

彰化縣太平國小 113 學年度教師公開授課教學設計

教學班級	四年甲班	教學日期	民國 113 年 11 月 15 日
學習領域	健體領域	教學單元	食在有營養
教材來源	自編、國民健康署	教 學 者	羅玉茵
教學規劃	8 節課(共 320 分鐘)，公開觀課為第 8 節		
學習目標	1. 了解飲食中所含的糖份對健康的影響。 2. 能透過物品的營養標示，學會換算糖份重量，運用到日常生活中，了解自身每日飲食是否超出健康範圍。 3. 運用生活技能「做決定」，選購健康又安全的食物。		
12 年國教語文領域學重點與核心素養呼應表			
健康與體育領域學習重點		總綱與領綱之核心素養	
學習表現	學習內容		
1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	
核心素養呼應說明	在「食在有營養」單元教學中可以利用手邊實物帶到教學現場，學生的生活經驗中，用來引起學生的關注。因此，設計從生活周遭動物談起，引領學生察覺認識減糖的重要性及對身體的引響，進而學會如何計算物品中所包含糖的重量，學會換算後運用到日常生活中，了解自身每日飲食是否超出健康範圍。		
教學準備	教師：電子書、ppt、保久乳、學習單、試題卷兩份 學生：鉛筆、課本		

教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
●布題一：完成課前減糖常識測驗試題。 一、引起動機 引用中國時報【謝瓊雲／2018年5月14日彰化報導】校園禁糖 男生3年長高12公分讓學生進行討論後再進行導讀了解報導。 二、發展活動 ○認識每日攝取糖份的量 ●布題二：利用國民健康署的影片，進行了解日常生活中我們常喝的飲品是超出每日攝取量。 1. 攝取過的糖份會對身體有那些影響？ 2. 如何減少的糖份的攝取？ ●布題三：學會認識採購或飲用前看糖量 1. 利用實物飲教導認識物品的成分、營養標示。 2. 能認識目前常使用在日常生活的糖類。 3. 能學會看出物品的容量及份數並計算出物品含糖的量。 重點歸納： 1. 多喝白開水取代飲料。 2. 飲品的糖量不超過 25 公克的。 3. 早餐不喝含糖飲料。 4. 每週飲用含糖飲料不超過 1-2 次。	5' 15'	試題卷 ppt 影片、 ppt 電子書 保久乳、ppt 電子書	能專心完成試題、聆聽 能參與討論及發表。 能專心聆聽、能參與討論及發表。 能專心聆聽、能參與討論及發表。

教學活動

時間

教學資源

學習效果評量

●試試看：教導學習填寫及實作

家庭減糖生活實作學習單

除練習題由護理師帶領計算外，其餘請讓學生自行計算。護理師收回後以紅筆批改，請學生用藍筆訂正錯誤處。

校名：_____ 國小：_____ 班級：_____ 年級：_____ 學號：_____ 姓名：_____

一、計算題：計算下列8種飲料含有多少糖量，並判斷每瓶是否超過不適合飲用的限制糖量25公克。

品名	項	判斷
330 毫：升：汽水(練習題)	每瓶含有多少公克糖量	每瓶含有：多(少)公克糖量
290 毫：升：鮮：奶(練習題)	每瓶含有多少公克糖量	每瓶含有：多(少)公克糖量

590 毫：升：運動飲料 每瓶含有多少公克糖量 每瓶含有：多(少)公克糖量 糖量是否超過限制糖量 ☐ 是 ☐ 否	290 毫：升：巧克力牛乳 每瓶含有多少公克糖量 每瓶含有：多(少)公克糖量 糖量是否超過限制糖量 ☐ 是 ☐ 否
170 毫：升：多：多 每瓶含有多少公克糖量 每瓶含有：多(少)公克糖量 糖量是否超過限制糖量 ☐ 是 ☐ 否	檸檬：或：葡萄：柚：綠：茶 每瓶含有多少公克糖量 每瓶含有：多(少)公克糖量 糖量是否超過限制糖量 ☐ 是 ☐ 否
450ml 無：糖：豆：漿：糖：量 每瓶含有多少公克糖量 每瓶含有：多(少)公克糖量 糖量是否超過限制糖量 ☐ 是 ☐ 否	高：纖：酸：飲：料 每瓶含有多少公克糖量 每瓶含有：多(少)公克糖量 糖量是否超過限制糖量 ☐ 是 ☐ 否

