

迷营 · 饮赢

砂拉越古晋中华第一中学

课程主题	课程名稱	迷营 · 饮赢——走出营养迷思，迈向饮食赢家	
<p>1. 依据情境分析对课程发展、教师专业、学生素质、行政管理、社区资源等问题的探讨。</p> <p>2. 簡述課程的重要性、進行步驟、課程價值與預期效益。</p>	<p>说明</p>	<p>本课程旨在帮助学生打破常见的营养迷思，建立合理科学的饮食习惯，实现健康生活的目标。当今社会关于饮食健康的资讯泛滥，许多人常常被各种营养迷思误导，难以辨别何为正确的饮食选择。通过本课程，同学们将深入了解营养学的基本原理，学会应对常见的饮食误区，达到实现健康、平衡的饮食生活。近期，塑身也成为许多人追求的目标，但很多人往往在饮食方面陷入迷思，导致效果不佳或健康受损。本课程将引导学生学习如何合理搭配营养，控制热量摄入，选择适当的运动方式，实现健康、持久的塑身效果。</p> <p>课程发展：针对当今社会普遍存在的营养迷思和饮食不健康的情况进行分析和调研，以确保课程内容的针对性和实用性。同时，结合最新的营养学研究成果和健康管理理论，不断更新课程内容，使之紧跟时代发展和健康科学进步的步伐。</p> <p>课程价值与预期效益：学生能够获得科学的营养知识和健康管理技能，提高个人的健康意识和健康素养，并树立正确的均衡饮食观，改善生活方式，以预防和控制各种健康问题的发生。</p>	
		SWOT 分析	
		优势 S	<ol style="list-style-type: none"> 1. 营养及塑身的知识与学生的生活贴切，学生在知识的认知上不陌生。 2. 课程中导入游戏环节、分组合作、体育锻炼，倡导趣味学习，有利于引起学生的学习动机。 3. 参与的学生有发表的平台，锻炼学生的合作与表达能力，对教师所布置的作业（制作海报/阅读分享）完成度高。
		劣势 W	<ol style="list-style-type: none"> 1. 学生与老师都是第一次尝试跨学科教学，经验不足。 2. 参与的学生来自毕业班，课程时间紧凑，无法加入太多的学习单元。
	机会 O	<ol style="list-style-type: none"> 1. 学生可以通过自主学习，掌握学习的方法，获取更多课本外的知识。 2. 校外专家的加入，可以分享更多的实例，指导更有效的塑身方式及均衡饮食习惯的培养。 3. 除了课本上的文字理论，体健老师通过实际教学和示范指导同学们进行合适的塑身运动，增添课程的可行性 	

		威胁 T	1. 毕业班的学生课业和考试繁重，难以抽出时间和集中精力完成老师布置的作业 2. 掌握的技能有限，需要老师的协助（如实验操作/交流访谈）	
课程类别	<input checked="" type="checkbox"/> 初中		<input type="checkbox"/> 高中	
勾選跨科之年段、學科及類型	<input checked="" type="checkbox"/> 语文	<input type="checkbox"/> 数学	<input type="checkbox"/> 基础知识类	<input type="checkbox"/> 专业知识类
	<input checked="" type="checkbox"/> 自然科学	<input type="checkbox"/> 社会科学	<input type="checkbox"/> 艺能类	<input type="checkbox"/> 综合实践类
	<input type="checkbox"/> 艺术	<input checked="" type="checkbox"/> 体育与健康	<input type="checkbox"/> 加深加广类	
	<input checked="" type="checkbox"/> 科技与生活	<input type="checkbox"/> 综合实践		
	<input type="checkbox"/> 其他		适用于 <input checked="" type="checkbox"/> 初中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 初高中	
课程目标		自主学习	沟通协作	社会参与
采用 SMART 的原则来设定课程目标三领域，即具体 (Specific)、可测量 (Measurable)、可达到 (Attainable)、有关联 (Relevant)，以及有时限 (Time bound)	素养 ¹	<input checked="" type="checkbox"/> 身心平衡与美感素养	<input type="checkbox"/> 积极态度与正面价值	<input checked="" type="checkbox"/> 品德素质与人文关怀
		<input type="checkbox"/> 善用知识与运用科技	<input type="checkbox"/> 领导能力与团队合作	<input type="checkbox"/> 国家认同与多元文化
		<input type="checkbox"/> 创意思维与解决问题	<input checked="" type="checkbox"/> 语言素养与沟通表达	<input type="checkbox"/> 全球视野与永续发展
■學習目標寫法： 學習情境/工具+行為動詞+學習內容+達成目標標準 範例： [認知] 学生将透过观看教学视频，认识海洋垃圾产生的三个原因。 [技能]	認知	层次	目标	
		<input type="checkbox"/> 记忆 C1 <input type="checkbox"/> 理解 C2 <input type="checkbox"/> 运用 C3 <input type="checkbox"/> 分析 C4 <input type="checkbox"/> 评估 C5 <input type="checkbox"/> 创造 C6	C1 记忆：能掌握六大营养素及其功能 C2 理解：能明确阐明学习目标，且针对学习表现进行深刻的自我评价，即能把正确的健康饮食和塑身观念理解透彻。 C3 运用：能够运用食物搭配与热量控制的知识为自身制定饮食计划并培养健康的饮食习惯 C4 分析：能够准确分析文本内容，从中截取所需要进行讨论的重点。并且能深入分析海报主题，拟出海报内容	
	技能	<input type="checkbox"/> 模仿 P1 <input type="checkbox"/> 操作 P2 <input type="checkbox"/> 精确 P3	P1 模仿：能够按照课本上所学习的热量检测方法，验证食品中所具有的能量 P2 操作：能够依据老师所提出的课程内容要求，通过文章读本、网络	

