

105上課程重構計畫成果

醫學與健康

黃麗蓮

email: lihlian@mail.mcu.edu.tw

大綱

1. 前言
2. 計畫預訂的目標
3. 達成的目標
4. 達成目標的原因
5. 課程反思
6. 後續調整規劃

前言

- 攝取足量的蔬菜水果及規律地運動可預防便秘、高血脂症、肥胖、癌症、心血管疾病及糖尿病
- 大學生每日蔬菜攝取達3份（含）以上者**14.5%**
水果攝取達2份（含）以上者只佔**15.5%**
每週運動達3次（含）以上者只佔**39.9%**
- 為了讓同學瞭解自己目前的行為將造成未來的健康問題，
筆者在通識課程「醫學與健康」的一個班級採用「問題導向學習」(Problem-Based Learning, PBL)，另一班採用教師講授為主(Lecture-Based Learning, LBL)的教學策略。

計畫預訂的目標

課程目標

1. 學生能夠識別常見疾病的危險因子
2. 學生能夠選擇健康的生活型態行為
3. 學生能夠區分身體所發出的警訊

達成的目標

- 從學生的**期中考試成績**、**期末不記名填寫問卷**可以知道學生能夠達到本課程的
 - 目標1.** 學生能夠識別常見疾病的危險因子
 - 目標3.** 學生能夠區分身體所發出的警訊
- 從學生期末繳交的**自評報告**、**不記名填寫問卷**可以看到學生能夠達到本課程的
 - 目標2.** 學生能夠選擇健康的生活型態行為

學生的期中考試成績

- 採用「問題導向學習」教學策略的班級有62位學生參與期中考試，無人不及格
- 採用「教師講授為主」教學策略的班級有82位學生參與期中考試，**只1位不及格(49分)**
- **99.3%** ($=((62+82)-1)/(62+82)$)的學生能夠達到本課程的學習目標1（學生能夠識別常見疾病的危險因子），及目標3（學生能夠區分身體所發出的警訊）。

同學的學習反思自評報告 (1/2)

- 學生甲 (來自「教師講授為主」的班級)：
雖然勉強到達蔬果579的健康攝取標準，
但是相較於一開始，
平均每日所攝取的蔬果量是逐漸增多的。
現在我的腦袋裡，
「只要肉肉就好」的觀念已拋於大海之中，
取而代之的是
「蔬果多吃，健康天天有」的想法。

同學的學習反思自評報告 (2/2)

- 學生乙(來自「問題導向學習」的班級)：
每週蔬果攝取上傳這項功課，
不僅記錄了每週蔬果攝取量，
也提醒我在未來週必須更加注重和維持住已經
不及格的蔬果攝取量，
在前幾週很明顯我的蔬果攝取量不足，到後來
我開始慢慢的以維持日常蔬果量為主要目標，
再以慢慢增加為目標，
例如有空時，我會提早些時間為自己準備午餐
帶到學校，來逐漸提升我的蔬果攝取量。 8

達成目標的原因

- 每週授課主題
- 教學活動設計
- 成績考核

黃麗蓮教師每週授課主題

1. 簡介醫學與健康
2. 睡眠
3. 就醫與服藥
4. 憂鬱症 / 自殺
5. 高血壓 / 心肌梗塞 / 腦中風
6. 體重控制
健康飲食與衛生
7. 健康體能 / 背痛
8. 癌症
10. 遺傳與健康
11. 流行性感冒
12. 視力保健
13. 事故傷害
14. 糖尿病
15. 性病
16. 沉迷成癮
17. 過敏症

學生每週課前找資料、上傳作業 及課後互評 (1/2)

- 採用「教師講授為主」教學策略的班級，
在開學後的第 1-2 週（學生加退選課期間），
教師說明本班每位同學需於
課前一週內找尋單元主題相關資料，
上傳資料(作業)至moodle，
每位同學於課後一週內至moodle
互評5位同學作業。
每位同學自選一週上台報告
該週課程單元的相關資料 2-3 分鐘

學生每週課前找資料、上傳作業 及課後互評 (2/2)