三、總結

- 完成課後減糖常識測驗
- 重點歸納：
 - 多喝白開水取代飲料
 - 飲品的糖量不超過 25 公克的
 - 早餐不喝含糖飲料
 - 每週飲用含糖飲料不超過 1-2 次
- 享用物品前要糖分是否超出攝取量
- 回家作業：完成學習單

～第八節結束/共 8 節～

15'

電子書、ppt
、學習單

能完成練習、回答問題

5'

試題卷、
電子書、
學習單、ppt

能專心聆聽
能完成練習、回答問題

含糖飲料 Go Away!
Body健康 Every Day!

減糖好好玩



你知道或聽過減糖和長高有關係嗎？

每日熱量參考值
2000大卡
糖攝取量最好不超過
50公克

12顆



700cc

減糖好好玩 飲料含糖量標示 SO EASY 1

> 喝白開水好處



真正消暑解渴



供應代謝所需水分



無熱量不會發胖



無化學添加物



無咖啡因等刺激物質



維持皮膚彈性



促進腸胃蠕動預防便秘



節省金錢



吃太多甜食糖飲危害



蛀牙



肥胖・長不高



皮膚差・營養失調



增加糖尿病風險



易怒・焦慮



誘發過動



注意力不佳



增加癌症風險

認識日常生活中的糖類

我們在製造或製備食物與飲料時額外添加糖，它的種類包括黑糖、蔗糖、糖霜、葡萄糖、砂糖、白糖、玉米糖漿、蜂蜜、楓糖漿等，不包括人工甜味劑及自然存在食物內的糖，例如牛奶和水果中的糖。

採購或飲用前請看含糖量

技能4 採購或飲用飲料前先看含糖量

甚麼是含糖飲料

查看飲料包裝成分標示，如有糖的成分就是含糖飲料。

例如：砂糖、蔗糖、果糖、蜂蜜、黑糖、冰糖、乳糖、葡萄糖、麥芽糖、高果糖糖漿...

含糖飲料種類

平常商店販售的包裝飲料及手搖茶店現調飲料大部分都含有糖。

例如：果蔬汁、碳酸飲料、茶類飲料、運動飲料、咖啡飲料、機能飲料、豆米穀奶、其他飲料。

飲料的糖量控制

每罐飲料糖量超過25公克就不買不喝

飲料的糖量查詢

- 1 看營養標示
- 2 每一份容量與本包裝份數
- 3 查詢每份的欄位「糖」
- 4 看糖的公克數

以右圖奶茶為例

看營養標示，完成下面空格

每一份容量：300毫升

本包裝份數：1份

每份糖量：26.1公克

本罐奶茶是否超過25公克限量？☒ 是 ☐ 否

品名：奶茶
原料：水、**蔗糖**、紅茶、全脂乳粉、脫脂乳粉、脂肪酸蔗糖酯、抗氧化劑(L-抗壞血酸鈉)、大麥萃取液、小蘇打、香料
咖啡因含量：20mg/100mL以下
內容量：300毫升

1 營養標示

2 每一份量300毫升
本包裝含1份

3 每份 每100毫升

熱量	118大卡	39.4大卡
蛋白質	0.9公克	0.3公克
脂肪	0.6公克	0.2公克
飽和脂肪	0.6公克	0.2公克
反式脂肪	0公克	0公克
碳水化合物	27.3公克	9.1公克
4 糖	26.1公克	8.7公克
鈉	51毫克	17毫克

