

嘉義縣內埔國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表

|              |  |                    |   |                   |             |
|--------------|--|--------------------|---|-------------------|-------------|
| 年級           | 三年級  | 課程設計者              | 楊美緩、郭鳳書、林于馨、黃慧萍   | 教學總節數<br>/學期(上/下) | 60 節<br>上學期 |
| 年級<br>課程主題名稱 | 健康「心」選擇  | 符合校訂<br>課程類型       | <input checked="" type="checkbox"/> 第一類 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類  |                   |             |
| 學校<br>願景     | 讀創思享樂活遊  | 與學校願<br>景呼應之<br>說明 | <p>透過營養餐點的規劃，讓學生以小組合作的方式共同學習，啟發孩子們的創造力。</p> <p>指導學生擁有良好的健康生活知能，以及積極實踐健康的生活型態。</p>   |                   |             |
| 總綱<br>核心素養   | <p>E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p> <p>E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。</p> <p>E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。</p> | 課程<br>目標           | <p>選擇有益身體的健康食物，並設計符合健康原則的餐點，運用文字說明、插圖，以創新思考方式與團隊成員合作以完成班上的菜單設計。</p> <p>藉由閱讀網頁與書籍內容，獲取所需資訊，培養使用熱量計算 APP、基礎代謝計算器等能力，以正確分析所查詢的資料。</p> <p>透由熱量的消耗計算，了解運動的重要，並培養規律運動的生活習慣，擁有健康的生活型態。</p> |                   |             |

| 教學進度                | 單元名稱    | 教學活動  | 連結領域/議題 | (領綱)學習表現  | 自訂學習內容                    | 學習目標  | 表現任務 (評量內容)  | 教學資源  | 節數 |
|---------------------|---------|---|---------|---|---------------------------|---|--|---|----|
| 第(1)週<br>-<br>第(2)週 | 食在安心(一) | <p>活動一：剪貼特攻隊</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>介紹鄰近公共圖書館資源</li> <li>參觀曾南居圖書館。(1節)</li> <li>閱讀飲食相關報導二篇               <ol style="list-style-type: none"> <li>對抗肥胖要從小做起。</li> <li>學生每天吃早餐成績較好。</li> </ol> </li> <li>練習文意重點摘要。老師示範→小組共做(2節)               <ol style="list-style-type: none"> <li>使用刪除法</li> <li>運用動詞、名詞找重點。</li> </ol> </li> <li>剪報活動：               <ol style="list-style-type: none"> <li>練習從國語日報找到符合目標的文章</li> <li>閱讀文章並找到特定標點符號</li> <li>紀錄優美詞語</li> <li>完成閱讀後心得寫作</li> <li>組內分享自己的剪報作品</li> <li>各組推選一件作品發表(3節)</li> </ol> </li> </ol> | 語文      | <p>5-II-12 主動參與班級、學校或社區的閱讀社群活動。</p> <p>5-II-6 運用適合學習階段的摘要策略，擷取大意。</p> <p>6-II-4 書寫敘、應用、說明事物的作品。</p> | 竹崎鄉立圖書館<br>曾南居圖書館<br>國語日報 | <ol style="list-style-type: none"> <li>參與鄰近竹崎鄉立圖書館、曾南居圖書館的活動，並使用圖書館資源。</li> <li>運用文章中的關鍵字，或利用刪除、歸納法提取文章重點。</li> <li>根據國語日報文章內容，寫出自己的想法觀點</li> <li>根據老師示範的文意摘要方式，與小組成員共同討論，提供個人的觀點和意見。</li> <li>參與班級閱讀活動。</li> <li>發表時能用清晰語音、適當語速和音量說話。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>能說出圖書館提供哪些服務。</li> <li>能主動利用到圖書館資源</li> <li>能掌握文本內容，完成擷取大意。</li> <li>能於讀報後寫出閱讀心得。</li> <li>能與小組成員討論，並運用策略說出文章重點</li> <li>能以清晰的語音、分享自己的剪報內容</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>竹崎鄉立圖書館網頁</li> <li>《董氏基金會》對抗肥胖要從小做起<br/><a href="https://nutri.jtf.org.tw/index.php?id=1&amp;id=3&amp;bid=364&amp;cid=1674">https://nutri.jtf.org.tw/index.php?id=1&amp;id=3&amp;bid=364&amp;cid=1674</a></li> <li>《董氏基金會》學生每天吃早餐成績較好<br/><a href="https://nutri.jtf.org.tw/index.php?id=1&amp;aid=3&amp;bid=364&amp;cid=3078">https://nutri.jtf.org.tw/index.php?id=1&amp;aid=3&amp;bid=364&amp;cid=3078</a></li> <li>國語日報</li> </ol> | 6  |