¹ 这个部分可以由学校本身的核心素养替代。

<p>学生将通过各媒介搜集相关信息，并归纳整理出“各单位对海洋保育采取的积极行动”的关键内容，制作简报并分享。</p>		<input type="checkbox"/> 协调 P4 <input type="checkbox"/> 自然化 P5	<p>搜寻等管道，有效收集资料以制作海报，并在科学嘉年华活动中进行健康饮食和正确塑身的宣导。</p>
<p>〔情意〕 学生透过讨论与分享活动，能够接受针对改善海洋污染的各方提案，进而履行自身的责任行为。</p>	<p>情意</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 接受 A1 <input checked="" type="checkbox"/> 反应 A2 <input type="checkbox"/> 价值判断 A3 <input type="checkbox"/> 价值组织 A4 <input type="checkbox"/> 价值内化 A5	<p>A1 接受：学生在进行海报制作时，能领会到的健康饮食和正确塑身的重要性，并能表现在海报制作中。</p> <p>A2 反应 1：学生透过文本阅读、网络搜寻所获得的资料，编写成海报，并培养学生关注健康饮食的议题，主动参与健康饮食及正确塑身活动的意愿。</p> <p>A2 反应 2：学生能运用所学知识，带领身边的人应用营养知识做出更健康的食物选择。</p>
<p>课程形式</p>			
<input type="checkbox"/> 教学对象和人数	<p>教学对象和人数</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 年級：初三 2. 人數：34 人 	
<input type="checkbox"/> 课程时间多长 (同步 vs 异步)			
<input type="checkbox"/> 课程的空间 (实体 vs 虚拟)	<p>课程时数</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各科時數：科学 22 课时 + 华文 4 课时 + 体健 2 课时 2. 課程總時數：28×40 分钟 = 1,120 分钟 	
<input type="checkbox"/> 其他考量	<p>空间、环境与设备</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 實體教室類型：普通教室、實驗室、讲堂、雨盖篮球场 2. 设备：电子白板、移动展板、游戏棋盘 	
	<p>其他</p>	<p>SDGs 3: 良好的健康与福祉</p> <p>3.4 降低非传染性疾病的死亡率并促进心理健康</p> <p>3.8 实现全民健康覆盖</p> <p>根据联合国的调查指出 2022 年，大约有 24 亿人面临中度到重度粮食不安全问题致使部分人口无法获得充足的营养。与 2019 年相比，这一数字增加了 3.91 亿，令人震惊。通过将 SDGs 中的第 3 项目标“良好的健康与福祉”纳入塑身与营养的课程规划中，有助于培养学生维持健康生活方式的意识，可以为学生提供更全面、更有意义的健康教育，帮助他们在未来成为更健康、更有活力的个体。</p>	