➔ 牛刀小試 看右圖填空格

請特別注意容量與份數

本瓶總容量：650 毫升

每一份容量：325 毫升

本包裝份數：2 份

每份糖量：29.2 公克

本瓶總糖量：29.2 (每份糖量) × 2 (份數) = 58.4 公克糖量

本罐飲料是否超過25公克限制量？

☒ 已超過，不適合飲用 ☐ 未超過

成分標示的糖成分有：

每瓶超過25公克
不適合飲用

品名：鮮柚綠茶

內容量：650毫升

原料：水、蔗糖、濃縮紅葡萄柚汁、茉莉綠茶、麥芽糊精、檸檬酸、DL-蘋果酸、香料、抗氧化劑(維生素C)

營養標示

每一份量325毫升

本包裝含2份

	每份	每100毫升
熱量	127大卡	39.2大卡
蛋白質	0公克	0公克
脂肪	0公克	0公克
飽和脂肪	0公克	0公克
反式脂肪	0公克	0公克
碳水化合物	31.8公克	9.8公克
糖	29.2公克	9.0公克
鈉	23毫克	7毫克

家庭減糖生活實作學習單

除練習題由護理師帶領計算外，其餘請讓學生自行計算。
 護理師收回後以紅筆批改，請學生用藍筆訂正錯誤處。

批改後錯誤題數

題

校名：_____國小 班級：_____年____班 學號：_____ 姓名：_____

一、計算題：計算下表8種飲料含有多少糖量，
 並判斷每瓶是否超過不適合飲用的限制糖量25公克。

品 項	判斷	品 項	判斷
330 毫升汽水(練習題)	每瓶有多少 多少公克 糖量	290 毫升鮮奶(練習題)	每瓶有多少 多少公克 糖量
	37		13.9
熱量 149大卡 7% 蛋白質 0公克 0% 脂肪 0公克 0% 飽和脂肪 0公克 0% 反式脂肪 0公克 0% 碳水化合物 37.0公克 12% 糖 37.0公克 鈉 33毫克 2%	糖量是否 超過限制量 ☒ 超過 ☐ 未超過	熱量 189大卡 65.3大卡 蛋白質 9.3公克 3.2公克 脂肪 10.7公克 3.7公克 飽和脂肪 7.5公克 2.6公克 反式脂肪 0公克 0公克 碳水化合物 13.9公克 4.8公克 糖 13.9公克 4.8公克 鈉 122毫克 42毫克 鈣 319毫克 110毫克	糖量是否 超過限制量 ☐ 超過 ☒ 未超過

1 590 毫升運動飲料

注意

營養標示		
每份 295 毫升 本包裝含 2 份		
每份	每 100 毫升	
熱量	80.4 大卡	27.2 大卡
蛋白質	0.0 公克	0.0 公克
脂肪	0.0 公克	0.0 公克
飽和脂肪	0.0 公克	0.0 公克
反式脂肪	0.0 公克	0.0 公克
碳水化合物	20.1 公克	6.8 公克
糖	19.8 公克	6.7 公克
鈉	12.4 毫克	4.2 毫克

每瓶有
多少公克
糖量

39.6

糖量是否
超過限制量

☒ 超過
☐ 未超過

2 290 毫升巧克力牛奶

營養標示		
每份 290 毫升 本包裝含 1 份		
每份	每 100 毫升	
熱量	185.7 大卡	63.8 大卡
蛋白質	7.3 公克	2.5 公克
脂肪	4.1 公克	1.4 公克
飽和脂肪	1.7 公克	0.6 公克
反式脂肪	0 公克	0 公克
碳水化合物	29.9 公克	10.3 公克
糖	27.8 公克	9.6 公克
鈉	18.3 毫克	6.3 毫克

