

回饋與省思

1. 學生對於如何挑選營養的食物，透過此課程學習到可以自己判斷挑選出健康的食物。
2. 讓學生們仔細觀察食物：用眼睛看外觀、用手摸質地、用鼻子聞味道。例如：
 - (1)挑選米、麥、紅豆、綠豆等穀類食物時，應選擇顆粒堅實完整、無霉味、無沙粒或其他異物者。
 - (2)挑選番薯、馬鈴薯、芋頭等根莖類食物時，應選擇外表完整堅硬、沒發芽者。
 - (3)挑選魚時，應選擇肉質堅實、眼睛明亮、魚鰓鮮紅、魚鱗不易脫落者。
 - (4)挑選蛋時，應選擇蛋殼乾淨、無破損或裂痕者。
 - (5)挑選蔬菜時，應選擇葉面鮮嫩、無凋萎、無斑痕者。
 - (6)挑選水果時，應選擇果皮完整、無腐爛、無壓傷、無破裂者。之後分組討論，進而發表，學生們討論的很熱烈、發言也很踴躍，加深全班同學對本次單元主題的印象。
3. 因為採用教師讓學生有較多的發言機會，但是也造成了上課秩序的混亂。之後可以在課前清楚說明課堂規則，掌握課堂節奏與學生常規，使教學活動順利流暢地進行。