|                      |                |  |              |   |                              |   |   |  |          |
|----------------------|----------------|--|--------------|---|------------------------------|---|---|--|----------|
| <p>第(3)週 - 第(4)週</p> | <p>食在安心(二)</p> | <p>活動二：好「食」光</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 記錄一星期所吃的早餐於「我的早餐」學習單中。</li> <li>2. 組內討論每人的飲食習慣(1節)</li> <li>3. 介紹六大類食物的營養分類與對健康的重要性，以每日飲食指南為參考。</li> <li>4. 練習辨識各項食物中主要的營養素</li> <li>5. 檢視自己的早餐紀錄中，所吃食物的營養素(2節)</li> <li>6. 教師介紹健康早餐組合</li> <li>7. 學生將自己記錄的早餐品項區分為健康組合與不健康組合。</li> <li>8. 發表學生早餐紀錄中常見的健康組合與不健康組合(1節)</li> <li>9. 省思自己所吃的食物以哪一類食物居多，為自己的飲食守則打分數，並決定飲食調整方向(1節)</li> </ol> | <p>健康與體育</p> | <p>1a-II-2 了解促進健康生活的方<br/>法。<br/>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p> | <p>六大類食物營養分類<br/>我的早餐學習單</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 將一星期的早餐紀錄於「我的早餐」二維表格中。</li> <li>2. 判讀「我的早餐」學習單的表格內容</li> <li>3. 藉由六大類食物營養分類表的介紹，了解不同的食物組合能提供不同的營養與健康需求。</li> <li>4. 藉由區分「我的早餐」學習單中的健康食物、不健康食物，學到健康食物對身體的重要性，並展現於生活中。</li> <li>5. 省思自己的飲食習慣</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能完整的將每天所吃的早餐品項紀錄於學習單中。</li> <li>2. 能藉由「我的早餐」學習單中所紀錄的內容與小組成員討論飲食的差異性</li> <li>3. 能說出各項食物的營養成分。</li> <li>4. 能辨別健康食物與不健康食物分別對健康的影響</li> <li>5. 以每日飲食指南為原則，檢視自己的飲食習慣，並說出自有所具備的良好飲食習慣。</li> <li>6. 根據自己的飲食習慣，提出可以改進之處</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 「我的早餐」學習單</li> <li>2. 食物分類與功能<br/><a href="https://nutri.jtf.org.tw/index.php?idd=1&amp;aid=3&amp;id=203&amp;c_id=21">https://nutri.jtf.org.tw/index.php?idd=1&amp;aid=3&amp;id=203&amp;c_id=21</a></li> </ol> | <p>5</p> |
| <p>第(4)週</p>         | <p>食在安心(三)</p> | <p>活動三：健康上菜(7節)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 數位閱讀指導：<br/>(1)分辨與思考關</li> </ol>   | <p>自然</p>    | <p>pa-II-2 能從得到的資訊或數據，形成解釋、</p>                         | <p>1. Google 搜尋引擎</p>        | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習關鍵字的搜尋技巧</li> <li>2. 分享所查到的網</li> </ol>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能學會運用合適的關鍵字搜尋所需的資料。</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. google 搜尋引擎</li> <li>2. 健康餐點</li> </ol>  | <p>7</p> |

