活動二】吃水果身體好(重點：吃水果可以增強免疫力及其他好處)

(一)吃水果的好處

1.繪本影片：「愛吃水果的牛」<https://www.youtube.com/watch?v=rHx86PQKnKc>

引導吃水果的好處、水果提供的養分及對身體的幫助。

*以各組搶答方式，回答繪本「愛吃水果的牛」以下問題:

(1)故事中，為什麼村子全部人感冒了？

(2)為什麼那隻牛卻不會感冒？

(3)那隻牛如何幫助主人？

(4)村子裡的人如何改變飲食，也可也變成不易生病的人？

2.繪本影片:「漢妲的驚喜」

(1)水果發生了什麼事？

(2)書本裡出現了哪些動物？

(3)漢妲的朋友叫什麼名字呢？

(4)漢妲的最大的驚喜是什麼？

3.小組討論：生活上，你知道吃水果對身體的幫助有哪些？

4.大組分享

(例如：葡萄-補血、蘋果-治拉肚子、檸檬-有很多維生素 c 不易生病...)

5.小結：吃水果除了可以增強免疫力，還有很多幫助身體更健康的好處。

【活動三】如何選擇水果

(重點：學習選擇當季在地水果，了解對自身與環境的好處。)

(一)認識當季在地水果

1.介紹台灣四季水果：

老師：冬天可以吃到什麼水果？

學生：草莓。

老師：哪裡的草莓最有名？

2.小組討論：為什麼要吃當季水果？以草莓為例。

3.小組分享：要吃不是當季的草莓，可能病蟲害更多，所以要灑更多農藥，對土壤及食用者有更大傷害；或加防腐劑讓草莓可以維持更久，讓吃的人身體不好；需要耗費更多電來冷藏處理...。

4.提問：以吃進口蘋果為例，與吃在地水果有什麼差別？

5.小結：吃水果，當季在地是最好的選擇。

(二)了解進口水果的食物里程

1.提問：台灣沒有的水果有哪些？

2.提問：台灣及國外都有的水果，例如葡萄，吃起來有什麼不同？

3.小組討論：外國水果運送到台灣需要使用哪些交通工具及保存方式，才能到你的手上？

4.收攝:國外水果從產地到我們手裡，需要耗費這麼多的運輸及燃料。

5.影片欣賞:食物里程(吃水果救大地)



6.小結：選擇水果以當季、在地水果為最好的選擇，是愛護地球的一個行動。

(三)水果營養秘密

1.水果分類及顏色

(1)整體好處：

①水果富含許多酵素，能活化內臟機能，加速代謝並增強免疫力。

②膳食纖維促進消化正常，預防便秘及腸道疾病

③水果中的維生素、礦物質及其他營養素的相互作用能減低患上多種慢性疾

病的機會，如糖尿病、高血壓、心血管病及某些癌症

(2)個別好處：以水果顏色來說明

從中醫觀點來看，不同顏色對身體不同器官各有助益。中國醫藥大學北港附設醫院中醫師楊淑媚指出，食物中主要可分 5 種顏色，綠色補肝、紅色養心、黃色有益脾胃、白色潤肺、紫黑色入腎。

(3)說明各色水果的功用

*紅色養心:

①蘋果：治下痢、降血脂、滋潤皮膚。

②荔枝：補血、健肺、促進血液循環、心臟衰弱者可多食（已燥熱者不宜多吃）

③桑椹：可調節消化、治胃病、便秘、老枝煎水飲用可通血氣止痛預防風寒病。葉煎水加冰糖或黑糖當茶喝，可清肺熱、胃腸、利尿、消腫、除痰。

④紅葡萄：紅葡萄也含有豐富的花青素和多酚類，有強大的抗氧化及抗發炎能力，研究顯示，花青素有增加血管彈性，改善血膽固醇及降低三酸甘油脂的累積的功能。

*綠色補肝

①檸檬：可增強消化、出汗過多、食慾不振、體力倦怠、減肥解酒、補充維生素 C

②柚子：清燥熱、通便、消口臭、解酒。

③椰子：解熱消暑、止吐、消水腫，椰肉可開胃、溫中、補血。

④綠葡萄：維生素 C 含量也相對豐富，攝取足夠的維生素 C 能夠抗氧化、促進膠原蛋白合成、提升免疫力。

*黃色有益脾胃

①榴蓮：水果之王。榴蓮果肉中含澱粉 11%，糖分 13%，蛋白質 3%，還有多種維生素等，營養相當豐富。榴蓮健脾補氣，補腎壯陽，溫暖身體，屬滋補有益的水果。一般健康人都可食用。病後及婦女產後可用之來補養身體。

②龍眼：有壯陽益氣、補益心脾、養血安神、潤膚美容等多種功效，可治療貧血、心悸、失眠、健忘、神經衰弱及病後、產後身體虛弱等症。

③香蕉：助消化防便秘、清肺、讓運動員保持充沛的體能。

*白色潤肺

①梨：清解熱毒、鎮咳化痰

②香瓜：消暑清熱，生津解渴，除煩

*紫黑色入腎

①藍莓：藍莓不僅熱量低，更是減肥者的首選。有超強的抗氧化外，還有抗菌的特性。對於女生有尿道感染的困擾，經常食用能擺脫感染。另外藍莓的成分中含有花青素，可以改善眼睛乾澀問題。