每瓶有
多少公克
糖量

27.8

糖量是否
超過限制量

☒ 超過
☐ 未超過

3 170 毫升多多

營養標示		
每份 170 毫升 本包裝含 1 份		
每份	每 100 毫升	
熱量	126 大卡	74.1 大卡
蛋白質	2.4 公克	1.4 公克
脂肪	0.8 公克	0.5 公克
飽和脂肪	0.5 公克	0.3 公克
反式脂肪	0 公克	0 公克
碳水化合物	25.7 公克	5.1 公克
糖	25.7 公克	5.1 公克
鈉	12 毫克	25 毫克

每瓶有
多少公克
糖量

25.7

糖量是否
超過限制量

☒ 超過
☐ 未超過

4 檸檬或葡萄柚綠茶

注意

營養標示		
每份 325 毫升 本包裝含 2 份		
每份	每 100 毫升	
熱量	127 大卡	39.2 大卡
蛋白質	0 公克	0 公克
脂肪	0 公克	0 公克
飽和脂肪	0 公克	0 公克
反式脂肪	0 公克	0 公克
碳水化合物	31.8 公克	9.8 公克
糖	29.2 公克	9 公克
鈉	22 毫克	7 毫克

每瓶有
多少公克
糖量

58.4

糖量是否
超過限制量

☒ 超過
☐ 未超過

5 450ml 無糖豆漿糖量

營養標示		
每份 450 毫升 本包裝含 1 份		
每份	每 100 毫升	
熱量	183 大卡	40.7 大卡
蛋白質	15.3 公克	3.4 公克
脂肪	8.6 公克	1.9 公克
飽和脂肪	1.4 公克	0.3 公克
反式脂肪	0 公克	0 公克
碳水化合物	2.7 公克	0.6 公克
糖	2.7 公克	0.6 公克
鈉	86 毫克	19 毫克
膽固醇	0 毫克	0 毫克

每瓶有
多少公克
糖量

2.7

糖量是否
超過限制量

☐ 超過
☒ 未超過

6 高纖維飲料

營養標示		
每份 495 毫升 本包裝含 1 份		
每份	每 100 毫升	
熱量	189 大卡	38 大卡
蛋白質	0 公克	0 公克
脂肪	0 公克	0 公克
飽和脂肪	0 公克	0 公克
反式脂肪	0 公克	0 公克
碳水化合物	51 公克	10.3 公克
糖	43.6 公克	8.8 公克
膳食纖維	7.4 公克	1.5 公克
鈉	99 毫克	20 毫克

每瓶有
多少公克
糖量

43.6

糖量是否
超過限制量

☒ 超過
☐ 未超過

技能5 減糖技巧

延長享受時間慢慢喝



喝飲料

1



大杯改中杯或小杯

2



選無糖或微糖

3



三餐不搭配飲料

4



自製天然無糖無咖啡因飲料

Luckey 7

減糖技巧

5



不加料

6



分杯共享

我是生活「減糖達人」

我會提醒自己達成以下事項



最佳飲料

以白開水取代飲料

5顆 25公克



每瓶飲料糖量
超過25公克
不買也不喝



早餐不喝含糖飲料



每週飲用含糖飲料
不超過1~2次

二、家中飲料大搜查請填5種(或商店)

NO	飲料名稱	成份標示 糖的種類	每份 量 毫 升 數	本包裝 份數	每罐 含 糖 量 (公克)	是否超過 25公克?	適合時常 飲用嗎?
範例	黑松沙士	砂糖 焦糖	330	1	33.5	☒ 是 ☐ 否	☐ 是 ☒ 否
1						☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
2						☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
3						☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
4						☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
5						☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否

三、生活中應用護理師教導的減糖技巧，張貼實際執行的減糖照片，並以文字說明實際減糖的方法，沒有照片也可以用畫的喔。

文字說明

照片張貼處



減糖家庭生活單

本問卷請連同孩子的學習單
交回給學校護理師

1 學習單檢查

班級：_____ 學生姓名：_____

敬愛的家長：

我們利用學習單提升孩子對校護教導的減糖技能與熟悉度，並實際探索家庭或商店內的各式飲料，學會看營養標示糖量，判斷每瓶超過25公克的糖就不適合飲用，孩子越能用心完成，越能學會這些簡單又實用的減糖技巧，培養一生帶著走的健康好習慣；請您檢查「家庭減糖實作生活學習單」作業，完成部份請打勾：

