

碧華國小 111 學年度  
健體領域暨生命教育社群  
公開授課紀錄

授課老師：陳瓊娟

授課班級：204-210

# 健體領域二上單元一吃出活力和健康

## 活動 2 飲食追追追



### 活動 2 飲食追追追

健體補給站

小安很喜歡喝含糖飲料，尤其是珍珠奶茶。不過，自從看到含糖飲料對健康危害的海報後，他覺得自己不應該再喝了。

**喝太多含糖飲料，要注意以下危機！**

- 正餐吃不下
- 營養不平衡
- 肥胖
- 蛀牙
- 易怒
- 焦慮
- 注意力不佳
- 誘發過動

18

小安開始思考解決問題的辦法：

飲食問題

喝太多含糖飲料。



分析原因

因為含糖飲料又冰又甜，很好喝。

可行辦法

自己帶水壺，口渴就喝白開水。

學校有飲水機，裝水很方便。

不過，白開水沒味道。



試著做做看

這週星期都喝白開水，不喝含糖飲料。

19

為了健康成長，小安決定儘量喝白開水，不喝含糖飲料。不過，有時候會碰到困難……



試著運用做決定的技巧。

第一步 列出可能的選擇

選擇一

買含糖飲料來喝

選擇二

喝自己帶的白開水

第二步 列出不同選擇的優缺點

買含糖飲料來喝

優點：含糖飲料又甜又冰，喝了覺得很滿足。

缺點：可能造成蛀牙、肥胖或長不高，而且浪費錢。

喝自己帶的白開水

優點：可以馬上解渴，對身體健康又好又省錢。

缺點：白開水不甜，沒味道。

第三步 做出決定

喝白開水就好，不喝含糖飲料。

第四步 想一想，這是一個好決定嗎？

喝白開水健康又解渴，是個聰明的決定。

習慣喝白開水以後，覺得含糖飲料太甜了，愈喝愈渴。



飲食和健康有很大的關係，好好運用做決定的技巧，為自己的健康選擇營養、安全的食物。

20

21

# 新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課

## —觀課前會談說課紀錄表

教學者：陳瓊娟 教學年級：二年級 教學領域：健體領域

教學單元：單元一 教材來源：翰林+自編 說課日期：111.9.19

會談項目	說課內容簡要記錄
教材內容	1.翰林版二上健康與體育課本 2.自編教材(「拒絕手搖飲學習單」學習單及「飲食追追追」課程簡報)
教學目標	建立學生正確的飲食觀念，讓疾病遠離、也讓地球及其他生物遠離塑膠災難。
學生經驗	1.多數學生有喝過手搖飲的生活經驗。 2.部分學生能說出學校附近 1-6 家的手搖飲商店名稱。 3.部分學生有參與過海洋減塑講座的學習經驗(那些海龜教我們的塑)。 4.多數學生有參與減塑行動的經驗，如自備餐盒、水壺到校、自備環保袋購物。
教學活動	1.以「飲食追追追」簡報引導學生手搖杯含糖量極高，嚴重影響身體健康。 2.探討手搖杯的材質，即使裝冷飲也會產生塑化劑，對人體造成傷害。 3.引導學生思考購買手搖杯時會產生哪些一次性塑膠製垃圾?這些垃圾最後都去了哪裡? 4.以圖片呈現一次性塑膠製垃圾最終流入海洋變成連環殺手，造成生態浩劫。 5.學生分組完成「拒絕手搖飲學習單」。
評量方式	問答評量 發表評量 態度評量 分組討論 學習單成果
觀察重點	1.學生能專心聆聽並發表自己的相關生活經驗。 2.學生能參與回答老師課堂簡報中所設計的提問。 3.學生能充分和組員合作共同完成學習單內容。
觀察工具	新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課-觀課紀錄表
議課 時間地點	時間：111.9.19 下午 13:30 地點：圖書館 3 樓