- 採用「問題導向學習」的教學策略的班級，
在開學後的第1-3週，教師請每4-6位同學組成一個小組
第3-15週的每週課程的最後20分鐘，小組組員閱讀下週主題之「問題導向學習」教案，進行小組討論，
提出相關的學習議題。
各組每週課後依其組員所決定的學習議題，找尋相關資料
每位組員將自己找到的相關資料上傳至moodle。小組討論
整理所找到的相關資料，製作上台簡報的powerpoint 檔案
第4-16週的每週的第一節課之50分鐘，各小組代表上台報告該週課程單元的相關資料2-4分鐘。
課後每位組員每週上網至moodle進行組員互評。

成績考核

- 組員互評 vs. 作業互評 20%
- 課堂小組報告 vs. 課堂報告 20%
- 期中考試 20%
- 自評報告 20%
- 出席 20%

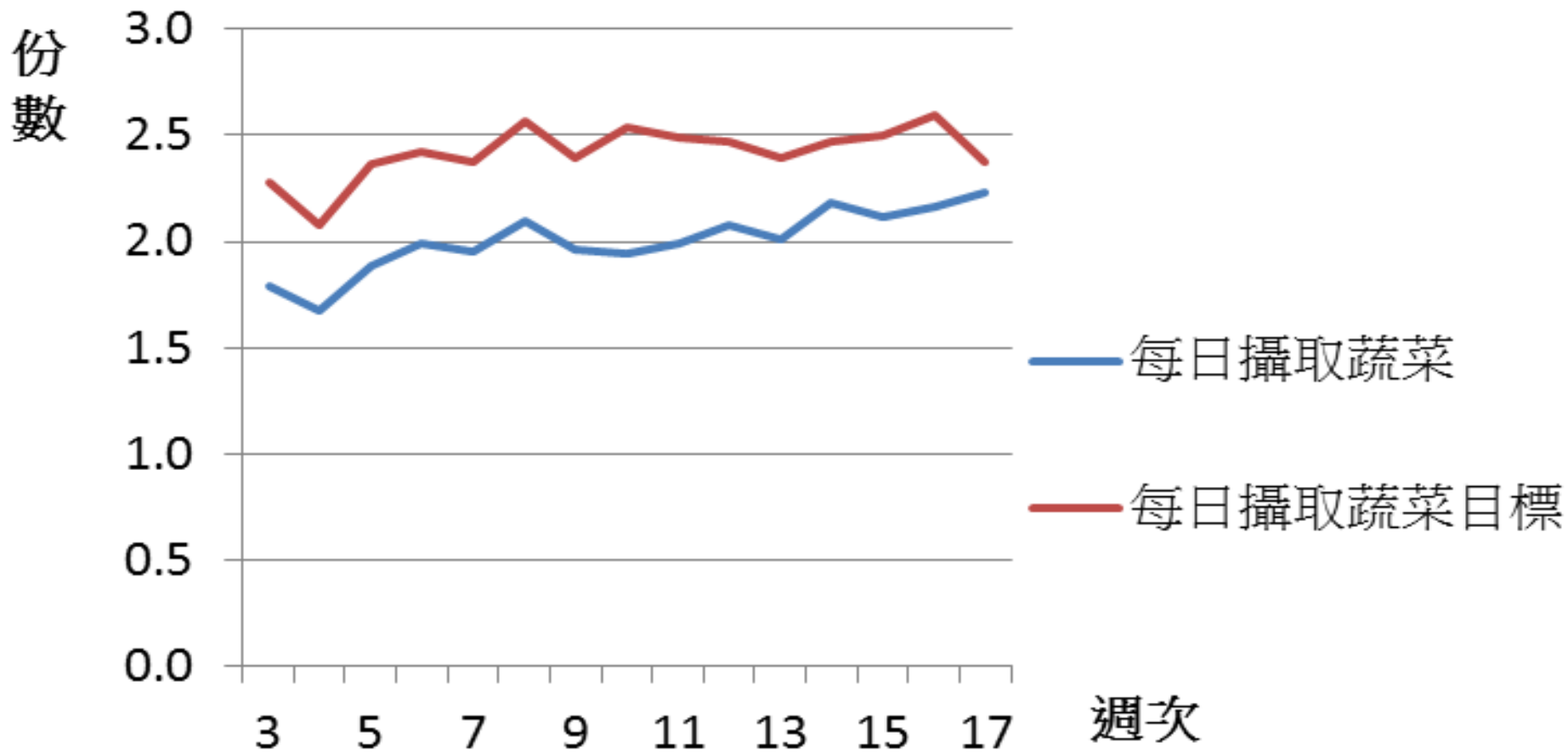
學生期末不記名填寫問卷結果 (五點量尺)

