

自我省思與改進

1. 可以設計更多互動性強的活動，例如食材選擇遊戲，增加學生的興趣並積極參與討論。
2. 教學內容可以加入當前流行的飲食趨勢與科學研究，讓內容更具吸引力。
3. 鼓勵學生在家中實踐健康飲食，並分享經驗
4. 未來定期檢視和更新教學內容，確保內容符合最新的趨勢。