

七習慣闖關-HI 主動積極

四年忠班導師 陳彩潔、科任教師 王子妍

本次七習慣樹定點一主動積極，是由四忠的彩潔老師以及子妍老師一起設計、合作，並帶領每位學生共同完成的關卡。這個關卡的设计核心是由六大類食物出發，讓學生能夠認識六大類食物的分類以及食用的份量，並搭配觸控大螢幕，讓每位學生都能上台操作，不僅實用也增添了不少學習的樂趣喔！

從一開始的開場到最後的營養教育，每個部份都是透過學生的積極參與，以及老師們滿滿的知識傳遞才能有此好表現！看到活動現場，每位學生都發揮主動積極的精神、表現地落落大方，如此優異的表現與學習精神，令所有參與活動的師長們都讚不絕口。希望每位學生都能夠透過此次的互動式遊戲學習到豐富的知識，並實際運用到生活中喔！



為了讓學生對於食物六大類更了解，此次設計的健康飲食活動，讓學生透過遊戲互動及發問了解平時所吃的食物，以及身體應該攝取的營養素。

為使學生在活動開始前能夠互相熟絡，我們運用團康遊戲一大風吹，透過該活動聽見如「昨天晚餐有吃蔬菜的人」、「早上有吃早餐的人」或是「喜歡喝牛奶的人」，可以一起動起來，同時也思考平日自己所吃的食物到底有哪些？

團康遊戲結束後，彩潔老師帶著學生使用大屏幕，操作「食物六大類」遊戲，讓學生思考哪一些食物屬於哪一類。該遊戲運用食物圖片，讓學生拖曳到正確盤子上，結束後彩潔老師會與同學一起討論屏幕上的食物各為哪一類，學生們也能透過該活動對平日的飲食有進一步的認識與了解。