|                  |   |                  |  |                                   |  |   |            |
|------------------|---|------------------|--|-----------------------------------|--|---|------------|
| <p>- 第 (6) 週</p> | <p>關鍵字<br/>(2) 比較不同關鍵字搜尋網頁的結果<br/>(3) 閱讀網路資料並摘要<br/>(4) 分享所查詢網頁資料重點<br/>(5) 比對彼此查詢資料的相同與相異。(2 節)</p> <p>2. 早餐店資料查詢<br/>(1) 學生分組上網查詢各早餐店菜單<br/>(2) 到早餐店拍攝索取菜單。<br/>(3) 比較中、西式早餐店菜單的異同<br/>(4) 分享各式早餐店資料查詢結果 (2 節)</p> <p>3. 設計美味菜單：<br/>(1) 複習食物的營養成分<br/>(2) 學生以六大類食物為原則，分組設計符合健康、美味的套餐，並記錄於「健康餐點」學習單中。(2 節)</p> <p>4. 菜單發表會：</p> | <p>語文<br/>資訊</p> | <p>得到解答、解決問題。並能將自己的探究結果和他人的結果（例如：來自老師）相比較，檢查是否相近。<br/>2-II-4 樂於參加討論，提供個人觀點和意見。<br/>資 p-II-3 能認識基本的數位資源整理方法。<br/>資 t-II-1 能認識常見的資訊系統。</p> | <p>2. 早餐菜單照片<br/>3. 「健康餐點」學習單</p> | <p>路資料，並與同儕比較其差異<br/>3. 藉由搜尋引擎獲得早餐店菜單資料。<br/>4. 拍攝附近早餐店的菜單資料<br/>5. 說出中西式早餐店的相同與相異處<br/>6. 分辨同學所提供的菜單是否符合健康原則，<br/>7. 小組討論時說出自己的看法與意見。</p> | <p>2. 能閱讀、理解網路文章，並與同學分享。<br/>3. 能利用 Google，找到所需的早餐資料<br/>4. 能將早餐店的菜單拍照記錄<br/>5. 能設計符合健康、均合的菜單<br/>6. 能表達同學的菜單是否符合健康原則<br/>7. 能踴躍參與小組討論，並給予同學建議。</p> | <p>學習單</p> |
|------------------|---|------------------|--|-----------------------------------|--|---|------------|

|                      |             |   |                 |   |               |  |   |   |   |
|----------------------|-------------|---|-----------------|---|---------------|--|---|---|---|
|                      |             | (1)各組上台發表菜單<br>(2)各組評分並給予回饋。(1節)  |                 |   |               |  |   |   |   |
| 第(7)週<br>-<br>第(8)週  | 食在安心<br>(四) | 活動四：內埔食堂<br>1. 健康餐店海報<br>(1)教師準備4K的圖畫紙，各組一張，<br>(2)學生討論並書寫健康餐點介紹文<br>(3)小組合作放入文字介紹與圖畫創作，構成海報，介紹各組所設計的餐點。(4節)<br>2. 各組介紹健康餐點海報。<br>3. 學生票選心目中喜愛的餐點(1節)<br>4. 各組將作品布置於教室布告欄<br>5. 師生共同美化布告欄。<br>6. 發表內埔食堂活動感想(1節) | 語文<br><br>藝術與人文 | 6-II-4 書寫 記敘、應用、說明事物的作品。<br>1-II-2 能探索視覺元素，並表達自我感受與想像。<br>3-II-4 能透過物件蒐集或藝術創作，美化生活環境。 | 「健康餐點」海報      | 1. 運用視覺、嗅覺、味覺等寫作技巧，寫出自己設計的健康餐點。<br>2. 發揮創造力與想像力，畫出自己所設計的餐點海報。<br>3. 為同學說明海報的設計理念<br>4. 理解同學所說內容，並表達自己的想法<br>5. 小組成員互助合作，完成作品布置<br>6. 分享內埔食堂活動的心得 | 1. 能以五感寫作技巧，寫出健康餐點介紹文。<br>2. 能繪製健康餐點海報。<br>3. 能用清晰語音、適當語速和音量說話，為同學做說明<br>4. 能仔細聆聽各組發表的內容，選擇自己喜歡的餐點<br>5. 能將各組介紹的餐點拼貼在教室佈告欄，並加以美化，做為班級教室布置<br>6. 能針對別組文章內容提出修改的看法。 |   | 6 |
| 第(9)週<br>-<br>第(11)週 | 樂動人生<br>(一) | 活動一：熱量偵查隊(8節)<br>1. 教師介紹食物包裝上的營養標示內容與意義<br>2. 學生練習找到並說出該項食品的營養成分(1節)  | 健康<br><br>自然    | 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。<br>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。<br>pa-II-2 能從得                | 營養標示<br>熱量學習單 | 1. 了解食物包裝上的營養標示<br>2. 讀懂食品包裝上的營養標示，了解自己攝取的營養。<br>3. 了解熱量的重要性，以及對身體   | 1. 能理解食品包裝上的營養成分<br>2. 能讀出食品包裝上的營養標示<br>3. 能說出食物的熱量不足與過多對身體的影響。<br>4. 能利用書籍，完成  | 1. 食物身分證 ppt<br>2. 圖書館營養學書籍 411.3<br>3. 食物熱量學習單 | 8 |