題目	PBL n=51	LBL n=61
	平均分數	
1. 這門課讓我思考了以前我沒有想過的問題	4.6	4.4
2. 我從這門課學到有價值的知識或技術	4.6	4.4
3. 這門課讓我的視野更拓展，增加更多觀點	4.6	4.4
4. 我認為課程的預定目標已經達成	4.4	4.3
5. 課程的各種安排與設計幫助我學習與瞭解這門課	4.5	4.3

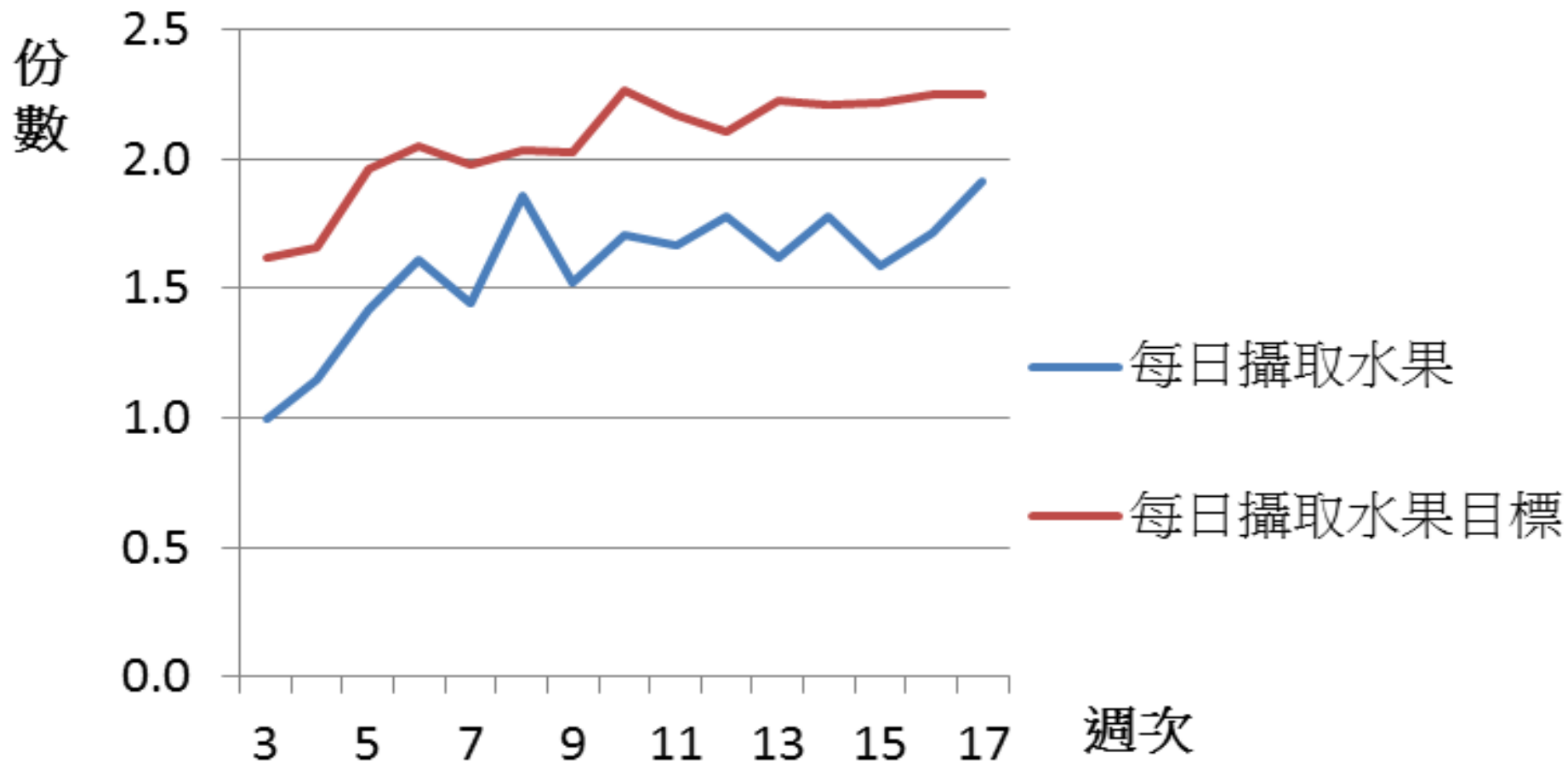
課程反思 (1/3)