# 說課共備照片記錄



說明：教案設計者說課後再經同學年授課老師共備修正，課程採同課異教方式並依各班狀況微調進行。

# 新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課-教案

教學領域	健康與體育	教學單元	單元一吃出健康和活力 活動 2-飲食追追追~吃吃喝喝救地球			
授課年級	二年級	教學日期	111.9.27(二)			
設計者	陳瓊娟	教學者	陳瓊娟			
共備教師	李春桃、方馨曄	實施節數	共 7 節，授課為本單元第 5 節			
教材來源	■自編教材 ■教科書-翰林版					
設計理念	不良的飲食習慣不但影響自己的健康，破壞生態環境，更可能因此傷害其他生物的生命。為了預約未來的幸福，課程設計融入了生命教育議題，關懷的主體涵蓋人類、動物及自然，期能透由健康飲食的觀念，讓人類和地球永續生存。					
學習表現	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。					
學習內容	Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Eb-I-1 健康安全消費的原則。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。					
學習目標	建立學生正確的飲食觀念，讓疾病遠離、也讓地球及其他生物遠離災難。					
議題融入 實質內涵	生命教育	生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。				
	環境教育	環 E3 了解人與自然和諧共生，進而保護重要棲地。 環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。				
	能源教育	能 E8 於家庭、校園生活實踐節能減碳的行動。				
節次	教學活動名稱			時間	教學資源	評量方式
第 5 節	<b>壹、準備活動</b> 一、教師播放「飲食追追追」簡報，讓學生猜猜看哪一杯手搖杯含糖量最高?請學生說說看理由。 (無糖珍奶>金桔檸檬>全糖紅茶>御香鐵觀音) 二、請學生想一想，除了糖，手搖杯還有哪些添加物，對人體有哪些害處? (人工合成 <b>高果糖糖漿</b> 會造成脂肪肝、心臟病、高血脂、痛風、失智、癌症等多種疾病) (大多用「 <b>濃縮汁</b> 」或「 <b>果醬</b> 」所調出來，其中的化學物質和糖分居多，影響腦力、情緒和專注力)			5 分	翰林教科書 自編簡報	問答評量 發表評量 態度評量

節次	教學活動名稱	時間	教學資源	評量方式
	<p><b>貳、發展活動</b></p> <p>一、教師說明手搖杯的材質，無論是冷飲或熱飲都會產生塑化劑，造成體內雌激素升高而性早熟。 (材質：保麗龍、塑膠、塑膠淋膜紙-紙容器)</p> <p>二、請學生想一想，這些一次性使用的杯子，喝完後都去了哪裡? (教師以簡報說明台灣一年的塑膠杯使用量將近20億個=4萬座101大樓。)</p> <p>三、除了塑膠杯，手搖飲還製造了哪些垃圾? (教師以簡報的圖片說明塑膠杯、塑膠吸管及塑膠杯蓋流入海洋，導致海洋動物受到傷害。)</p> <p>四、教師播放[響應低碳飲食健康又環保]影片並以簡報說明何謂低碳飲食原則。</p> <div data-bbox="392 945 842 1218" data-label="Image"> </div> <p>3'27''</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=r131b1vpuCo">https://www.youtube.com/watch?v=r131b1vpuCo</a></p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、教師發下學習單，以組為單位，請學生分工合作完成學習單並展示於在黑板。</p> <p>二、教師一一檢示各組學習單，給予回饋及評量。</p> <p>三、將各組學習單張貼於教室布告欄，再次提醒學生手搖飲所帶來的害處，鼓勵學生多喝白開水。</p>	<p>25分</p> <p>10分</p>	<p>翰林教科書 自編簡報 低碳飲食影片</p> <p>學習單</p>	<p>問答評量 發表評量 態度評量 分組討論 學習單</p>
<p>參考資料(含論文、期刊、書刊剪報、專書、網路資料、他人教學教案等)</p>				
<p>學習單圖片：彰化縣衛生局-白開水是最健康的飲料宣導海報</p>				
<p>影片來源：響應低碳飲食健康又環保 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=r131b1vpuCo">https://www.youtube.com/watch?v=r131b1vpuCo</a></p>				



# 拒絕手搖飲學習單

二年( )班，第( )組，座號( )