|  |  |   |                     |   |  |  |  |  |  |
|--|--|---|---------------------|---|--|--|--|--|--|
|  |  | <p>3. 熱量知多少：</p> <p>(1)教師介紹熱量三大來源(蛋白質、醣類、脂肪)</p> <p>(2)學生練習從營養標示上讀出食物的熱量多寡</p> <p>(3)討論日常飲食熱量攝取過多與不足的結果(1節)</p> <p>4. 利用圖書館資源，查閱有關營養學(應用科學類)的書籍，並查詢有關熱量的介紹。</p> <p>5. 閱讀後分享書中重要資訊(2節)</p> <p>6. 上網查詢「食物熱量學習單」中的食物熱量</p> <p>7. 組內比對查詢結果</p> <p>8. 各組分享查詢結果(2節)</p> <p>9. 學生發表生活中常吃的食物</p> <p>10. 讓學生依熱量的來源排序出食物的熱量高低。</p> <p>11. 比對自己的飲食習慣與攝取熱量的適當性(1節)</p> <p>12. 學生省思日常飲食的恰當性並思考調整方向</p> | <p>健康</p> <p>資訊</p> | <p>到的資訊或數據，<b>形成解釋、得到解答、解決問題</b>。並能將自己的探究結果和他人的結果(例如：來自老師)相比較，檢查是否相近。</p> <p>4a-II-2 <b>展現</b>促進健康的行為。</p> <p>資 t-II-2 能使用資訊科技解決生活中簡單的問題。</p> |  | <p>造成的影響</p> <p>4. <b>藉由書籍</b>，查詢食物的熱量。</p> <p>5. <b>藉由網路資源</b>，查詢食物的熱量。</p> <p>6. <b>知道</b>自己所吃的食物中那些是屬於高熱量食物</p> <p>7. <b>減少</b>食用高熱量食物。</p> <p>8. 省思並調整自己的飲食習慣，並在生活中實踐。</p> | <p>「熱量計算學習單」。</p> <p>5. 能利用網路資源，完成「熱量計算學習單」</p> <p>6. 能找出平常所吃的高熱量食物。</p> <p>7. 了解食物對身體的影響，願意選擇良好的飲食習慣。</p> <p>8. 能訂定良好的飲食習慣守則，並努力遵循。</p> |  |  |
|--|--|---|---------------------|---|--|--|--|--|--|