- 105上課程重構計畫與前不同處之一是：
請學生每週課後上網至Moodle填寫平均
每日蔬果攝取量並設立下週蔬果攝取量目標
大學生自己設立目標，可以增加其蔬果攝取量

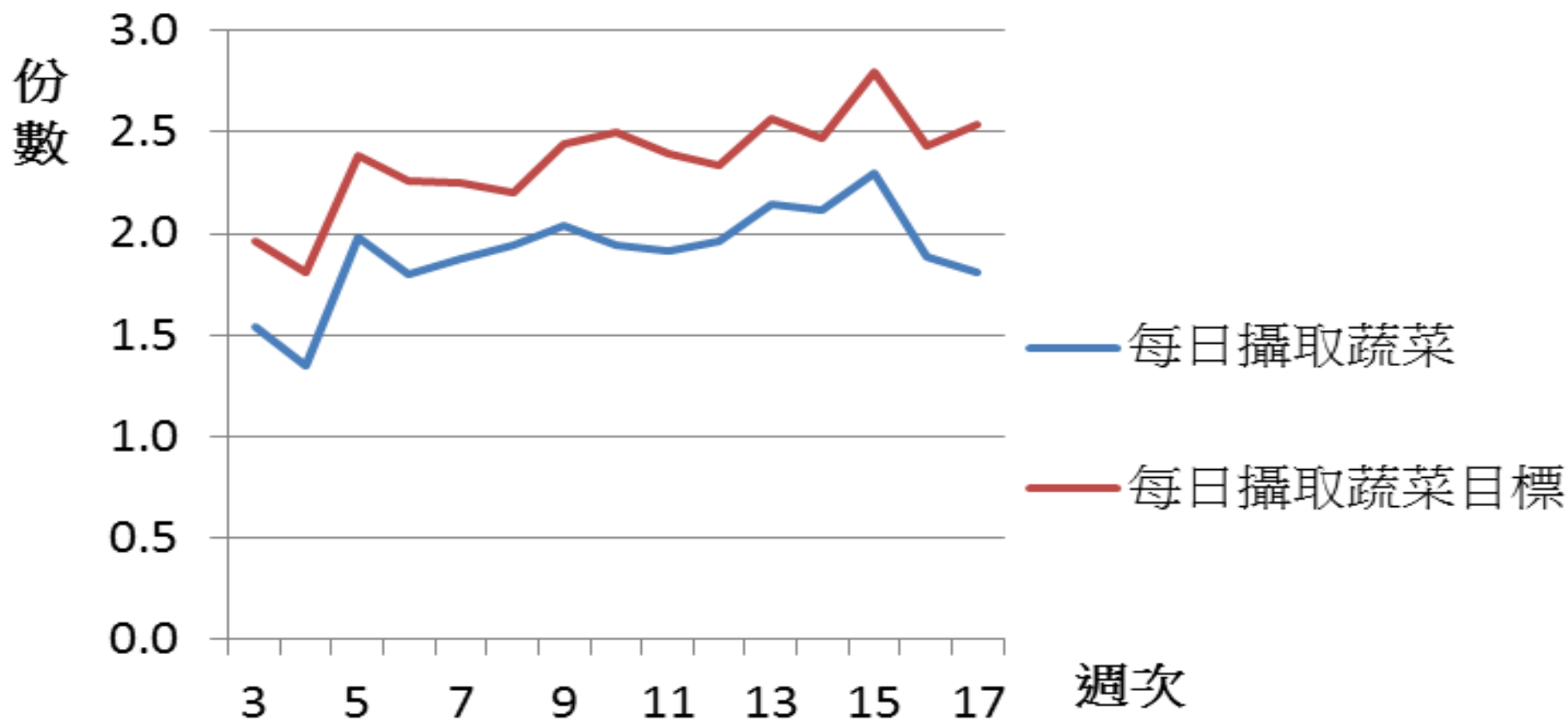
「問題導向學習」班級學生的每日蔬菜攝取量及其目標



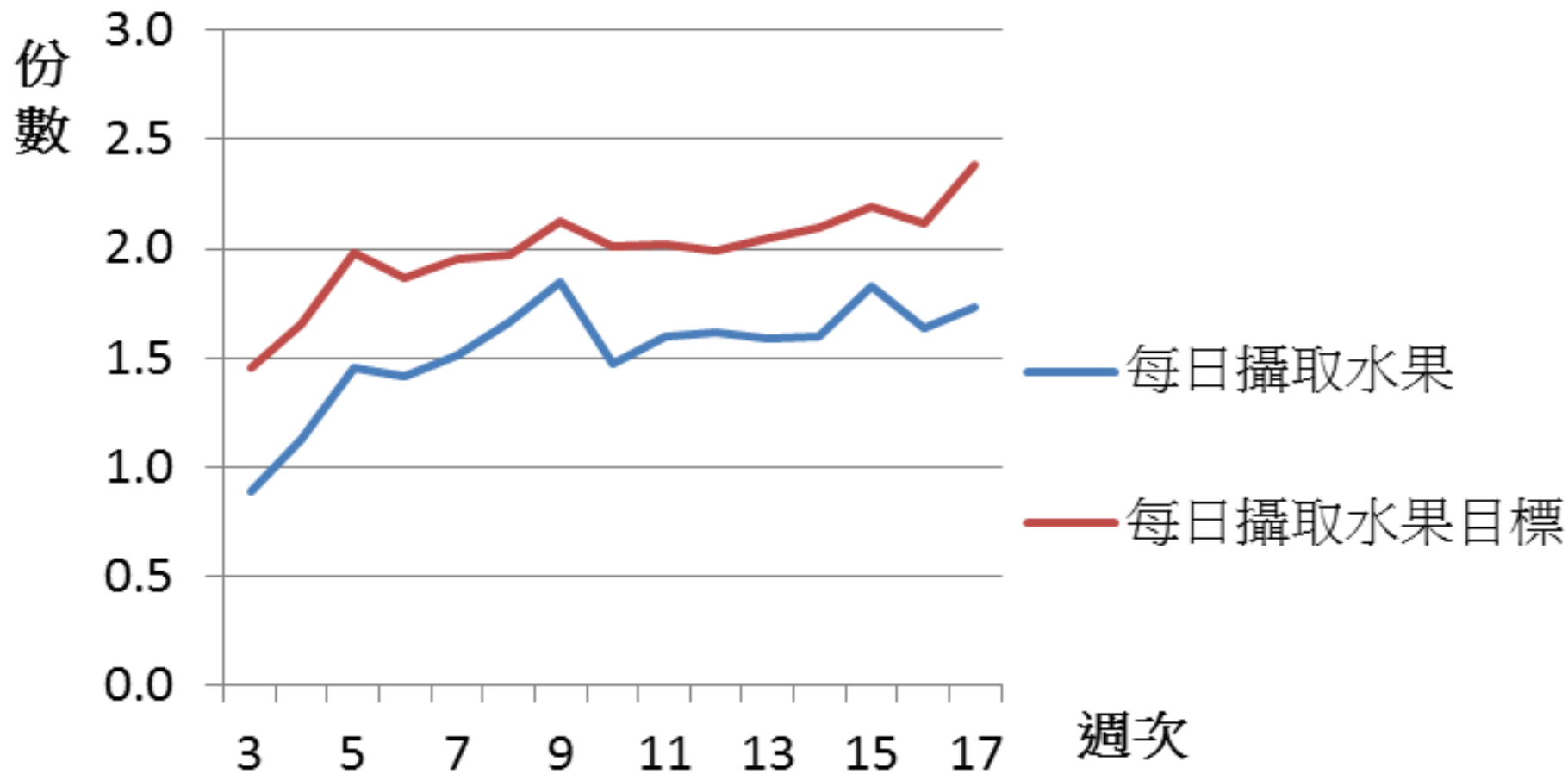
「問題導向學習」班級學生的每日水果攝取量及其目標



「教師講授為主」班級學生的每日蔬菜攝取量及其目標



「教師講授為主」班級學生的每日水果攝取量及其目標



課程反思 (2/3)

- 105上課程重構計畫與前不同處之二是：
採用「問題導向學習」教學策略的班級：

(1)每一組人數從10人降至4-6人；

(2)每組隔週至少派代表1人上台報告

(3)組員互評項目從六項合併成二項。

- 效果如何？

學生對於組員人數及互評項目已無進一步建議
仍有一位同學建議：報告可以少一點

學生期末不記名問卷：課程的各種安排與設計
幫助我學習與瞭解這門課，五點量尺平均4.45

課程反思 (3/3)

- 105上課程重構計畫與前不同處之三是：
採用「教師講授為主」教學策略的班級，