- ☐ 1. 完成計算題填空(請檢查是否計算正確)
- ☐ 2. 完成家中(或商店)飲料搜查填空
- ☐ 3. 完成生活中減糖技巧的照片張貼(或繪畫)與文字撰寫

2 減糖家庭生活

日常生活中需要您的協助，讓孩子落實減糖生活，確保他們體內生長激素充分作用，健康成長。請勾選以下您會實行項目：

- ☐ 1. 您已經幫孩子準備水壺，讓他們帶去學校使用。
- ☐ 2. 帶至學校的水壺會先裝滿白開水。
- ☐ 3. 您不會準備各種含糖飲料給孩子帶到學校飲用。
- ☐ 4. 每瓶超過25公克的糖量，就不買給孩子喝。
- ☐ 5. 早餐會提供孩子豆漿或鮮奶或無成分調整的保久乳。
- ☐ 6. 孩子口渴時優先提供白開水取代含糖飲料。
- ☐ 7. 原本孩子每週喝_____次含糖飲料，減少為_____次/週。
(提醒您每週儘量不超過1-2次)
- ☐ 8. 喝手搖茶店的飲料選擇無糖或微糖。
- ☐ 9. 若要喝含糖飲料，提供小杯或中杯容量取代大杯。
- ☐ 10. 家人分杯共享，減少攝取量。
- ☐ 11. 喝手搖飲料不加料，減少額外的糖攝取(珍珠粉圓、粉條、布丁等等)
- ☐ 12. 您會自製天然的無加糖飲料給孩子飲用。

請家長完成填寫：性別 ☐ 男性 ☐ 女性

出生年次：民國_____年，職業：_____

教育程度：☐ 國小 ☐ 國中 ☐ 高中職 ☐ 大專院校 ☐ 碩士 ☐ 博士 ☐ 其他

為了解您對本次減糖活動的看法，若您願意接受衛生局電話滿意度調查，

請留可聯絡到您的電話：_____ 家長簽名：_____ 月____日

113 學年度彰化縣太平國小教師專業發展實踐方案

表 1、教學觀察/公開授課－觀察前會談紀錄表

授課教師	<u>羅玉茵</u>	任教 年級	四年 級	任教領域 /科目	健康與體育
回饋人員 (認證教師)	<u>游英哲</u>	任教 年級	四年 級	任教領域 /科目	國語
備課社群(選填)		教學單元		第一單元	
觀察前會談 (備課)日期	113 年 11 月 11 日 <u>11:10 至 12:00</u>	地點		辦公室	
預定入班教學觀察 /公開授課日期	113 年 11 月 13 日 <u>11:10 至 12:00</u>	地點		四年甲班教室	

一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容):

(一)核心素養:

健體-E-A2

具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。

(二)學習表現:

1a-II-2 了解促進健康生活的方法。

2b-II-1 遵守健康的生活規範。

(三)學習內容:

Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。

Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。

Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。

(四)學習目標:

1. 了解飲食中所含的糖份對健康的影響。

2. 能透過物品的營養標示，學會換算糖份重量，運用到日常生活中，了解自身每日飲食是否超出健康範圍。

3. 運用生活技能「做決定」，選購健康又安全的食物。

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等):

(一)

三、教師教學預定流程與策略：

(一)教學預定流程：

1. 引起動機：使用網路報導「國中 3 年長高 12 公分」是診做到的，吸引學生討論。
2. 發展活動：
 1. 利用國民健康署的影片，進行了解日常生活中我們常喝的飲品是否超出每日攝取量。
 2. 認識在日常生活的糖類並利用實物飲教導認識物品的成分、營養標示，學會看出物品的容量及份數並計算出物品含糖的量。
3. 綜合活動：完成減糖生活日常學習單及總結。