|                 |         |  |    |   |                             |  |   |  |  |
|-----------------|---------|--|----|---|-----------------------------|--|---|--|--|
|                 |         | 13. 分享自己調整前與調整後的熱量攝取差異以及對健康可能的影響(1節)   |    |   |                             |  |   |  |  |
| 第(11)週 - 第(13)週 | 樂動人生(二) | <p>活動二：精打細算(6)</p> <p>A 食物卡路里</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>老師介紹卡路里計算器 dr. eye-health 的食物熱量搜尋</li> <li>學生完成老師指定的品項搜尋(1節)</li> <li>利用計算器計算自己一天攝取的總熱量，並記錄於學習單</li> <li>發表計算結果並與同學比較差異(1節)</li> </ol> <p>B 基礎代謝</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>介紹熱量消耗的主要三途徑(基礎代謝率、運動、食物的熱效應)</li> <li>說明何謂基礎代謝率(1節)</li> <li>老師介紹網路上的基礎代謝計算器</li> <li>指導學生如何輸入基礎代謝計算器的資料</li> <li>學生計算自己的基礎代謝率(1節)</li> <li>各組學生將組員的基</li> </ol> | 自然 | <p>pa-II-2 能從得到的資訊或數據，<b>形成解釋</b>、得到解答、解決問題。並能將自己的探究結果和他人的結果(例如：來自老師)相比較，檢查是否相近。</p> <p>n-II-2 熟練較大位數之加、減、<b>乘計算或估算</b>，並能應用於日常解題。</p> <p>d-II-1 <b>報讀與製作</b>一維表格、二維表格與長條圖，報讀折線圖，並據以做簡單<b>推論</b></p> <p>資 t-II-2 能使用資訊科技解決生活中簡單的問題。</p> | 卡路里計算器<br>基礎代謝計算器<br>基礎代謝表格 | <ol style="list-style-type: none"> <li>利用工具查詢食物熱量。</li> <li>計算一天攝取的總熱量</li> <li>以基礎代謝計算器計算基礎代謝率</li> <li>製作基礎代謝率表格。</li> <li>藉由基礎代謝量與攝取熱量之間的高低關係解釋肥胖原因。</li> <li>利用所得資料進行分析及歸納。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>能運用卡路里計算器，計算餐點中的熱量</li> <li>能查詢各類食物的熱量，並做加總計算。</li> <li>能算出基礎代謝率</li> <li>能繪製基礎代謝率表格。</li> <li>能對基礎代謝量與攝取熱量之間的關係形成解釋。</li> <li>能利用基礎代謝的資料，探討差異之可能原因</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>卡路里計算器<br/><a href="http://www.dreya-health.com/SingularController?service=CalorieList">http://www.dreya-health.com/SingularController?service=CalorieList</a></li> <li>早餐熱量學習單</li> <li>基礎代謝計算器<br/><a href="http://www.dreya-health.com/SingularController?service=goCheck&amp;path=bmr">http://www.dreya-health.com/SingularController?service=goCheck&amp;path=bmr</a></li> </ol> |  |

|  |                     |   |                  |  |             |   |   |                                |          |
|--|---------------------|---|------------------|--|-------------|---|---|--------------------------------|----------|
|  |                     | <p>礎代謝率資料製成表格(1節)</p> <p>7. 老師說明基礎代謝量與攝取熱量的高低關係，進而了解其對身體所造成的影響。<br/>(例：攝食的熱量大於基礎代謝量，則造成肥胖)</p> <p>8. 學生探討自己的熱量攝取與基礎代謝率是否對自己造成肥胖的影響 (1節)</p>   |                  |  |             |   |   |                                |          |
| <p>第<br/>(13)<br/>週<br/>-<br/>第<br/>(15)<br/>週</p> | <p>樂動人生<br/>(三)</p> | <p>活動三：運動存摺</p> <p>1. 老師介紹生活中常見的運動</p> <p>2. 學生發表自己最常從事或最喜歡的運動並說出其好處(1)</p> <p>3. 介紹 SH150，讓學生了解每周運動應達 150 分鐘之標準</p> <p>4. 統計一週中在學校所從事的各項體育活動之時間於運動存摺中 (1)</p> <p>5. 時間單位之換算秒→分→時；時→分→秒</p> <p>6. 將一週中各種體育活動時間加總，並做時間單位的換算(2)</p> <p>7. 學生分析並發表自己的運動習慣(1)</p> <p>8. 檢測自己一週是否達</p> | <p>數學<br/>健康</p> | <p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p>n- II -10 理解時間的加減運算，並應用於日常的時間加減問題。</p> <p>4 d- II -1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p> | <p>運動存摺</p> | <p>1. 了解運動有助於身心健康。</p> <p>2. 認識 SH150</p> <p>3. 於運動存摺中紀錄各類運動的活動時間。</p> <p>4. 練習時間加總計算。</p> <p>5. 透由運動存摺中記錄的時間，檢示自己的運動習慣</p> <p>6. 培養運動 150 的好習慣</p> | <p>1. 能說出運動的好處</p> <p>2. 能說出 SH150 是每週應累積運動 150 分鐘以上的運動量</p> <p>3. 能大致將每周的運動時間紀錄於運動存摺中。</p> <p>4. 統計運動時間時，能正確使用加減計算。</p> <p>5. 能藉由統計的運動時間，檢核自己是否有達 SH150 的目標</p> <p>6. 能訂定運動目標，並努力達成。</p> | <p>1. 運動存摺</p> <p>2. 運動計畫單</p> | <p>6</p> |



