

## 彰化縣明正國小教師教學（公開授課）自我省思心得表

教學班級： 四 年 己 班                      教 師：許喬茵

任教科目： 健康                                  教學單元：認識營養素

教學日期： 113 年 10 月 07 日              觀課教師：洪桂君

項 目	內 容	優良	不錯	普通	不適用
一、課前準備工作	1. 準備好上課所需要的器材教具	√			
	2. 對教材內容有深刻的了解認識	√			
	3. 確定教學目標具體可行	√			
	4. 提醒同學攜帶上課用具	√			
二、教學進度與流程	1. 確實掌握教學進度		√		
	2. 教學流程順暢	√			
	3. 隨時掌握學生人數與學生安全	√			
三、目標及成效的達成	1. 能達到教學目標與成效	√			
	2. 上課的內容能引發學生的學習興趣。		√		
	3. 上課的內容能使學生充分明白。	√			
	4. 主動幫助學生解決問題。	√			

四、班級經營	1. 引導學生遵守活動規約。	√			
	2. 促進學生和諧互助的同儕關係。	√			

	3. 引導學生積極參與或討論。	√			
五、補救教學	1. 發現學生學習困難處，進行補救教學。		√		
	2. 耐心教導每一位學生。		√		
	3. 利用評量結果改進教學。		√		

### 自我教學省思：

#### 1. 這次公開課，我覺得自己表現最好的部分是：

能結合學生的生活經驗，舉例說明六大類食物的類別，讓學生了解多樣化食物營養素對身體健康的重要性，並透過填寫六大類食物的營養素學習單，讓學生在學習單中檢測自己在日常生活中的飲食是否有充分攝取到六大類的營養素。

最需要改進的是少了寫完學習單後的分享討論時間若是能再規劃10-15分鐘讓學生做完分享學習單及省思討論時間則效果會更好。

#### 2. 我該如何改進上述缺失：

上課前多編排出更多討論關於學習單分享發表的時間，來加深學生印象，讓學生能將自己飲食習慣跟六大類營養素產生連結，並加以做適當的飲食調整。如此才能讓學生對於自己攝取的食物中了解到需要改進的飲食習慣有哪些？並確實地去均衡攝取六大類食物的營養素。