

# 105下課程重構計畫成果

## 醫學與健康

黃麗蓮

email: [lihlian@mail.mcu.edu.tw](mailto: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65位學生參與期中考試，只有2位不及格  
(1位59分，另1位58分)
- 採用「教師講授為主」教學策略的班級  
有57位學生參與期中考試，只有2位不及格  
(都是59分)
- **96.7%** ( $=((65+57)-4)/(65+57)$ )的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)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)：

這門課每個禮拜都要寫下每周蔬果攝取量及下周蔬果攝取量目標，在上這門課之前，我並不會太去注意自己每日的蔬果攝取量，但每周都記錄，漸漸養成習慣之後，買飯都會開始注重蔬菜的攝取量及攝取種類，慢慢地也開始主動買水果來吃。增加蔬果的攝取量和攝取種類，減少了一些不必要的加工食品及過多的油炸類、肉製品，宵夜選擇也買較清淡的食物或者水果，雖然一開始真的有點難受，但習慣之後，腸胃確實大大減少了不適感，排便次數也比以往多一些。

# 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)：

在4月多的時候，**我的痛風開始復發**，其實我真的有害怕到，因為腳又熱又腫又脹又痛，讓我完全無法行走。**我甚至很期望老師能趕快有痛風的課程。但是好像一直沒機會遇到。**後來我去看了醫生，也**仔細地跟醫生詢問發生的因素**，醫生說身體內尿酸過高無法排出，因此造成關節的地方出現尿酸結晶。再膨脹後造成上述的狀況。也因此**我跟醫生詢問要吃甚麼藥以及如何去改善體質**。醫生開了秋水仙鹼給我，這個藥能治療急性痛風，但相對這個藥也很傷胃。後來在急性痛風過了之後，我也拿了優力康定，這藥能有效排除尿酸，但也相對需搭配大量的水幫助尿酸排除。而現在也**為了要降低尿酸**，我盡可能避免高普林的火鍋湯、肉汁、紅肉、菇類等時候。並且多量攝取綠色蔬菜、水果以及水分來促進尿酸排除。說真的，要不是有上到**就醫與服藥**那堂課，也許我還只是個傻傻吃藥的人，不會去了解自己的病症原因，也不會去了解自己該吃甚麼藥以及如何去改善本身的病症。



# 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。

# 課堂分組討論PBL教案





# 學生課堂報告小組成果



# 成績考核

- 組員互評 vs. 作業互評 20%
- 課堂小組報告 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=46	LBL n=46
	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	4.7	4.5
3. 這門課讓我的視野更拓展，增加更多觀點	4.5	4.4
4. 我認為課程的預定目標已經達成	4.3	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	4.4



# 課程反思 (1/3)

- 105下課程重構計畫與前不同處之一是：  
Moodle繳交作業、問卷、評分時間一致

- 效果如何？

採用「教師講授為主」的班級的學生對於  
Moodle繳交作業已經沒有進一步的建議

採用「問題導向學習」的班級有一位生建議：  
希望作業能有時間提醒；

另一位學生建議：老師可以把上課當天晚上的  
時間開給上星期忘記交作業再moodle上補交

# 課程反思 (2/3)

- 105下課程重構計畫與前不同處之二是：  
採用「教師講授為主」教學策略的班級：  
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
- 效果如何？  
學生對於報告內容已經沒有提到重複

# 課程反思 (3/3)

- 105下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：  
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！
- 效果如何？  
學生對於作業互評已經沒有提到被亂評

# 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

# 後續調整規劃

- 105下採用「教師講授為主」的班級，有同學於第8週在教學反應問卷上建議：可以將上課發言納入評分  
有一位同學於第17週在學生回饋問卷建議：  
讓課中回答教師問題者加分，促使學生上課踴躍發言
- 104上，課堂參與的成績60分以上者只有14位(20%)  
(=14/(75-4)，期初選課人數75，期中退選4人)
- 104下，作業互評的成績60分以上者有61位(66%)
- 105上，作業互評的成績60分以上者有48位(62%)
- 105下，作業互評的成績60分以上者有29位(50%)
- 因此，後續調整規劃是：  
將上課發言及作業互評都納入評分

# 106上課程反思

- 106上課程重構計畫與前不同處是：  
採用「教師講授為主」的班級
  1. 將上課發言及作業互評都納入評分
  2. 課堂上採用互動學習平台呈現教師提問，  
同學可以使用手機回答教師提問
- 效果如何？  
互動學習平台UMU，免費版只能30位學生使用  
互動學習平台moodle

謝謝聆聽

敬請指教