|                                       |             |   |    |  |                               |   |   |  |   |
|---------------------------------------|-------------|---|----|--|-------------------------------|---|---|--|---|
|                                       |             | 成運動 150 之目標，並與同儕分享。<br>9. 未達成運動 150 的學生，全班討論可以做哪些調整(1 節)  |    |  |                               |   |   |  |   |
| 第<br>(15)<br>週<br>-<br>第<br>(17)<br>週 | 樂動人生<br>(四) | 活動四：燃脂大作戰<br>1. 指導孩童認識並報讀各類運動熱量消耗表格(1 節)<br>2. 紀錄自己較常從事的運動項目，並查詢消耗的熱量(1 節)<br>3. 學生計算自己從事單項運動時所消耗的熱量(乘法、除法)(1 節)<br>4. 將運動存摺中的運動時間加總於動動樂學習單中<br>5. 記錄一週從事多種體育活動時，所消耗的總熱量(加法、乘法、兩步驟)<br>6. 進行小組討論，分析組員運動項目和消耗熱量之差異(加法、乘法、兩步驟)<br>7. 發表分析結果及心得(2 節)<br>8. 針對自己的運動習慣及飲食方式，訂定合適的運動計畫(1)<br>9. 執行運動計畫，並自 | 數學 | d-II-1 報讀與製作一維表格、二維表格與長條圖，報讀折線圖，並據以做簡單推論。<br>n-II-2 熟練較大位數之加、減、乘計算或估算，並能應用於日常解題。<br>4b-II-2 使用事實證據來 <b>支持自己促進健康的立場</b> 。 | 各類運動熱量消耗表<br>「動動樂」學習單<br>運動計畫 | 1. 報讀各類運動熱量消耗表，並了解各類運動消耗的熱量。<br>2. 將常從事的運項目與消耗熱量，填寫於動動樂學習單<br>3. 依據各類運動熱量消耗表，以乘、除法計算不同的運動時間所消耗之熱量。<br>4. 概述組員間的運動熱量消耗情形<br>5. 發現組員間的差異並加以解釋<br>6. 擬定運動計畫，以養成規律運動習慣<br>7. 執行後檢討成果並修正 | 1. 能理解各類運動消耗表中的表格內容，並加以運用。<br>2. 能將資料大致填寫於學習單中<br>3. 能正確計算不同運動時間所消耗之熱量。<br>4. 能說出組員熱量消耗的多寡<br>5. 能將資料解讀並加以分析<br>6. 能訂定合適的運動計畫，以促進身體健康。<br>7. 能具體行動並提出改正 | 1. 各類運動消耗表<br>2. 體育活動紀錄學習單<br>3. 運動養成計畫學習單 | 7 |