②百香果：百香果不但具有獨特的香味還含有多種的營養。能清腸開胃、安神補血、幫助消化等功效。

③紫葡萄：維生素 A 是維持人類正常視覺、生長發育與免疫重要的維生素之一，在紫葡萄中的含量較高。

④黑葡萄：提升免疫力 維生素 B1 及 E 含量略勝一籌。

總結：認識常見水果及吃水果可以增強免疫力、選擇當季在地水果，對自身與環境有幫助，更是愛護地球的行動。

(第一節結束)

四、學生學習策略或方法：

1. 各組輪流唱出自己喜歡的水果
2. 摸摸看並猜猜看是什麼水果
3. 小組討論繪本提問並回答

五、教學評量方式：

(一)觀察評量：學生能依據教師提問，透由討論認識常見水果及營養特性。
了解吃當季當地水果對自身及環境的好處。

(二)口頭發表：學童能透過繪本的觀察與討論後，能語意清楚表達自己的想法。

六、觀察焦點（由授課教師決定，不同觀課人員可安排不同觀察焦點或觀察任務）：

(一)學生部份

1. 全班學習氣氛
2. 學生學習歷程
3. 分組討論結果競賽

(二)教師部份

1. 教學流程
2. 班級經營

七、觀察工具：

表 2-1-觀察紀錄表（觀察回饋者填寫）

八、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：112 年 12 月 20 日

地點：共讀站

公開觀課



112 學年度彰化縣橋頭國小教師公開授課實施計畫

表 3、觀察後回饋會談紀錄表

回饋人員 (觀察者)	謝宏延 孫雅蕙	任教 年級	五	任教領域/ 科目	自然/國數
授課教師	劉月美	任教 年級	五	任教領域/ 科目	社會
教學單元	穿越金字塔之謎 ~水果變變變	教學節次	共 2 節 本次教學為第 1 節		
回饋會談日期及時間	112 年 12 月 20 日 10:10 至 10:30	地點	共讀站		
請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：					
一、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）： 1. 教師教學內容準備充分，PPT 製作用心，吸引學生的目光。 2. 學生發言秩序良好，先舉手再發言，大家遵守規定，班級經營井然有序。 3. 分組討論競賽，學生相互合作並反應熱烈，學習興緻高昂。 4. 師生互動自然，教師對於學生的回答均有回饋，也會適時引導無法表達想法的學生，讓學生說出自己的意見及看法。 5. 應用集點正增強制度，學生更有學習及專注的動機。 6. 老師問學生平常喜歡吃甚麼樣的水果，連結學生的生活經驗，播放水果歌，引發學習動機。 7. 讓學生以自己喜歡的水果來練習跟唱水果之歌，重複多次提供適當的練習。 8. 老師在活動三如何選擇水果，歸納選擇當季在地水果，是最好選擇，也是愛護地球的表現，請同學覆誦學習重點。 9. 教師運用讓學生口頭發表，練唱、體驗教學(摸水果回答是哪種水果)及獎勵卡方式評估檢視學生的學習成效。 10. 老師請學生口頭發表選擇當季在地水果，對自己及環境好處，提供學生適切的學習回饋。 11. 師請生看完「愛吃水果的牛」及「漢妲的驚喜」影片，做分組搶答活動，根據同學回答的答案不正確，師能調整教學方式引導學生說出合適答案。					