一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能

會對身體造成哪些傷害，請將和圖示相符合

的答案寫在雲朵中。

蛀牙

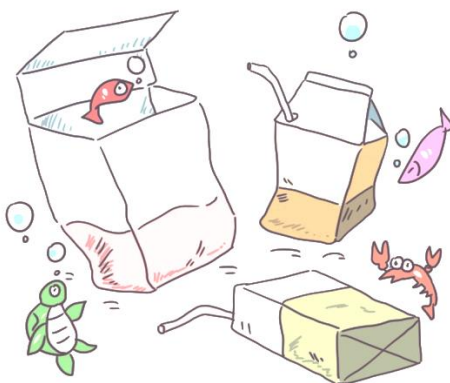
營養失調

焦慮

兒童攝取過多糖分容易產生的現象

二、市面上手搖飲琳琅滿目，除了會傷害健康，還

造成哪些問題？請舉例說明並寫在框框中。



# 附件一：「飲食追追追」課程簡報

飲食追追追~  
吃吃喝喝救地球



1

健康2.0  
手搖杯糖分驚人 哪杯含糖量最高?

飲品一杯以300ml正常糖 正常冰計算



2



手搖飲料多半使用便宜的人工合成高果糖糖漿，會造成脂肪肝、心臟病、高血脂、痛風、失智、癌症多種疾病。

手搖果汁飲料其實是用「濃縮汁」或「果醬」調出來的，化學物質成分居多，甜度、熱量都高卻沒有什麼營養。



3

塑化劑造成性早熟



TVBS

正在發育的孩童，一天喝一杯塑膠杯飲料，會讓性早熟發生率提高。成大團隊完成全球第一個塑化劑影響幼童性早熟的研究，發現塑膠杯會產生塑化劑，喝越多，體內塑化劑含量越高，造成體內雌激素升高，造成性早熟，而且而且60度以上的熱飲，所溶出塑膠杯的塑化劑比冷飲多出3到5倍。

4

手搖飲料杯喝完丟掉後都去哪裡了?



珍珠奶茶為台灣之光，但一年塑膠杯使用量近20億個！  
疊起來的高度竟超過4萬座101大樓！這些用完即丟的飲料杯，表面上都進了資源回收桶，但實際上大部份都沒有確實被回收！

5

手搖飲還製造了哪些垃圾？



塑膠杯

塑膠吸管

塑膠杯蓋

6

6

低碳飲食原則

讓環境與人類創造雙贏局面



- Local 本地生產  
- 減少運輸以減少碳排及減少包裝的碳排，使內含碳量更趨穩定
- Organic 有機農產品  
- 不採用人工化學合成農藥、人工化學合成肥料，美國政府所、自然及植物生長調節劑
- Vegetarian 多吃素食，少吃肉  
- 減少紅肉，加工食品以及動物性脂肪的攝取，美國政府所中蔬菜水果的類別
- Energy saving 節能省電  
- 烹煮過程減少能源消耗，用餐程序選擇快炒、燉煮、涼拌、涼蒸
- Reduce, reuse and recycle 減廢循環(循環飲食、零廢棄生活)  
- 選購環保食品，自製環保用品，減少一次性的垃圾產生，降低製成及處理的數量
- Seasonal 時令新鮮  
- 少吃反季節的蔬果食品，少換季

