

三、嘉義縣沙坑國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	一年級	年級課程 主題名稱	與食同行-食物、營養、健康	課程 設計者	陳柏如	總節數/學期 (上/下)	21/上學期
符合 彈性課 程類型	☒ 第一類 統整性探究課程 ☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 *是否融入 ☐ 生命教育 ☒ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 均未融入（供統計用，並非一定要融入） ☐ 第二類 ☐ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他 ☐ 本土語文/臺灣手語/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學						
學校 願景	多元創新、國際接軌、人文涵養	與學校願景呼 應之說明	1. 培養學生探索食物本身，認識六大類食物的營養。 2. 透過品嘗食物體驗，建立良好的飲食習慣並具備人文涵養。 3. 透過多元的活動課程，培養學生樂學精神，並能解決生活中的問題。 4. 培養正確的學習態度，讓孩子創新進取，面對國際及未來的挑戰。				
總綱 核心素 養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。	課程 目標	1. 探索食物、飲食對健康的重要性，透過各種活動與觀察記錄，培養學生主動發現問題及解決問題的能力。 2. 藉由食物及生活周遭的情境，喚起學童內心美感，促進表現與創作。 3. 經由小組討論及互動，學習團隊合作及溝通，尊重他人的想法，培養學生合群負責的態度。				

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1)週-第(5)週	食在的我	語文 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與 求知探究之心。 2-I-6 透過探索與探究人、事、物的歷程， 了解其中的道理	1,食物哪裡來 2. 食物的家圖片分類 3. 食物大風吹遊戲 4. 「好重要食物」影片圖片 5.社區的果樹	1. 透過繪本養成聆聽 「食物哪裡來」並尊重對方的發言。 2. 願意參與食物的家活動，表現好奇與求知探究食物的來源。 3. 願意參與食物大風吹遊戲活動，遵守遊戲規則。 4. 觀看「好重要食物」影片，說出觀看的內容。 5. 透過觀察社區的果樹探究食物來源、過程以及重要性。	1. 能安靜聆聽「食物哪裡來」內容，並發表心得。 2. 能願意參與食物的家活動，並分類食物的家圖片。 3. 能遵守食物大風吹遊戲活動的遊戲規則。 4. 能能專心觀看「好重要食物」影片，說出一句心得分享並完成學習單。 5. 能安靜觀察社區的果樹，並由小組發表討論後兩個看法。	活動一：食物哪裡來 1. 教師提問引導學生思考並發表回想自己早餐、前一天晚餐吃什麼？ 2. 教師提問學生知道這些食物從哪裡來的嗎？ 3. 教師介紹繪本「食物哪裡來」，繪本的主角「阿福師」他家裡的鍋子竟然會自己煮東西……，介紹食物的來源及過程。 4. 請學生發表聆聽後的心得分享。 5. 師生討論早餐、晚餐的食物，並將食物圖片操作分類為：動物、植物。 活動二：食物的家 1. 教師提問引導學生思考回想已認識的食物種類為動物、植物那他的家在哪裡呢？ 2. 師生討論我們所吃得食物，並將食物的家操作圖片分類為：市場→海洋、河流，陸地。 3.教師介紹食物大風吹遊戲規則：學生掛上各種食物，當鬼說海洋吹，住海洋的必須起來要離開自己的座位找其它空下來的椅子坐，沒搶到椅子坐的人就是下一個當鬼下指令的人。 4. 進行食物大風吹遊戲活動。 活動三：食物的重要 1. 教師提問引導學生思考並發表我們為甚麼要吃食物呢？ 2. 教師播放「好重要食物」影片，學生觀看。 3. 師生討論「好重要食物」影片，並請學生發表觀看後的心得分享。 4. 教師介紹澧食「好重要食物」圖片，說明各器官需要得食物。 5. 學生完成「好重要食物」學習單。 活動四：食物好朋友 1. 教師帶學生觀察社區的果樹。 2. 教師將學生分組討論食物來源、過程以及重要性，請各組上台發表分享。 3. 學生討論發表後，教師歸納與總結此單元。 4. 請學生反思以前如何對待食物，現在要如何對待食物，並思考要向食物說一句話，請各學生上台發表分享。	1.繪本「食物哪裡來 2.食物的家圖片 3. 食物大風吹遊戲 4.「好重要食物」影片 5.社區的果樹	5

