

彰化縣二林國小 112 學年度 公開授課自我省思與改進

授課教師：林聖傑 任教年級：四年五班

任教領域/科目：健康與體育領域

觀課教師：莊垂蓉

觀課日期：112 年 9 月 25 日

自我省思與改進

體重控制與身體的健康息息相關，因此在本課的課程規劃先利用影片讓學生建立背景知識去了解健康的重要性，例如：不良的飲食習慣、運動量不足都會造成體重過重的問題、怎麼吃才會比較健康……。

課程進行到「每天喝 1500 毫升以上的白開水取代含糖飲料」議題時學生反映熱烈：「老師，1500 毫升是多少水？」、「白開水最好喝了!」、「我一個禮拜喝 3 次珍珠奶茶」，小朋友都勇於表達自己的經驗。因此學生對該怎麼喝？喝甚麼？等觀念相當清晰。

也因為同學的熱烈分享，稍影響到後面的課程進度，需要再留意。



