

附件 2

新北市 114 年度數位學習創新教案徵選活動實施計畫

教案設計(範例)

服務學校	新北市立重慶國民中學	設計者	周君豪
領域/科目	校訂課程	實施年級	七年級
單元名稱	美食之旅(健康飲食)	總節數	共 1 節, 45 分鐘
行動載具 作業系統	<input type="checkbox"/> Android 系統 <input type="checkbox"/> Chrome 系統 <input type="checkbox"/> iOS 系統 <input checked="" type="checkbox"/> Windows 系統		
設計依據			
學習 重點	學習表現	1. 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2. 認識各大營養素, 更有智慧的選擇食物。 3. 能透過向他人介紹在地文化特色及關心社區發展。 4. 能利用適當的數位工具進行學習並解決在地文化的環境問題。	核心素養 1. 人文關懷: 能夠實踐自我探索, 關懷社區環境, 認識在地文化, 具鄉土情懷, 認同台灣。 1-2-1 能透過向他人介紹在地文化特色及關心社區發展。 1-2-2 能善用地文化資源及自然環境, 以增進美感體驗。 2. 科技跨域: 能具備資訊科技整合能力, 並夠發現問題, 思考問題, 解決問題, 且能與他人雙向溝通, 達成團隊合作。 2-2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養, 並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 2-2-1 能利用適當的數位工具進行學習並解決問題。
	學習內容	1. 認識食物金字塔與健康飲食的方式 2. 認識各大營養素, 更有智慧的選擇食物與烹調方式	
議題 融入	實質內涵	[家庭教育] 具備探究家庭發展、家庭與社會互動關係及家庭資源管理的知能; 提升積極參與家庭活動的責任感與態度; 激發創造家人互動共好的意識與責任, 提升家庭生活品質。 [科技教育] 具備科技哲學觀與科技文化的素養; 激發持續學習科技及科技設計的興趣; 培養科技知識與產品使用的技能。	

觀看 6 大類食物書籍並劃記重點，完成後進行 10 題六大類食物測驗。

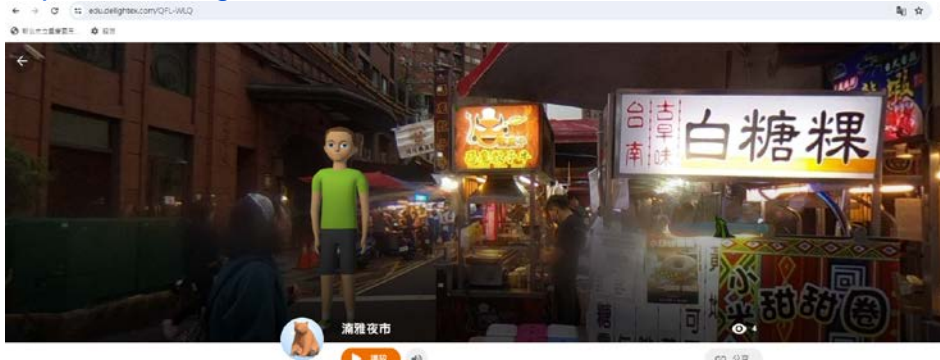
三.組內共學

1.學生沉浸式體驗 滿雅夜市 VR

學生在 VR 中移動，觀察夜市攤位上的食物，並將發現的食物依據六大類食物進行分類記錄(兩人一組合作紀錄)

兩人一組，將透過 VR 頭盔瀏覽器探索滿雅夜市，

<https://edu.delightex.com/QFL-WLQ>



任務是找出夜市美食並判斷其營養分類。

2. 分組討論：學生以小組為單位，針對在 VR 中選定的三種夜市美食，討論它們是否符合健康飲食原則。

3. 任務設計：在學習單中，針對不健康的食物，提出**「飲食製備與創意運用」**的優化建議（例如，如何搭配其他食物、改變烹調方式、或使用健康食材）。

4. 優化意見可參考學習吧影片

[「我的餐盤」均衡飲食_青少年篇](#)

15
分
鐘

評量工具：平板

評量內容：分類。

評量方式：學習單。

評量工具：平板
VR 頭盔。

我的餐盤 聰明吃·營養跟著來



四.組間互學



學生在元宇宙會議室中抽題搶答，各組上台分享做法。教師將滴雅夜市攤位圖作成簡報，各組進入 EWova 平台後，站定藍色圈圈位置將召喚的攤位物件顯示出來，請同學提供優化意見，並在元宇宙講台區秀簡報畫面並且進行口頭發表，大屏幕上將同步顯示字幕。

分組討論 (合作學習)

評量內容：食物優化

評量方式：學習單。

評量工具：紙本。

10分鐘

評量內容：分享成果

評量方式：上台報告。

評量工具：互評。

5分鐘



五.教師導學

1. 數位評量：運用「南雅夜市 WordWall」進行即時互動遊戲，檢測學生對六大類食物分類的理解。
2. 總結：教師總結本節課所學，強調健康飲食的重要性。

評量：

1. Wordwall



評量內容：六大營養素

評量方式：
WORDWALL

評量工具：平板。

教學成果



	說明:複習六大類食物	說明:學習吧自學並作測驗
		
	說明:探索滿雅夜市 VR 並紀錄在學習單	說明:元宇宙平台報告學習單內容
<p>教學心得與省思</p>	<p>本教案設計的亮點在於利用 VR 元宇宙技術 (Cospaces) 提供沉浸式的學習體驗，讓抽象的營養學概念與學生生活經驗中的在地美食 (如滿雅夜市) 連結起來。透過讓學生實際在虛擬環境中「走訪」並「檢視」食物，達成了數位工具應用、在地文化探究，以及健康飲食學習的多重目標。</p> <p>這種將 VR 沉浸式體驗與後續的合作討論相結合的教學模式，就像是讓學生先戴上「科技放大鏡」深入微觀世界，然後再回到現實中進行「化學分析」，確保他們不僅看到事物本身，還能理解其背後的知識結構。</p> <p>學生使用 VR 頭盔結合滿雅夜市場景，搭配學習單介紹六大類食物，並提出美食優化意見，學生覺得新奇有趣。前後測 10 題六大類食物的成果來看，後測普遍高於前測。學生對 VR 頭盔的熟習度需要加強，同一堂課切換 APP 到 EWova 元宇宙平台，有部分學生跟不上，建議可以延伸到下一堂課跨班進行。</p>	
<p>參考資料</p>	<p>https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=4086</p> <p>https://npower.heho.com.tw/learn-healthy-eating-2</p> <p>https://edu.delightex.com/QFL-WLQ</p> <p>https://wordwall.net/tc/resource/63197278/%E6%B9%B3%E9%9B%85%E5%A4%9C%E5%B8%827%E9%A1%8C</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=jZLEeXsPreg&t=60s</p>	

附件

七年_____班第_____組 座號_____姓名_____



紀錄夜市中五個攤位不同美食並分析其營養類別。

選定的三種夜市美食，討論它們是否符合健康飲食原則。

針對不健康的食物，提出**「飲食製備與創意運用」**的優化建議（例如，如何搭配其他食物、改變烹調方式、或使用健康食材）。

附錄

攤位名稱	商品名稱	主要營養素類別	次要營養素類別	優化建議