与其他课程的联结

横向

学科整合

将综合科学、华文科及体育健康科跨学科的知识进行整合，培养学生多角度分析问题的能力，增强学生对营养学和健康饮食的全面理解

主题中心

围绕健康与营养学知识展开，通过项目是学习和设定多个主题进行深入探讨，培养学生的批判性思维和解决问题的能力，如收集资料、信息分析和讨论总结等。

灵活多样

通过多样化的教学方式和活动激发学生的学习兴趣 and 积极性。包含游戏教学、文本阅读、实验探究、塑身运动、海报制作和展览等。

强调应用

通过实际应用和实践活动，增强学生对所学知识的理解和运用能力。例如制定健康饮食计划和日常生活中对健康食品的选择、避免饮食误区等，培养健康的生活方式

横向

纵向

纵向

发展性

课程探索的内容和难度根据初三学生的发展特点进行合理的安排，逐步提高他们对健康饮食的认知和实践能力，使他们能够在每一个阶段都可获得知识和能力提升。

递进性

通过递进性的课程内容设计，使学生在不同阶段逐步提升对营养学和健康饮食的理解和应用能力，他们会发现营养学的知识变得越来越丰富、越来越实用，探索的难度也会不断增加。

连续性

确保课程内容的连贯性，使学生在不同时间段仍能够持续性地学习和应用营养学知识。学生的学习历程就像从健康塑身开始，逐渐向营养学知识深入发展。

期望的學習結果

Desired

Results

理解事項／持久理解(U)

- 学生能理解和解释营养素对身体健康的重要性。
- 学生能识别并纠正常见的饮食误区。
- 学生能通过实验和计算不同食品中所具有的热量。

		<ul style="list-style-type: none"> · 学生能与社区分享健康饮食的重要性，提升公众健康意识。 <p>■主要問題（核心問題）(Q)</p> <p>学生需从中学习到的核心问题如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> · 均衡饮食对健康的重要性 · 识别和纠正饮食中的常见误区 · 科学地规划日常饮食以满足身体的营养需求 · 通过实验计算食品中的所具有的热量 · 有效地向社区传递健康饮食的信息
<p>教学方法与策略</p> <p>跨閱 4.0 以 UBD 概念為本的課程設計教案為書寫格式，重視學習目標，及教學活動與評量之間的邏輯關係。</p>	<p>教学方法</p>	<p>教学方法：项目式学习（PBL）、游戏化教学、探究式学习（IBL）、合作式学习</p> <p>第一阶段：确定期望的学习结果</p> <p>大概念与持久理解</p> <p>1. 大概念：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 营养与健康塑身及均衡饮食之间的关系。 ● 各种营养素的功能与重要性。 ● 时下流行饮食方式的科学性及其对健康的影响。 ● 实施健康饮食计划的重要性。 <p>2. 持久理解：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 学生将理解营养素在人体健康中的重要作用。 ● 学生将能够评估和批判时下流行的各种饮食方式。 ● 学生将了解健康饮食对个人和社会的意义。 <p>3. 核心问题</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 为什么营养对人体健康如此重要？ ● 每种营养素对人体有什么作用？ ● 如何评估一个饮食方式是否科学？ ● 健康饮食对个人和社会有哪些好处？ <p>第二阶段：确定可接受的证据</p> <p>评估策略</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 前测与后测：通过游戏化教学进行前测以了解学生对正确塑身和营养知识的初始认知水

平，后测评估学生的学习成果。

- **项目作业**：学生分组完成不同营养主题的文本阅读与分享。并且通过营养主题海报的展示汇报探究成果。
- **实验报告**：学生进行食品能量检测实验，计算不同食品的能量并撰写实验报告。
- **课堂讨论与辩论**：通过项目作业中的讨论和辩论，评估学生的批判性思维和表达能力。