第(6)週 - 第(10)週	食在營養	生活	1.記錄的方法	1. 利用 文字或圖畫進行 表現與創作 ，記錄影片六大類食物村出現的食物內容。	1. 能共同參與 寫出或畫出記錄 影片六大類食物村出現的食物內容。	活動一：六大食物記一記	1.記錄的方法
		4-I-1 利用 各種生活的媒介與素材進行 表現與創作 ，喚起豐富的想像力。 3-I-1 願意 參與 各種學習活動，表現好奇與 求知 探究 之心。 2-I-5 運用各種 探究 事物的方法及技能，對訊息做適切的 處理 ，並養成 動手做 的習慣。健康與體育 1a-I-1 認識 基本的健康常識。	2. 「均衡飲食金國王的環遊旅程」影片-六大類食物 3. 「均衡飲食是什麼？」影片 4. 製作投食器。	2. 透過「均衡飲食金國王的環遊旅程」影片讓學生 認識 影響健康的六大類食物。 3. 願意 參與 六大類食物骰子遊戲，表現好奇與求知 探究 均衡飲食的重要。 4. 透過綁木棍的過程，學生能養成和同學一起 動手做 投食器，並 體會 和同學 分工合作的重要性，及所帶來的樂趣 及成封感。 5. 願意 參與 嘉賓吃營養食物遊戲遊戲，表現好奇與求知 探究 不偏食的方法。	2. 能確切 說出 健康的六大類食物。 3. 能 參與 六大類食物骰子遊戲，並 說出 兩項衡飲食的重要。 4. 能一起 完成 投食器並 分享 過程中的困難及解決方式。 5. 能 參與 嘉賓吃營養食物遊戲遊戲，並 說出 兩項不偏食的方法。	1. 教師 提問 引導學生 思考並發表我們 每天要吃這麼多的食物，我們可以如何選擇， 才能讓自己健康長大呢？ 2. 教師 說明 觀看影片 記錄的方法 ，讓學生共同透過文字或圖畫將影片中的六大類食物村出現的食物分別 記錄 下來。 3. 教師播放「均衡飲食金國王的環遊旅程」影片， https://drive.google.com/file/d/1cE0rkq6bQZTumBBD7wZYptZBA7DP_jY5/view 並指導孩子邊觀看影片，邊 做記錄 。 4. 教師在每個段落結束時稍作停頓，作穀雜糧類、豆魚蛋肉類、 蔬菜類、水果類、乳品類、油脂與堅果種子類重點的歸納與提醒。 5. 透過電腦遊戲，讓孩子能將食物正確的分類，並從每日飲食中選擇健康的食物。 活動二：六大食物擲一擲 1. 教師 提問 引導學生 思考 回想已認識的六大類食物是什麼？ 2. 教師播放「均衡飲食是什麼？」影片，再次熟悉六大類食物。 3. 教師 介紹 擲六大類食物骰子遊戲規則：學生指出丟中的食物類別 代表性食物？（例：五穀根莖類是米、蔬菜類是花椰菜、水 果類是蘋果、豆魚肉蛋類是蛋、奶類是起 司、油脂類是花生） 4. 進行 擲六大類食物骰子遊戲 體驗活動 。 活動三：投食器 1. 教師 提問 引導學生 思考並發表 我們裝食物要怎麼不會掉出來呢？ 2. 教師示範「綁木棒」，學生 操作 綁木棍。 3. 教師將學生 分組 製作投食器。 4. 教師 介紹 投食器的製作方法。 5. 教師指導學生 分組合作操作 製作投食器。 活動四：六大食物投一投 1. 教師將學生 分組 製作投食器展示並請各組上台 發表 分享製作過程的困難及解決方式。 2. 學生討論發表後，教師歸納整理學生學習的重點。 3. 教師 介紹 嘉賓吃營養食物遊戲規則：學生抽出美味佳餚圖卡，將圖卡中的美味佳餚所有的六大類食物投至嘉賓肚中？ 4. 進行 投六大類食物遊戲 活動 。 5. 教師請學生 反思 自己平常吃什麼食物，有沒有吃六大類食物，並 歸納與總結 ： 我們將食物分成六大類，分別為：全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、 蔬菜類、水果類、乳品類、油脂與堅果種子類，每種營養素都很重要，對人體有不同的幫助，	2. 「均衡飲食金國王的環遊旅程」影片六大類食物 3. 六大類食物電腦遊戲 4. 六大類食物骰子遊戲 5.橡皮筋、木棒 6. 六大類食物投食器遊戲
5							

