

## 多元評量教學設計

教學主題：飲食與慢性病		學習領域	健體領域
教學對象	國中二年級	教學時間	一節
評量活動目標	1. 學習飲食習慣對慢性病的影響。 2. 倡導均衡營養的健康飲食習慣。 3. 實踐飲食習慣於生活中。		
相對應能力指標	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期及疾病，並提出預防策略。		
教學準備與教材教具運用	1. 康軒二下慢性病單元 2. 教學 PPT 3. 學習單(紀錄表+自評表) 4. 單槍、電腦等電子器材		
作業檢核與評量方式(比例)	上課參與 30%、學習單+檢核表 60%、口頭報告 10%		
教學活動		評量活動 (含基準與規準)	
(教學步驟與內容) 一、播放新聞短片，請同學分組思考並討論生活中有哪些飲食習慣導致慢性病發生。每組各派一上台列舉討論結果。 二、老師綜合說明飲食習慣對於慢性病的影響。 三、引導學生填寫學習單(見附件一)，並於三週後完成繳交。		(基準與規準) <b>基準一、能否正確說出健康飲食習慣會影響到慢性病。</b> 4分：問題回答正確的數量最多 3分：問題回答正確的數量次多 2分：問題回答正確的數量第三 1分：問題回答正確的數量最少  <b>基準二、是否能完成自我飲食習慣改善確實可行計劃</b> 項目：覺察自我飲食習慣問題、找出改善方法、擬定計畫 4分：確實說明計畫步驟 3分：大致說明計畫步驟 2分：出略說明計畫步驟 1分：無法說明計畫步驟  <b>基準三、是否能執行自我飲食習慣改善計劃</b>	

5分：三週時間完成 80%以上

4分：三週時間完成 60~80%

3分：三週時間完成 40~60%

2分：三週時間完成 20~40%

1分：三週時間完成 0~20%

**基準四、是否能宣導飲食習慣改善計劃讓家人了解**

5分：完成宣導請家人簽名願意執行改善計畫

3分：完成宣導請家人簽名但不願意執行

1分：未宣導給家人知道

附件一：

## 超級健康飲食計畫

我\_\_\_\_\_想改善有關飲食習慣的行為：\_\_\_\_\_

達成目標：\_\_\_\_\_

做法：\_\_\_\_\_

紀錄：

日期	做到情形	日期	做到情形

達成結果：

80%以上\_\_\_\_\_ 60~80%\_\_\_\_\_ 40~60%\_\_\_\_\_ 20~40%\_\_\_\_\_ 20 以下\_\_\_\_\_

心得分享：

完成後請家長簽名，並將這份學習單與家人分享！簽名：\_\_\_\_\_

並詢問家人是否願意一起來試試看健康飲食習慣改善計畫，請在下方勾選！

我願意改善飲食行為讓健康更好

目前沒有時間執行計畫，但已經了解健康飲食對身體的重要。