低碳飲食-愛地球、愛生活、愛自己

7



# 觀課照片記錄



說明：教師藉由簡報陳述課程並與學生探討手搖杯材質對人體健康造成的危害。



說明：教師以簡報說明台灣一年的塑膠杯使用量將近 20 億個，其高度相當於 4 萬座 101 大樓。



## 觀課照片記錄



說明：教師說明塑膠杯、塑膠吸管及封膜、杯蓋、塑膠袋等垃圾會流入海洋，導致海洋動物受到傷害，造成生態浩劫。



說明：老師引導及說明學習單內容，進行任務分派。



## 觀課照片記錄



說明：老師的引導說明後，學生分組合作完成學習單。



說明：教師於行間巡視了解學生學習狀況、作個別指導並適時提醒組員分工合作。



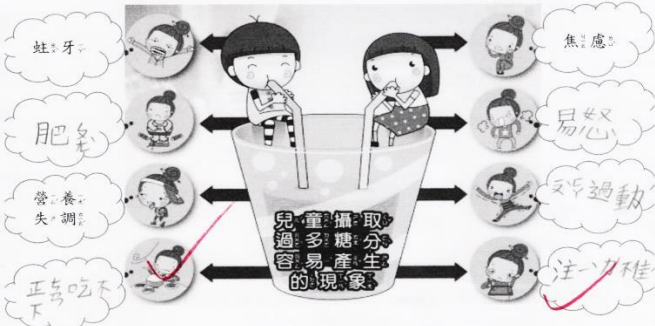
# 學生學習成效分析

## 拒絕手搖飲學習單

二年(8)班,第(1)組,座號(19、1、27、2、17)

一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。

90%  
10%



二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框中。

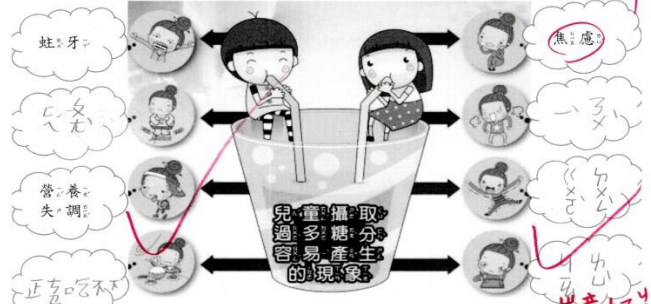


## 拒絕手搖飲學習單

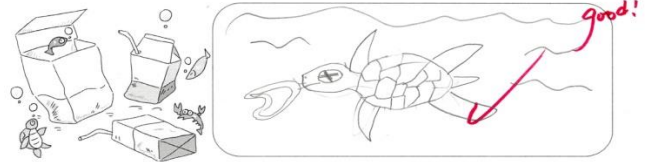
二年(7)班,第(2)組,座號(1、14、16、12、10)

一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。

95%  
10%



二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框中。



未能呈現手搖飲造成的環境、生態問題

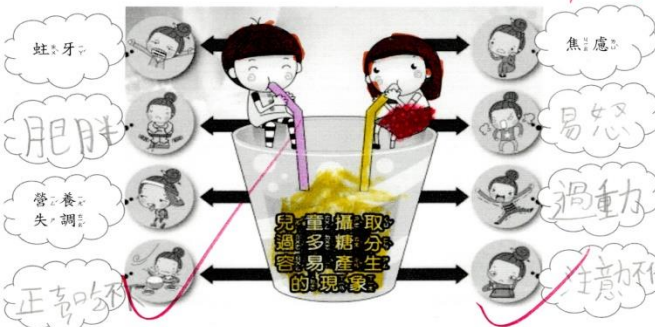
學習單設計的圖示仍有易於誤解的疑慮

## 拒絕手搖飲學習單

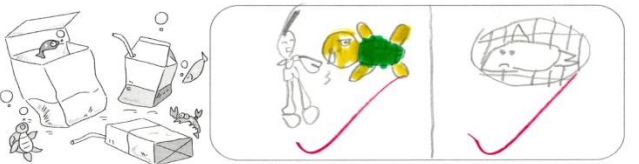
二年(5)班,第(2)組,座號(27、22、7、11、4)

一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。

96%  
10%



二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框中。

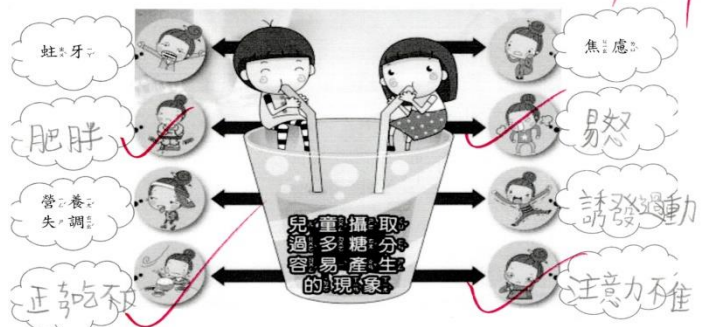


## 拒絕手搖飲學習單

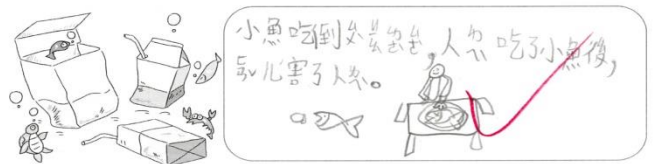
二年(5)班,第(1)組,座號(1、9、26、28)