第三阶段：设计学习体验与教学活动——教学活动与策略

1. 引入阶段

激发兴趣：通过游戏教学指出时下关于健康塑身和均衡饮食的正确与错误观念，引起学生学习兴趣。

核心问题引导：提出核心问题，引导学生思考和讨论。

2. 探究阶段

文本阅读与分享：学生阅读与时下流行的营养和塑身相关的文章，在小组内讨论后在进行全班的分享。

小组合作学习：分组探究不同的营养主题，如常量营养素、时尚饮食、健康餐盘等，制作海报、进行分享和展示。

实验操作：进行食品能量检测实验，学习如何测定食品中的能量大小。

3. 应用阶段

知识分享：学生根据所学知识融入文本阅读及海报主题中，进行探究与整合内容，通过有效的逻辑与组织能力使分享过程更丰富有趣。

数据分析：通过实验中对不同食品的能量检测，辨别出高能量的食品，让学生在情境中应用所学知识选择合适、健康的食品。

4. 反思阶段

自我评估与同伴评估：学生通过实验数据分析、座谈会分享、文本阅读及海报主题的探究过程对健康饮食、食品营养有更高层面的认识，并自我评估和反思日常饮食习惯的均衡及健康性，并与同伴交换意见，进行讨论。

5. 总结与反馈：教师总结本单元学习内容，给予反馈，鼓励学生将所学知识应用到日常生活中，进一步推广至校园及社区中。

	各科活动安排： 综合科学：游戏化教学，实验操作，座谈会分享与交流，海报制作与发表 华文：文本阅读与分享 体健：塑身运动
教学策略	多元化教学，反馈与多样化评估，整合技术，奖励机制
任教老师	沈宛慧老师（初中综合科学科老师） 杨浩良老师（体健老师）

单元学习内容（应以 20 周，800 分钟，作为一个学习期限来设计，也方便学分的计算）			教学材料
周数/节数	单元主题	单元学习内容	
第 1 周 / 2 课时 18/04/2024	综合科学科 真伪难辨，迷宫寻真相	<p>1. 准备活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起动机：通过游戏中的问答环节，让学生认识营养和塑身的误区。 <p>2. 发展活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 以同学们日常生活中经常听到/看到的减肥塑身和营养资讯作为游戏中的题目 ● 在游戏的过程中探讨其中的误区及揭示真相，灌输正确的观念。 <p>3. 综合活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 老师在过程中引导学生辨别盲区，纠正错误的资料来源 	<ul style="list-style-type: none"> ● 时事新闻 ● 棋盘&骰子 ● PPT
第 2 周 / 7 课时 22-26/04/2024	综合科学科 探路宝典 食物中的营养成分及作用 食物与能量 营养与健康 饮食习惯和饮食结构 食品安全	<p>1. 准备活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起动机：通过 PPT 展示生活中常接触到的食物图片介绍六大营养素及其功能。 <p>2. 发展活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 学生自主阅读课本，老师再以提问的方式引导同学们说出我们的身体对各种营养素的需求、合理营养的条件及营养失衡的导因 ● 请同学们根据自身经验和上一堂课中游戏环节的反思，发表自己认为科学的饮食原则。老师再通过补充和 PPT 展示食物金字塔和均衡饮食的原则 ● 请同学们一起分析不同食物群在均衡饮食中的作用和贡献 ● 通过图片/实验影片的播放，展示检测食物营养素及食物能量的实验步骤。请同学们从课本中的实验步骤点出需要注意的实验事项 ● 以 PPT 展示食品安全问题的相关新闻报道，请同学们提出应该要如何保证自身所食用的食品是新鲜、安全的， 	<p>课本：初三科学第 8 章 食物与营养</p> <p>课件、学习单、作业</p>

		<p>老师再加以补充。</p> <p>3. 综合活动： 老师指导学生进行标准体重(BMI)的计算，以学习单与作业作为重点复习，归纳重点。</p>	
<p>第 3 周/2 课时 02/05/2024</p>	<p>体育与健康科 享“塑”生活 场地：雨盖篮球场</p>	<p>1. 准备活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起动机：结合 Tabata 和 HIIT 的开合跳、深蹲、高抬腿及波比跳，热身以提高心率 <p>2. 发展活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 强调身体活动对健康的益处，并提供各种运动和锻炼的建议。通过核心训练、上肢及下肢的力量训练、平衡与协调能力的训练和灵活性训练等不同类型的运动协调大脑控制核心。涵盖死虫式、改良版平板支撑、巴氏运动、登山步、平躺抬腿、卷腹，最后再以下肢力量协调测试（下肢画米字）、单脚起立及瑜伽放松做结束。 ● 强调健康与美的平衡，教导学生不仅关注外在形象，更要注重内在健康，追求身心健康的完美统一。 <p>3. 综合活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 老师在过程中引导学生了解不同类型的运动对身体塑形的影响，选择适合自己的运动方式，运用不同类型的运动及学习如何合理安排运动时间和频率来达到强身健体与塑形。 	