每位同學於課後一週內至moodle
互評同學作業人數從3位增至5位
- 效果如何？
學生對於互評同學作業人數已無進一步的建議

後續調整規劃 (1/3)

- 105上有同學於第8週在教學反應問卷上建議：
「作業在Moodle上的繳交時間能否一致，
有時候一不小心做完才發現記到別的時間或是
已錯過時間了。
建議每週自評、互評、每週查的資料三者上傳
時間能一致」；
有兩位同學於第17週在學生回饋問卷建議：
「Moodle繳交作業、問卷、評分時間一致」；
因此，後續調整規劃之一是：

Moodle繳交作業、問卷、評分時間一致

後續調整規劃 (2/3)

- 105上有同學於第15週在期末自評報告上建議：
「同學報告依舊有重複內容的問題，
建議在學期初讓同學們找到同一週報告的組員
後，再一起填報告名單，
這樣才能使不熟識的同學能開始討論，
以改善報告重複主題的問題」。
因此，後續調整規劃之二是：
學期初請同學們找到同一週報告的組員後，
再一起填報告名單；
請各週報告同學討論並協調報告內容不可重複

後續調整規劃 (3/3)

- 105上有同學於第17週在學生回饋問卷建議：
「互評分數不公正。互評方式需調整」
因此，後續調整規劃之三是：
學期初請每位同學依作業互評標準評分！
