

國立水里高級商工職業學校

教職員工出差研習心得建言表

100 年 11 月 3 日

研習主題：100 年推動教師專業成長研習			
研習時間	100 年 10 月 21 日	研習地點(單位)	主辦：健康與護理學科中心 地點：台中一中 主講：劉潔心、劉貴雲教授
<p>一、研習（會議）摘要：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 促進健康生活型態2. 健康飲食的思維與教學實踐3. 建構校際策略聯盟與教師夥伴學習同儕支持系統4. 藉由教學經驗之實務分享與探討，以激勵教師教學熱忱，達到橫向資源整合與連繫 <p>二、心得分享：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 人的飲食習慣，反應在健康的問題，國人飲食調查，肥胖與帶來的疾病，已威脅國人健康，耗費醫療資源，而飲食改善可預防這些慢性疾病。2. 決定個人飲食是否合宜之最大影響因素仍個人之營養知識、行為與態度，而更應從小建立觀念及習慣；透過教學活動設計、團體討論方式，建立學生正向思考，建立積極態度。3. 課程後，試圖讓教學活動延伸到家庭中，以達到教學目標。 <p>三、建議事項：無</p>			
出差(研習)人：鄒淑子		單位主管：	校長：