第 4 周/4 课时
08-09/05/2024

华文科
颠覆你的想象

PART I: 文本阅读

1. **准备活动:** 老师以范例引导学生进行深入阅读、提炼要点、最终反思与思考。

2. 发展活动:

- 各组同学根据老师提供的文本，选择感兴趣的主题
- 学生仔细阅读文本，理解其内容、观点和论据。根据老师的指导采取笔记或标记的方式来帮助理解和记忆重要信息。
- 学生进行阅读后，从文本中提炼出关键观点、信息和思想。并对所读内容进行反思和思考，与自己的经验和观点相结合。

PART II: 文本赏析

1. **准备活动:** 老师指导学生选择受众和有效的分享方式、如何概述要点、引用和举例并学习如何促进讨论。

2. 发展活动:

- 学生确定要分享的受众，考虑他们的兴趣、背景和需求。根据受众和内容特点选择合适的分享方式。
- 在分享文本时，需简要概述文本的主要要点和观点，让听众对内容有一个整体的了解。再通过引用文本中的具体例子、数据或引文，来支持他们的观点和论述，以增加分享的可信度和说服力。
- 老师制定加分项鼓励听众（学生）参与讨论，提出问题、观点和反思。听众可以分享自己的看法和经验，促进深入交流和思考。在分享和讨论过程中，学生学习尊重他人的观点和意见，包容不同的看法和观点，建立良好的交流氛围。

3. **综合活动:** 任课老师邀请其他参与跨科的老师参与分享会，并针对学生做出的文本分享做适当的补充，同时进行评量【文本阅读与分享评量】。

- 活动文本请扫描以下 QR



- 评量表（详见评估指标）

<p>第 5 周 / 3 课时 13/05/2024</p>	<p>座谈会 饮食与健康：揭开食品的迷思和误区 陈美琪女士 台湾驻吉隆坡健检诊所营养师 马来西亚营养协会永久会员 营养搭配与热量控制 膳食规划与饮食习惯</p>	<p>1. 准备活动：营养师先开始介绍各种食物的热量认知误区、不同的肥胖类型以及如何简易测量肥胖的方法作为起始调动同学们的兴趣。</p> <p>2. 发展活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 营养师指导学生如何通过合理的食物搭配，例如使用健康餐盘饮食法，利用手掌和拳头做简单的计量方式。通过控制热量摄入，达到减肥或塑身的效果，同时保持身体健康 <p>3. 综合活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 通过营养师的分享与指导，在座谈会结束后做一份心得报告以反馈座谈会所得。 	<p>同学们的心得反馈请扫描以下 QR</p> 
<p>第 6 周 / 4 课时 24/05/2024</p>	<p>综合科学科 窥探“它”的秘密 燃烧卡路里：不同类型的食物储存了多少能量</p>	<p>1. 准备活动 引起动机：请各组学生带一种适合燃烧，同时也是他们爱吃的零食到实验室。</p> <p>2. 发展活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 各组学生以实验室里所准备的实验器材及食品（如棉花糖、巧克力饼干、油条、坚果、烘干面包等）选择合适的食品进行能量检测实验。 <p>3. 综合活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 老师需以协调者的身份不断在学生的分享后加以补充，并指导同学们如何正确得选择作为实验的材料。 ● 老师根据学生的实验报告做评量【实验报告评量】 	<ul style="list-style-type: none"> ● 实验报告 ● 评量表(详见评估指标)
<p>第 6 周 25/05-02/06/2024</p>	<p>海报制作</p>	<p>*分组假期作业</p>	
<p>第 7 周 / 2 课时 07/06/2024</p>	<p>综合科学科 走出迷宮</p>	<p>1. 准备活动：老师提供主题及评量规准</p> <p>2. 发展活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 学生通过海报与师长分享及展示学习成果 ● 学生汇报对时下健康及营养议题的探究成果与发现、分析时下大众所面对的营养知识和误区。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 海报主题： 1. 常量营养素 2. 揭穿时尚饮食 3. 关于糖的真相 4. 打造健康餐盘