|  |                          |  |                         |   |                         |  |  |                  |          |
|--|--------------------------|--|-------------------------|---|-------------------------|--|--|------------------|----------|
| <p>第<br/>(17)<br/>週<br/>-<br/>第<br/>(20)<br/>週</p> | <p>樂動<br/>人生<br/>(五)</p> | <p>我反思及檢討(1)</p> <p>活動五：社區走跳</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 根據老師提供的 google 地圖資料，各組討論、擬定遠足行走路線(2 節)</li> <li>2. 發表各組設計的想法，選出大家心目中最好的路線(1 節)</li> <li>3. 估算路程所需的時間與距離(1 節)</li> <li>4. 計算遠足消耗的熱量(1 節)</li> <li>5. 遠足活動與發表活動感想(4 節)</li> </ol> | <p>自然<br/>社會<br/>數學</p> | <p>pa-II-2 能從得到的資訊或數據，形成解釋、得到解答、解決問題。並能將自己的探究結果和他人的結果(例如：來自老師)相比較，檢查是否相近。</p> <p>Dc-II-1 班級與學校公共事務的安排，可以透過師生適切的討論歷程做出決定。</p> <p>n-II-2 熟練較大位數之加、減、乘計算或估算，並能應用於日常解題。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p> | <p>Google 地圖<br/>遠足</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識 Google 地圖。</li> <li>2. 從 Google 地圖中提供的資料，討論遠足地點的可能路線</li> <li>3. 透由遠足路線之討論，師生做出適切的行程規劃。</li> <li>4. 先預估路程的距離，</li> <li>5. 推算遠足所需耗費的時間，並與 Google 地圖預估的時間相比較。</li> <li>6. 根據距離計算消耗的熱量</li> <li>7. 藉由遠足健走活動，鍛鍊身心體能。</li> <li>8. 參與團體活動</li> <li>9. 分享遠足的心得。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解 Google 地圖的使用技巧</li> <li>2. 能判讀 Google 地圖的內容。</li> <li>3. 能與同學共同討論，規劃合宜的遠足路線。</li> <li>4. 能結合自己的經驗提出合宜的遠足路線</li> <li>5. 能合理估算遠足路線的距離。</li> <li>6. 能合理估算遠足所需的時間。</li> <li>7. 能將估算資料與 Google 地圖資料對照比較</li> <li>8. 能計算遠足時所消耗的熱量</li> <li>9. 能全程參與遠足活動。</li> <li>10. 能說出遠足對</li> <li>11. 能說出遠足的感想。</li> </ol> | <p>Google 地圖</p> | <p>9</p> |
| <p>教材來源</p>  |                          | <p><input type="checkbox"/>選用教科書 ( ) <input checked="" type="checkbox"/>自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)</p>   |                         |   |                         |  |  |                  |          |
| <p>本主題是否<br/>融入資訊科技<br/>教學內容</p>                   |                          | <p><input type="checkbox"/>無 融入資訊科技教學內容<br/> <input checked="" type="checkbox"/>有 融入資訊科技教學內容 共( 8 )節 (以連結資訊科技議題為主)</p>   |                         |   |                         |  |  |                  |          |

特教需求學生  
課程調整

三上健康「心」選擇

※身心障礙類學生：無 有-智能障礙(1)人、學習障礙(2)人、身體病弱(1)人

※資賦優異學生：無 有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異2人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

一、學習環境調整

為智能障礙學生挑選願意協助之組員

二、學習內容不調整

三、學習歷程調整

智能障礙、學習障礙學生，需組員協助完成小組作業。該組智能障礙學生需給予口語表達的機會與正向鼓勵。

四、學習評量調整

1. 身體病弱學生進行體能活動時，需要教師特別關注其身體狀況與體力，如只完成部分體能活動亦算通過。

2. 身體病弱學生進行「社區探查：碧山岩」時，需要教師特別關注其身體狀況與體力，並有教師開車隨行待命。身體病弱學生如只完成部分行程亦算通過。

3. 智能障礙學生若能在協助下參與或完成指定任務，則可視為通過。

特教老師簽名：

郭俊昇

普教老師簽名：

郭鳳書