(二)教學策略：

1. 採用講述教學，利用觀察情境進行教學內容的探討。
2. 讓學生透過動手計算，教師提問搭鷹架。
3. 建構學生的認知、理解。

四、學生學習策略或方法：

- (一) 記憶策略：讓學生將所要學習的知識與習得的舊知識產生相互聯結。
- (二) 組織策略：學生透過教師提問與口頭發表等歷程，學習摘要學習內容重點。
- (三) 注意策略：老師指導學生閱讀課本文本內容時，將文章中重要部分挑出，並將注意力集中於這些訊息上。

五、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：

（例如：實作評量、檔案評量、紙筆測驗、學習單、提問、發表、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告或其他。）

- (一) 利用提問檢視學生能理解題目問題。
- (二) 利用實作及發表，評量學生是否正確算出答案。
- (三) 利用提問、實作評量及習作檢視學生對是否了解

六、觀察工具：

■表 2-1、觀察紀錄表

※觀察工具請依本認證手冊之 105 年版觀察紀錄表，需完整紀錄一節課為原則。

七、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：113 年 11 月 14 日 14：10 至 15：30

地點：校長室

113 學年度彰化縣太平國小教師專業發展實踐方案

表 2-1、觀察紀錄表

回饋人員 (認證教師)		游英哲	任教 年級	四年級	任教領域 /科目	國語領域
授課教師		羅玉茵	任教 年級	四年級	任教領域 /科目	健康與體育 領域
教學單元		第一單元食在有營養	教學節次		共 8 節 本次教學為第 8 節	
教學觀察/公開授 課日期及時間		113 年 11 月 13 日 11:10 至 12:00		地點	四年甲班教室	
層 面	指標與檢核重點			事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師 生互動與學生同儕互動之情形)		
	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。					
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗， 引發與維持學生學習動機。			A-2-1 教師透過新聞報導及減糖相關影片 做為基礎，連結學生們生活經驗，對 課程問題有更深了解並能回答問題。		
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要 概念、原則或技能。			A-2-2 以學校發放的保久乳為實物，讓學生 人手一瓶，可以清楚了解老師所說明 的重點在哪。		
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練 學習內容。			A-2-3 教師發放學習單請學生作答，並提醒 重點，澄清學生的概念。		
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結 學習重點。			A-2-4 老師完成小活動後，會總結小活動的 學習重點。		
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。					
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、 討論或實作。			A-3-1 老師舉例說明糖類與健康的重點，讓 每學生口頭回答及完成學習單。		
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。			A-3-2 教師在進行佈題時，提出問題的關 鍵，並運用注意策略引起學生關注老 師的題問。		
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技 巧，幫助學生學習。			A-3-3 學生進行作答時，老師會進行行間巡 視，了解學生回答問題的狀況，並適 時提醒學生回答的答案是否和題目		

		有相關。
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。	
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	A-4-1 教師以口頭提問、學習單，讓學生回答及練習，檢驗其學習效果。 A-4-2 對學習單教師有逐題討論，以解決學習的困難點，但如能給予同學發表機會，可以測出及精熟學習表現。
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。	
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)	

113 學年度彰化縣太平國小教師專業發展實踐方案

表 3、教學觀察/公開授課－觀察後回饋會談紀錄表

授課教師	<u>羅玉茵</u>	任教 年級	<u>四年 級</u>	任教領域/ 科目	健康與體育領 域
回饋人員 (認證教師)	<u>游英哲</u>	任教 年級	<u>四年 級</u>	任教領域/ 科目	國語領域
教學單元	第一單元食在有營養	教學節次		共 <u>8</u> 節 本次教學為第 <u>8</u> 節	
教學觀察/公開授課 日期及時間	113 年 11 月 13 日 <u>11:10</u> 至 <u>12:00</u>	回饋會談地 點		校長室	