		<ul style="list-style-type: none"> ● 学生展示自身在课程中所习得的正确饮食、营养观念与海报主题的融合，完成反思 <p>3. 综合活动： 学生收集师长在听取汇报后所提供的反馈和建议，进行反思与检讨，优化海报内容。</p>	<p>5. 打破超级食品的神话 6. 热辣滚烫的贾玲</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 评量表（详见评估指标）
<p>第 8 周 25/06/2024</p>	<p>综合科学科 好康报你知</p>	<p>1. 准备活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 引起动机：向观展的同学和社区居民介绍坊间常听闻的饮食盲区、塑身误区，表达均衡饮食的重要性。 <p>2. 发展活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 学生总结学习成果，以海报展出的方式，在学校的科学嘉年华会上向全体师生分享和总结均衡饮食对塑身的重要性，并且进行健康饮食的推广。 <p>3. 综合活动：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 参与科学嘉年华活动，让各组同学在礼堂展示海报，向师生及参观者宣导均衡饮食的必要性和正确塑身的重要性。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 活动展板 ● 学生海报

评估方式	评估的形式与分数	评估的指标					对应课程目标（应以此表的课程目标一致）。
		5	4	3	2	1	
文本阅读与分享（20%）	理解与分析能力	对文本有深刻理解，能正确截取文中的至少4项重点，分享全面且有洞见	对文本有较深理解，能正确截取文中的至少3项重点，分享有见解	对文本有基本理解，能正确截取文中的至少2项重点，能分享主要观点	理解文本，能正确截取文中的至少1项重点，但分享内容不深入	对文本理解很少，未能从文中截取重点，分享不充分	C1 记忆 C2 理解 C3 运用 C4 分析 P2 操作
	沟通能力	积极参与讨论，表达清晰有条理且富有逻辑。并能正确回答同学们和老师的所有提问。	积极参与讨论，表达清晰有条理。并能正确回答同学们和老师的至少5个提问。	参与讨论，表达清楚但不深入。能正确回答同学们和老师的至少3个提问。	参与讨论，但表达较不清晰。能正确回答同学们和老师的至少1个提问。	很少参与讨论，表达不清楚。无法正确回答同学们和老师的提问。	A2 反应
海报制作（20%）	创意与设计能力	海报设计创意丰富、独特新颖，布局整齐、完美。颜色、字体等设计元素使用得当，极具吸引力，视觉效果突出	海报设计创意丰富，布局清晰。颜色、字体等设计元素使用得当，非常吸引人。	海报设计有创意，布局合理。颜色、字体等设计元素使用合理，有较好吸引力。	海报设计有些创意，但布局一般。颜色、字体等设计元素使用一般，有些吸引力。	海报设计简单、平淡无奇，布局混乱。颜色、字体等设计元素运用不当（颜色单调），缺乏吸引力。	P2 操作
	逻辑与组织能力	信息层次分明、组织非常清晰，逻辑性极强、观众可以清晰理解所有信息的关联	信息组织清晰，逻辑性较好、观众清晰理解80%的信息内容	信息组织合理，逻辑性一般、观众清晰理解50%的信息内容	信息有一定的组织，但逻辑性较差。观众理解25%的信息内容	信息排列无序、组织混乱，无逻辑性，观众难以理解信息的关联	C1 记忆 C4 分析