若作業被亂評(低分未寫理由)，
歡迎向教學助理提出！

作業互評標準一

- 作業參考資料的品質與數量，要求如下：

1. 資料內容與課程單元主題相關
2. 資料內容來自官方網站或學術期刊
3. 資料的出版年代新（近五年）
4. 參考資料的數量兩篇以上或針對資料寫心得

作業符合上述四項要求者給5分

作業符合上述任三項要求者給4分

作業符合上述任二項要求者給3分

作業符合上述任一項要求者給2分

作業不符合上述四項要求者給1分

作業互評標準二

- 作業附完整的參考資料來源，要求如下：

1. 作者
2. 標題
3. 出版年或引用時間
4. 出版地或網址

作業的參考資料來源符合上述四項要求者給5分

參考資料來源符合上述任三項要求者給4分

參考資料來源符合上述任二項要求者給3分

參考資料來源符合上述任一項要求者給2分

參考資料來源不符合上述四項要求者給1分

課堂分組討論PBL教案



學生課堂報告小組成果



預防腦中風

- 定期健康檢查
- 控制血壓、血糖、血脂肪
- 多選用植物油 (橄欖油、葵花油)
- 規律適度的運動、控制體重
- 戒菸、飲酒適量 (尼古丁會加速動脈)
- 保持情緒穩定、注意保暖

謝謝聆聽

敬請指教