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）：

(一)教師教學行為：

老師教學能掌握該堂課的教學重點，教學內容包括問答、發表、習作等，活動銜接流暢，並且慢慢引領學生進入今日的教學內容。學生在課堂學習上，和老師有一定的默契，整堂課大多數孩子是主動學習。

(二)學生學習表現：

學生大部分都能專注聆聽、對老師的提問能踴躍回答及對學習單的問題都很認真計算。

(三)師生互動：

- 1.學生對於老師的課堂規範大部分的學生都能遵守。
- 2.學生進行計算時，教師會進行行間巡視瞭解學生作答並給予提示。

(四)學生同儕互動：

- 1.班級同儕之間互動自然、對能力較差的同學會提供協助共同解決問題。

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）：

整個課程的進行時間掌握尚可，但是部分教材有些艱深，例：體質肪的計算對四年級的同學可能有些難度，建議可以用影片來介紹。老師雖有共同和學生檢討學習單答案，但若是能讓學生自行發表算法會更好，也讓老師了解學生是否達到精熟學習。

三、 回饋人員的學習與收穫：公開觀課是一種有助於提升教學技巧的重要方式。透過觀察同儕的教學，我們不僅能夠學習到對方的教學優勢，還能在討論與反思中，發現自己教學上的強項與不足之處。這樣的過程不僅能幫助我們意識到自己在教學過程中可能忽略的細節，還能找到改進的方向。公開觀課的互動對於觀課者與被觀課者而言，都是促進專業成長的好機會，有助於雙方在教學上共同進步。

彰化縣 113 學年度埔心鄉太平國民小學校長及教師公開授課活動

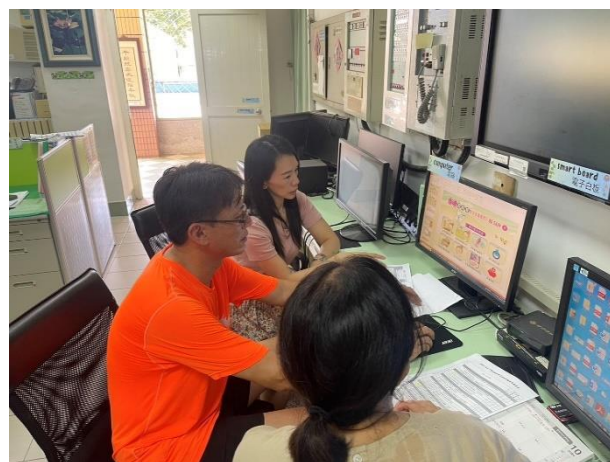
活動照片

授課教師：羅玉茵 學習領域：健康與體育

日期：113 年 11 月 13 日第四節



說明:觀課前會談



說明:觀課前會談



說明:觀課當日上課情形



說明:觀課當日上課情形



說明:觀課後回饋的會談



說明:觀課後回饋的會談

心得省思

當我參與公開觀課的過程中，深刻體會到「學而後知不足」的道理。透過與同事共同備課及學群討論，我獲得了許多不同的教學策略，這些策略不僅讓我拓展了教學的視野，也讓我反思到自身在教學過程中可能存在的盲點與不足。在觀課與議課的交流中，我逐漸意識到自己在教學中有時未能完全掌握學生的需求或是某些教學方法的運用不夠熟練。感謝學群成員的協助與耐心提醒，他們的建議讓我能夠補足這些不足，並改善自己的教學方式。

這次的觀課經驗讓我對自己的教學方法進行了全面的反思，也促使我不斷尋求自我提升的機會。我學會了如何更有效地調整教學策略，更精確地把握學生的學習狀況，並在課堂上創造更好的互動氛圍。這不僅是一次專業成長的機會，更讓我在教學上得到了更多的啟發與突破，收穫豐富，受益匪淺。