一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。

98%  
10%



二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框中。



學生以圖畫作答,顯示已理解課程內容

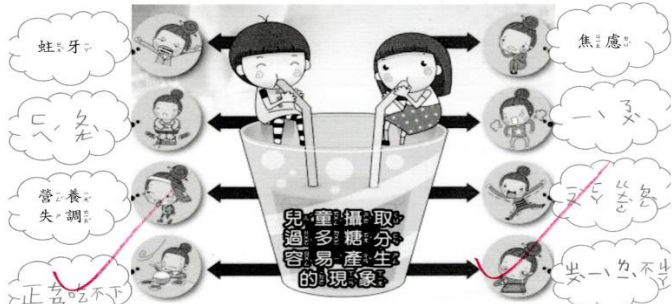
學生以圖畫及文字表達出理解課程內容

# 學生學習成效分析

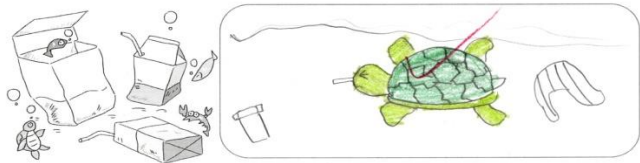
## 拒絕手搖飲學習單 98

二年(8)班,第(3)組,座號(24,13,8,6,16,18)

- 一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。



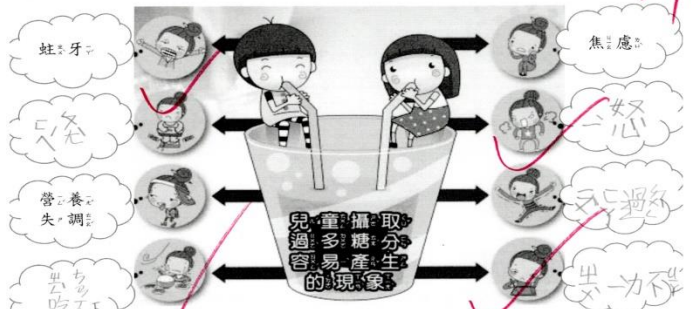
- 二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框框中。



## 拒絕手搖飲學習單 98

二年(9)班,第(5)組,座號(12,7,3,28)

- 一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。



- 二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框框中。



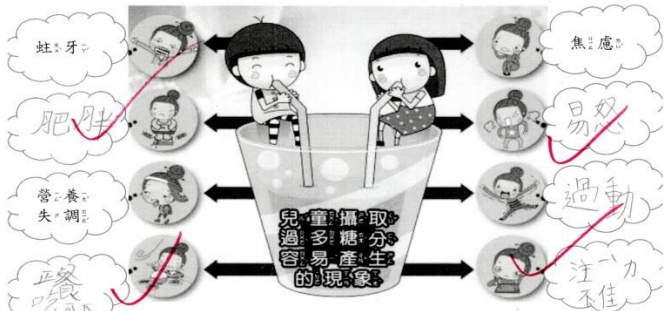
時間緊迫,但學生仍可用心畫圖完成任務

學生以圖文詳細回答呈現出對課程的理解

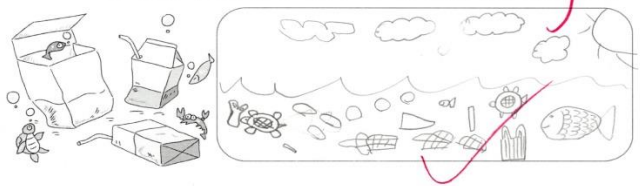
## 拒絕手搖飲學習單 98

二年(七)班,第(3)組,座號(18,4,23,21,3)

