

基隆市正濱國民小學111學年度
教學活動設計單及共同備課紀錄表

授 教	課 師	王裕仁	教學目標	1. 認識營養素及其功能和食物來源。 2. 了解六大類食物的主要營養素，均衡的攝取營養。 3. 了解家人的飲食需求和飲食注意事項。 4. 遵守營養均衡的健康飲食原則。		
年	級	四年級				
教 學 領	域	健體領域-健康	教學法策略/形式	<input type="checkbox"/> 跨領域(含議題融入)素養導向教學 <input type="checkbox"/> 探究實作 <input type="checkbox"/> 線上教學 <input checked="" type="checkbox"/> 科技輔助自主學習 <input type="checkbox"/> 雙語教學 <input type="checkbox"/> PBL <input type="checkbox"/> 數位學習精進方案 <input type="checkbox"/> 其他()		
教 單	學 元	1-2 認識營養素				
觀 察 前 會 談 時 間	111年11月04日		學生先備經驗或教材分析	1. 認識營養素及其功能和食物來源。 2. 了解六大類食物的主要營養素，均衡的攝取營養。 3. 了解家人的飲食需求和飲食注意事項。 4. 遵守營養均衡的健康飲食原則。		
教 日	學 期	111年11月11日				
教	學	活	動	時間	評量方式	

◎第二節課-開展活動◎

一、喚起學生學習動機的鋪陳 hop 階段

1. **問題初步討論**：教師給予各組 2 張資料卡(上面註記年齡、性別)，請同學討論他們在飲食方面需要注意什麼？

3'

實作評量

二、呈現本課教材協同學習 step 階段

1. **分組閱讀**：先將原本的組別打散，到各個區域分組閱讀，作為專家小組討論 P. 12~17(白、黃 1 頁，綠、藍 2 頁)，之後再回到原本的組別報告。(指導語：每個人都非常的重要，一定要記得尊重和專心聆聽。)
2. **專家小組討論**：各個專家小組可以自行選擇要閱讀的文章區塊和決定閱讀、討論的方式。(指導語：請在分配到的文章內，將自己覺得重要的部分先做記號，並和你的專家小組做討論，記在便條貼上。)
3. **回原小組報告**：請各個專家向原小組報告專家重點，並在原本的資料卡上修改和補充。

3'

8'

實作評量

8'

三、伸展跳躍課題 jump 階段：答題時間

1. 說明規則：

- ①教師公布題目後，學生依據被分配到的指定顏色就定位來回答，將答案寫在 A4 紙上後舉高才算完成。(黃色可以回答白色的題目，但不得連續答題) 【答題時間不得提示】
- ②每題候答時間為 30 秒，只要答案正確，錯別字、注音一樣給分(可以口頭補充)。
- ③加分條件：藍-加 1 分、綠-加 2 分、黃-加 3 分、白-加 5 分 【小組坐正，且沒有聲音的可以再加 1 分】

2'

2. 回答問題：

- ①請問堅果種子類每天最多攝取多少分量？(1 茶匙)【白】
- ②請舉出三個蔬菜水果類中的營養素？(維生素 A、C、E、K)【黃】
- ③哪一種維生素可以延緩老化、預防心血管疾病？(維生素 E)【黃】
- ④哪一種營養素既可以提供身體活動的熱量，又可以幫助長高、長肌肉和休補身體組織，更可以產生抵抗疾病的抗體？(蛋白質)

10'

紙筆評量

【綠】

- ⑤請舉出三個全穀雜糧類中含膳食纖維較多的食物？(糙米飯、燕麥、地瓜、芋頭、南瓜、蔬菜水果)【藍】

四、總結

1. 重點整理：(打開課本)

- ①提供身體熱量的營養成分是：醣類、脂肪、蛋白質
②沒辦法提供熱量的營養成分有：維生素、礦物質
③六大類食物類型與營養素的關聯。

2. 下一節內容：1-3 聰明選食物。

【第二節結束】

6'

口語評量

授課教師簽名：王懿仁

觀課教師簽名：古叔玄

基隆市正濱國民小學公開授課活動照片



照片說明：
透過簡報來掌握活動流程，進行「世界咖啡館」策略的專家小組討論。



照片說明：
學生在專家討論時，將重點記在便利貼上，並跟其他專家討論。

基隆市正濱國民小學教師教學觀察紀錄表

班級：403	日期：111.11.11
教學者姓名：王裕仁	學習領域/科目：健體/健康

層面	檢核項目	檢核重點	優良	普通	可改進	未呈現
教師教學	1. 清楚呈現教材內容	1-1 有組織條理呈現教材內容	✓			
		1-2 清楚講解重要概念、原則或技能	✓			
		1-3 提供學生適當的實作或練習	✓			
		1-4 設計引發學生思考與討論的教學情境	✓			
		1-5 適時歸納學習重點	✓			
	2. 運用有效教學技巧	2-1 引起並維持學生學習動機	✓			
		2-2 善於變化教學活動或教學方法	✓			
		2-3 教學活動融入學習策略的指導	✓			
		2-4 教學活動轉換與銜接能順暢進行	✓			
		2-5 有效掌握時間分配和教學節奏	✓			
		2-6 使用有助於學生學習的教學媒材	✓			
	3. 應用良好溝通技巧	3-1 口語清晰、音量適中	✓			
		3-2 運用肢體語言，增進師生互動	✓			
		3-3 教室走動或眼神能關照多數學生	✓			
4. 運用學習評量評估學習成	4-1 教學過程中，適時檢視學生學習情形	✓				
	4-2 學生學習成果達成預期學習目標	✓				
班級經營	5. 維持良好的班級秩序以促	5-1 維持良好的班級秩序	✓			
		5-2 適時增強學生的良好表現	✓			
		5-3 妥善處理學生不當行為或偶發狀況	✓			
	6. 營造積極的班級氣氛	6-1 引導學生專注於學習	✓			
		6-2 布置或安排有助學生學習的環境	✓			
		6-3 展現熱忱的教學態度	✓			

授課教師簽名：王裕仁

觀課教師簽名：古教玄

基隆市正濱國民小學教師教學 觀察後會談紀錄及自我省思檢核表

教學時間：111.11.11 教學班級：403 觀察後會談時間：111.11.11

教學者：王裕仁 觀察者：古敦育

一、授課教師自我省思檢核表：(授課教師填寫)

序號	檢核項目	優良	普通	可改進	未呈現
1	清楚呈現教材內容	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	運用有效教學技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	應用良好溝通技巧	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	運用學習評量評估學習成效	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	維持良好的班級秩序以促進學習	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	營造積極的班級氣氛	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	其他：	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

二、授課教師自我省思、待調整或改變之處(由授課教師提出)

(一)時間掌控上，可以讓學生提早到科任教室。

(二)活動內容可以再結合其他的科技評量。

三、教學者教學優點與特色：(由觀課教師提出)

(一)學生專注於課堂內容學習。

(二)教室裡很熱鬧。

四、對授課教師之具體成長建議：(由觀課教師提出)

(一)學習活動內容可以再更深入。