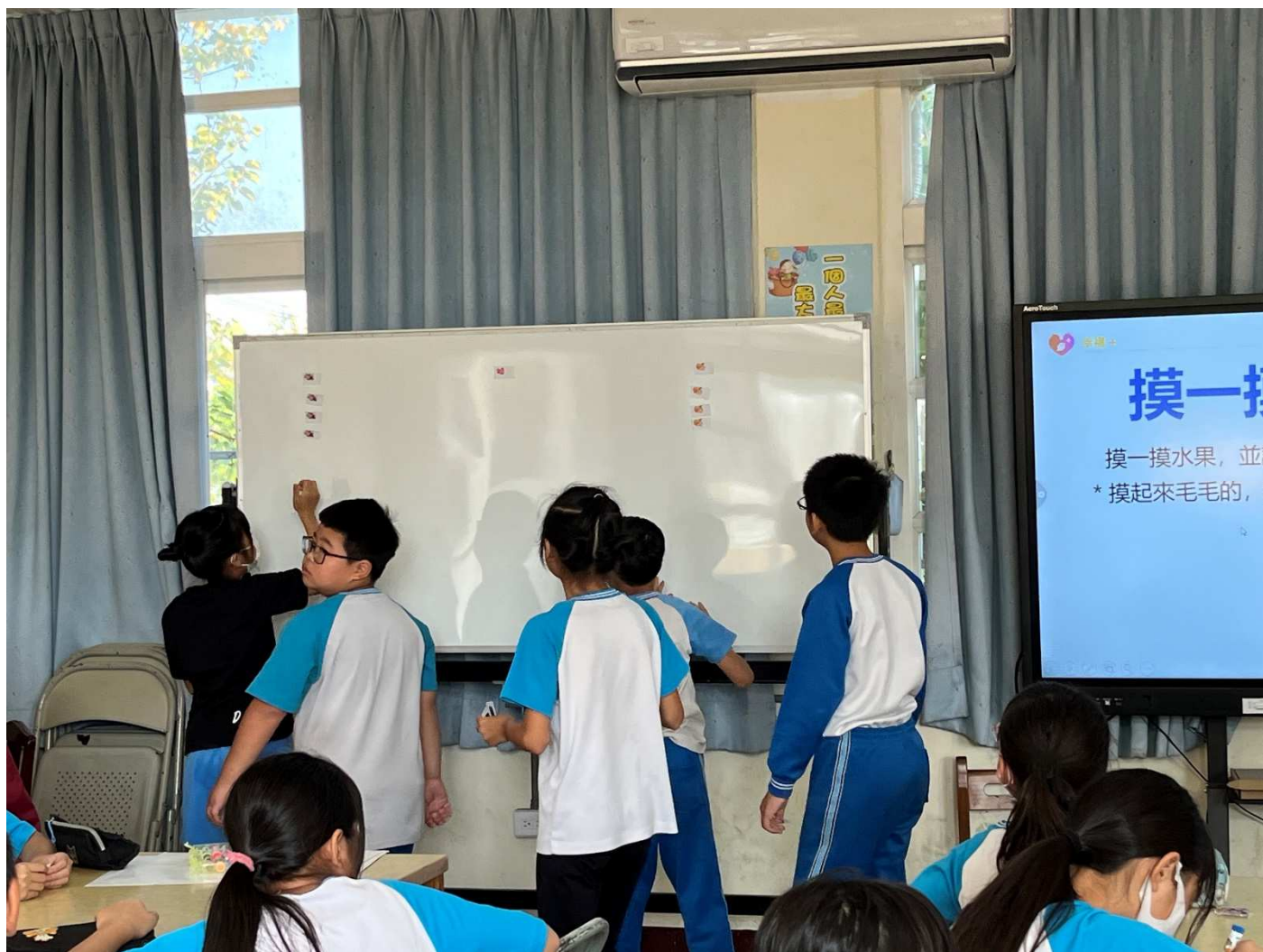
二、教與學待調整或精進之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

1. 分組討論須給孩子較多線索示範，以免誤解討論題綱，學生容易不知所措。
2. 時間流程需要再掌控好，有較多的分組上台報告時間。
3. 不足的部分留待下一節課繼續做提問及價值觀念的釐清。
4. 集點卡磁性不黏易掉下來，改換其他方式黏貼。

三、回饋人員的學習與收穫：

1. 班級學習氣氛佳，學生都知道規則，討論氣氛融洽，師生互動熱絡自然。
2. 老師補充影片並做成 PPT 符合課程內容，讓學習事半功倍。
3. 能先透過影片讓學生了解要討論的重點為「認識常見水果及吃水果可以增強免疫力、選擇當季在地水果，對自身與環境有幫助，更是愛護地球的行動」。
4. 老師運用引導、口語問答、唱歌練習、分組討論、體驗教學法等引導學生思考、討論或實作。
5. 老師親自示範，引導同學踴躍舉手回答，融入學習策略的指導。
6. 老師在教學過程中適時在教室內走動，引導三組學生反饋，答對的發給獎勵卡，讓學生樂於發表，幫助學生學習。





橋頭國民小學 112 學年度校長及教師公開授課~教學自我省思檢核表

(授課者填寫)

授課教師	劉月美	教學 年/班	五年甲班
教學領域	圖閱		
教學單元	穿越金字塔之謎~水果變變變		
教學內容	認識常見水果及吃水果可以增強免疫力、選擇當季在地水果，對自身與環境有幫助，更是愛護地球的行動。		
實際教學	教學活動	學生表現	
內容簡述	1. 繪本：「愛吃水果的牛」及「漢妲的驚喜」。 2. 認識食物里程學習選擇當季在地水果，了解對自身與環境的好處。	1. 看看現在的自己，就知道未來的你將獲得什麼。如是因如是果。 2. 愛吃在地水果進而節能減碳守護地球。	
學習目標 達成情形	1. 學生都認真參與、觀察及討論活動，並遵守發言規則。		
自我省思	1.時間流程需要再掌控好，有較多的分組上台報告時間。 2.不足的部分留待下一節課繼續做提問及價值觀念的釐清。		
同儕回饋 後心得	1. 分組討論須給孩子較多線索示範，以免誤解討論題綱，學生容易不知所措。 2. 教案內容完整，結合食農教育、生命教育、環境教育。 3. 再次播放「漢妲的驚喜」繪本給孩子聽，可以再次熟悉內容及英語單字等。		