- 一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。



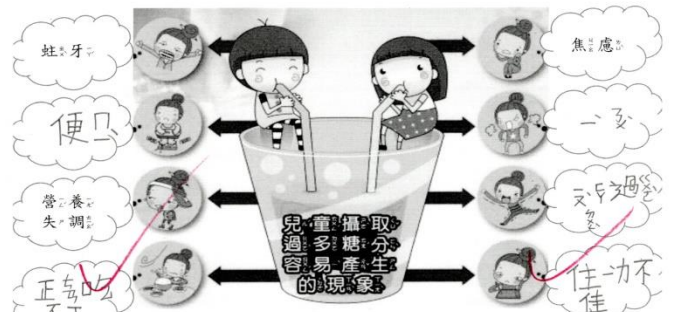
- 二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框框中。



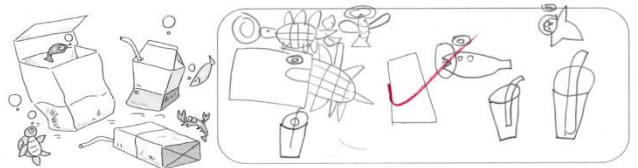
## 拒絕手搖飲學習單 99

二年(8)班,第(4)組,座號(14,11,4,9,20)

- 一、請和同組的小朋友們一起動動腦思考手搖飲可能會對身體造成哪些傷害,請將和圖示相符合的答案寫在雲朵中。



- 二、市面上手搖飲琳琅滿目,除了會傷害健康,還造成哪些問題?請舉例說明並寫在框框中。



學生能分工合作畫出海洋生態問題

秩序及分工良好的組別得到2顆星加分



# 觀課紀錄和老師回饋表

## 新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課—教學觀察表

授課教師： 陳瓊娟      教學年級： 二年級      教學科目： 健體領域

教學單元： 活動 2-飲食追追追      教學節次： 共 7 節      本次教學為第 5 節

觀課人員： 蔡亞萍      觀課時間： 111 年 9 月 30 日 11:10 至 12:00

層面	指標與檢核重點	教師表現事實摘要敘述 (請加註參考檢核重點流水編號)	評量			
			值得推薦	通過	待改進	不適用
A 課程設計與教學	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。	教材清楚、教學流程脈絡條理清晰、課程充實、無冷場、學生學習反應佳、投入學習。	✓			
	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-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。		✓			
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。		✓			
	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。	教學中以討論、作題、並檢討，再澄清問題確認答案，達到學習策略之指導。	✓			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。		✓			
	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。		✓			



# 觀課紀錄和老師回饋表

層面	指標與檢核重點	教師表現事實摘要敘述 (請加註參考檢核重點流水編號)	評量			
			值得推薦	通過	待改進	不適用
A	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。					
課程設計與教學	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	作題、回答能適呼聲 清，回饋學生	✓			
	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)		✓			
B	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。					
班級經營與輔導	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。	課程豐富有料，吸引學生注意 學習，課堂規範 自然形成。	✓			
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。		✓			
	B-2 安排學習情境，促進師生互動。					
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	對學生無厘頭的回答， 能有耐心解說、包容之。 課堂氣氛溫馨有趣	✓			
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。		✓			
心得與回饋		課程掌握發揮，學生學習專注、氣氛溫馨， 既有溫度又有收穫的一堂，師生共成長！ 感性 知性				



# 觀課紀錄和老師回饋表

## 新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課—教學觀察表

授課教師： 陳瓊娟 教學年級： 二年級 教學科目： 健體領域

教學單元： 活動 2-飲食追追追 教學節次： 共 7 節 本次教學為第 5 節

觀課人員： 曾雅惠 觀課時間： 111 年 10 月 至 3 日

層面	指標與檢核重點	教師表現事實摘要敘述 (請加註參考檢核重點流水編號)	評量			不適用
			值得推薦	通過	待改進	
A 課程設計與教學	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。	利用Ptt吸引孩子的目光 並結合臺灣手搖飲文化 產生深刻的共鳴，很棒的動機。	✓			
	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-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。		✓			
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。		✓			
	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-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。		✓			
	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。		✓			