海报汇报与展出 (20%)	信息传达效果	<ul style="list-style-type: none"> ● 信息传达极为简洁,一目了然,且非常自信。 ● 能正确回答所有提问 	<ul style="list-style-type: none"> ● 信息传达非常清晰简洁,自信 ● 能正确回答80%的提问 	<ul style="list-style-type: none"> ● 信息传达清晰,但有些冗长。 ● 能正确回答50%的提问 	<ul style="list-style-type: none"> ● 信息传达基本清晰,有一定的自信,但不够简洁。 ● 能正确回答30%的提问 	<ul style="list-style-type: none"> ● 信息传达不清晰(信息量大且杂乱),缺乏自信,观众难以理解 ● 未能正确回答任何提问 	<p>C1 记忆 C2 理解 C3 运用 C4 分析</p>
	内容准确性	海报内容非常准确,能提出4项重点讨论内容,并且无任何明显营养信息错误	海报内容准确,能提出3项重点讨论内容,并且只有极少量营养信息错误	海报内容大部分准确,能提出2项重点讨论内容,但有一些营养信息的细节错误	海报内容基本准确,能提出1项重点讨论内容,且有少量营养信息错误	海报内容有明显营养信息错误或不准确,未能提出任何重点讨论内容。	<p>C1 记忆 C2 理解 C4 分析</p>
实验报告 (30%)	实验操作	操作非常规范,完全遵守实验安全规则和操作步骤。	操作规范,仅有少量可改进之处。	操作基本规范,偶尔有小错误。	操作有些规范,但有几次违反安全规则或步骤错误。	操作不规范,多次违反实验安全规则或操作步骤错误	<p>C1 记忆 C2 理解 P1 模仿</p>
	数据收集及分析能力	实验数据完整,能收集至少5组数据。分析准确、深入,且条理清晰	实验数据非常完整,能收集至少4组数据。分析准确,逻辑清晰有条理	实验数据完整,分析正确,能收集至少3组数据。但有一些细节上的问题	数据基本完整,能收集2组数据。分析基本正确,但有少量错误	数据不完整,能收集至少1组数据。分析不准确,有较大错误	<p>C4 分析</p>
	结论与反思	结论非常清晰、深入,科学依据明确,见解独到且全面。	结论清晰,科学依据明确,有深刻的简洁。	结论清楚,反思有一定的深度,但缺乏全面性。	结论基本正确,但反思较浅。	结论不清楚,反思不深入。	<p>A1 接受 A2 反应</p>

<p>心得反馈 (10%)</p>	<p>报告撰写能力</p>	<p>结构非常清晰， 语言非常简洁流 畅</p>	<p>结构非常清晰， 语言简洁流畅</p>	<p>结构清楚，语言 清晰</p>	<p>结构基本清楚， 语言较清晰</p>	<p>结构混乱，语言 不清</p>	<p>C1 记忆 C2 理解 C4 分析</p>
<p>评鉴方案</p>	<p>實作任務</p> <p>目标 (Goal) : 学生将展示他们对营养知识的理解，并能够识别和打破常见的营养误区，完成健康饮食主题展出计划，推动个人和社区的健康。</p> <p>角色 (Role) : 学生将扮演营养顾问的角色，通过资料汇总及资讯分享，改善个人或社区的饮食习惯。</p> <p>观众 (Audience) : 目标观众包括同学、老师和家长，特别是那些对均衡饮食和正确塑身有兴趣的人群。</p> <p>情景 (Situation) : 作为社区的一员，你需要为社区调查一些时下流行的健康和塑身课题，了解这些课题中的误区，并提出科学、可行的饮食和塑身建议。</p> <p>表现 (Performance) :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 文本阅读与分享: 各组同学根据文本阅读中内容的探讨和反思，通过海报与同学们分享健康饮食的误区，及倡导培养健康饮食习惯的重要性 2. 主题海报展出: 根据资料收集和分析，设计并在全校性科学嘉年华会上呈现关于“走出营养迷思，迈向饮食赢家”的主题海报展览，介绍常见营养误区及其科学解释，提供健康饮食和正确塑身建议 3. 实验报告: 通过对不同类型食物的热量计算实验，撰写一份报告说明自己在实验过程中的收获，以及在实施实验过程中遇到的挑战，并提出合理的解决方案 <p>标准 (Standards) :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 知识理解: 学生能够准确识别和解释常见的营养误区，展示对营养知识的深刻理解。 2. 探究能力: 学生能够设计和实施有效的探究方法，收集和分析数据及资料 3. 沟通能力: 学生能够设计并进行有影响力的分享，清晰地传达信息与观众互动。 4. 实用性: 分享的时下流行的健康饮食计划，纠正错误的营养误区，总结正确饮食观念 5. 反思能力: 学生能够对自己的学习历程进行深刻反思，提出改进意见 <p>其他證據</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 课堂讨论和互动: 通过观察学生在课堂上的讨论和互动，评估他们对营养知识的理解和应用能力 2. 小组项目和合作: 通过小组合作项目，评估学生的团队合作能力和在实际情景中应用知识的能力 3. 个人学习心得: 要求学生定期记录他们的学习过程、问题和心得，通过这些记录评估学生的学习深度和反思能力 4. 期末测验: 通过测试评估学生对营养知识的掌握情况 						