# 觀課紀錄和老師回饋表

層面	指標與檢核重點	教師表現事實摘要敘述 (請加註參考檢核重點流水編號)	評量			不適用
			值得推薦	通過	待改進	
A	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。					
課程設計與教學	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	分組互相討論，每個人說出自己的想法並寫在學習單上，可刺激較文靜或觀察型的孩子發表。	✓			
	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)		✓			
B	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。					
班級經營與輔導	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。		✓			
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。		✓			
	B-2 安排學習情境，促進師生互動。					
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。		✓			
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。		✓			
<p>心得與回饋</p> <p style="font-size: 1.1em;">從手搖飲文化影響國人健康延伸到環保減塑議題，很棒的將多元議題融入課程中，課程也很貼切到孩子們的生活現象，讓孩子得到更多的共鳴！😊</p>						



# 觀課紀錄和老師回饋表

## 新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課—教學觀察表

授課教師：陳瓊娟 教學年級：2 教學科目：健康

教學單元：1-2 飲食進進進 教學節次：共 7 節 本次教學為第 5 節

觀課人員：郭盈昕 觀課時間：111 年 9 月 30 日 11 : 00 至 12 : 00

層面	指標與檢核重點	教師表現事實摘要敘述 (請加註參考檢核重點流水編號)	評量			
			值得推薦	通過	待改進	不適用
A 課程設計與教學	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 午餐的經驗從學校生活連結，更加深學生思考檢驗自己的營養均衡	✓			
	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-2-4 從 1-1 銜接 1-2 口頭提問，邀請學生陳述重點，教師再行歸納	✓			
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。		✓			
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。		✓			
	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-3-3 教室內老師巡迴觀察學生學習情形，一邊加入口語提示，幫助學生思考	✓			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。		✓			
	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。		✓			

# 觀課紀錄和老師回饋表

層面	指標與檢核重點	教師表現事實摘要敘述 (請加註參考檢核重點流水編號)	評量			不適用
			值得推薦	通過	待改進	
A 課程設計與教學	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	✓			
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	用口頭評量、學習單、書寫課本提問，多元方式	✓			
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。	A-4-3	✓			
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)	利用他班評量經驗及本班及時回饋評量，調整課堂內容	✓			
B 班級經營與輔導	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。					
	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。	B-1-1 表達習慣 建立獎勵制度，提醒學生	✓			
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。	加分前先表達「我是...」	✓			
	B-2 安排學習情境，促進師生互動。					
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	學生主動回應課堂內容 教師帶領全班給予鼓勵	✓			
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。		✓			
心得與回饋						



## 議課照片記錄



說明：邀請同課異教的任課老師及觀課的班級導師參與議課，教學者說明授課流程及遇到的問題，並針對學生完成的學習單做學習成效評估及回饋。



說明：邀請同課異教並入班觀課的夥伴給予授課者回饋並提出自己的教學方法及策略，大家相互討論交流，藉以修正未來教案設計方向及教學模式。

# 新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課

## 觀課後會談議課紀錄表

授課教師：陳瓊娟 授課日期：111.9.30(五)-111.10.20(四) 教學年級：二年級

教學領域：健體領域 教學單元：單元一吃出健康和活力活動 2-飲食追追追

議課日期：111.10.24 議課時間：下午 13:30 議課地點：智慧教室(一)

出席人員簽名：詳如簽到表

會談項目	會談內容簡要記錄
授課教師分享	<p>1.一開始在第 1 個班實施本次課程時，就發現教案內容偏多，無法在規劃的時間內教授完畢，故由第 2 班開始授課就採較從容的步調，緊密連結課本內容修正成兩節課來進行，調整很學生才有足夠的時間分工完成學習單。</p> <p>2.後來調整成兩節課完成這次課程，但期間遇到自己公假研習及確診隔離，代課老師無法接手這堂課的教學，致多數班級這兩節課的課程是中斷進行，將近一個月才完成七個班的公開授課教學。</p> <p>3.學生學習這個單元時表現出十分投入及高度興趣，讓老師在教學時更有動力。</p> <p>4.利用課堂時間檢討各班學習單，提供學生學習回饋。表揚優良作品及澄清課程迷思，藉此作為補強課程。</p>
觀課分享與交流	<p>雅惠老師回饋：</p> <p>1.從手搖飲文化影響國人健康延伸到環保減塑議題，將多元議題融入課程中，課程設計很貼切孩子的生活經驗及普遍現象，讓孩子得到共鳴。</p> <p>2.以分組互相討論的方法，讓每個小朋友能說出自己的想法，可刺激較文靜或觀察型學習的孩子來發表。</p> <p>亞萍老師回饋：</p> <p>1.教材清楚、教學流程脈絡條理清晰，課程充實熱絡無冷場，學生反應佳，投入學習。</p> <p>2.教師對學生無厘頭的回答能有耐心解說、包容，課堂氣氛溫暖有趣。</p> <p>3.課程設計豐富能吸引學生專注學習，課堂規範自然形成，既有感性溫度，又有知性收穫的一堂課，師生能共同成長。</p> <p>盈昕老師回饋：</p> <p>1.午餐的經驗從學校生活連結，更加深學生思考檢驗自己是否營養均衡。</p> <p>2.教室內老師巡堂觀察學生學習情形，一邊加入口語提示，幫助學生思考。</p> <p>3.建立獎勵制度和表達習慣，提醒學生加分前先表達「我是……」。</p> <p>4.學生主動回應課堂內容，教師帶領全班給予鼓勵。</p>
總結分享	<p>吃是一種素養，環保減碳的飲食習慣，能為自己的健康把關，也是以行動愛地球的具體表現。期能多將環境教育、食農教育、生命教育及 SDGs 等議題融入課堂中，建構學生良善的品格，帶孩子看得更遠、想得更多。</p>



# 新北市三重區碧華國民小學 111 學年度公開授課—教師自評表

教師姓名：陳瓊娟

教學日期：111.9.30(五)-111.10.20(四)

層面	指標與檢核重點	評量(✓)		
		優良	通過	改進
A 課程 設計 與 教學	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-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。	✓		
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。	✓		
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。	✓		
	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-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。	✓		
	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-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-4-2 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)	✓		
B 班 級 經 營 與 輔 導	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。			
	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。	✓		
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。	✓		
	B-2 安排學習情境，促進師生互動。			
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	✓		
	B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。	✓		

意見陳述（請就上述勾選狀況提供文字上之說明，如果空白不夠填寫，請自行加頁）：

一、我的優點或特色是：

以不良的飲食習慣課程來融入減塑教育，讓課程加深加廣，符合 SDG14-保育海洋生態目標來設計課程，也讓生命教育及環境教育落實於學生的生活中。

二、我的反思：

- 1.教案設計內容太多，學生較不易聚焦，且實施時間緊迫，影響學習成效。
- 2.學習單的圖示仍有模糊空間，部分學生會誤解，可再做修正或上課先做說明再發給學生。

三、未來成長規劃：

設計課程活動時，可多與同課異教老師交流，學習彼此優良的教學經驗。

# 公開授課 流程簽到表

新北市三重區碧華國小 III 學年度第 1 學期

健體領域公開說課、觀課、議課簽到表

授課地點: 204-210 教室 教學者: 陳瓊娟

職務	姓名	共備/說課 111.9.19(一) 13:30~14:20	觀課 111.9.30(五)- 111.10.20(四) 204-210 健康課	議課 111.10.24(一) 13:30~14:20
科任	陳瓊娟	陳瓊娟	陳瓊娟	陳瓊娟
科任	李春桃	李春桃	李春桃	李春桃
科任	方馨曄	方馨曄	方馨曄	方馨曄
行政	郭盈昕	郭盈昕	郭盈昕	郭盈昕
導師	蔡亞萍		蔡亞萍	蔡亞萍
導師	曾雅惠		曾雅惠	曾雅惠
導師	陳堯方		陳堯方	陳堯方