						鼓勵學生不偏食，每天都要均衡攝取各類食物，讓身體更健康。		
--	--	--	--	--	--	------------------------------	--	--

第 (11) 週 - 第 (15) 週	食在餐盤	健康與體育 2a-I-1/發覺影響健康的生活態度與行為。 生活 7-I-4 能為共同的目標 訂定規則或方法，一起工 作並完成任務。 4-I-3 運用各種表現與創作的方法與形式，美化生活、增加生活的趣味。 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與 求知探究之心。 語文 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。	1. 校園食材登錄平台-學校營養午餐菜單 2「我的餐盤六口絕」歌謠。 3. 「我的餐盤六口絕」律動影 4. 「我的餐盤」均衡飲食_兒童篇 5. 食物的計算單位	1. 發覺營養均衡的飲食概念和習慣，會影響自己的健康。 2. 為共同設計出一份菜單訂定營養均衡的方法，一起工作並完成一份菜單。 3. 學習聆聽「我的餐盤六口絕」，說出「我的餐盤六口絕」。 4. 運用「我的餐盤六口絕」律動的形式，美化生活、增加生活的趣味。 5. 願意參與食物的單位量詞遊戲活動，表現好奇與求知探究食物的單位量詞。	1. 能說出 2 項營養均衡的飲食概念和習慣。 2. 小組能依據營養均衡的方法，一起討論完成一份菜單。 3. 能隨旋律說唱出「我的餐盤六口絕」歌謠。 4. 能隨旋律跳出「我的餐盤六口絕」律動。 5. 能參與食物的單位量詞遊戲活動，配對兩樣單位量詞。	活動一：營養午餐 1. 教師介紹如何進入校園食材登錄平台觀看學校營養午餐菜單，並協助學生操作進入觀看營養午餐菜單。 2. 教師提問引導學生思考並發表我們營養午餐的菜單有哪些類食物？ 3. 教師將學生分組討論菜單的菜色，思考為什麼這樣搭配呢？ 4. 教師綜合歸納：要營養均衡，就要把午餐的 主食、主菜、副菜一、副菜二、湯品、乳品 或水果盡量吃到喔！ 活動二：小小營養師 1. 教師提問引導學生思考並發表均衡營養的重要？ 2. 教師引導學生分組討論並共同設計出一份菜單。 3. 教師鼓勵臺下學生發表回饋。 4. 教師引導學生票選出最受歡迎與最營養的菜單。 5. 教師歸納總結：學校的菜單是經過營養師的設計，注重均衡飲食，每樣食物都要嘗試，不挑食才有益健康。 活動三：我的餐盤 1. 教師提問引導學生思考回想我每天要吃多少的份量才足夠？ 2. 教師教唱「我的餐盤六口絕」歌謠。 3. 教師教拍打「我的餐盤六口絕」節奏。 4. 教師教跳「我的餐盤六口絕」律動影片。 5. 教師將學生分組討論我的餐盤中的份量，反思自己平日吃的份量夠不夠呢？ 6. 教師播放「我的餐盤」均衡飲食_兒童篇，介紹「我的餐盤」的概念與設計原則, 請小朋友應用前幾節課所學到的六大類食物概念，設計自己的「我的餐盤」，並請學生上台報告設計的理由。 7. 請學生把自己設計的餐盤菜單帶回家，與家裡的長輩共同討論並製作，並把成品拍下來，帶來學校與同學分享。 活動四：食物的計算單位 1. 教師複習「六口絕」歌謠。 2. 教師提問引導學生思考並發表「六口絕」中食物的計算單位是什麼呢？ 3. 教師歸納整理食物的計算單位。 4. 教師介紹食物的單位量詞遊戲規則：學生看電腦簡報的食物圖片，黑板上張貼的量詞表寫上正確答案，配對量詞和食物名稱。 5. 進行食物的單位量詞遊戲活動。 6. 教師請學生反思自己每天吃的食物吃的份量夠不夠？並歸納與總結：每類食物的攝取量都不同，，如油脂，就不要攝取太多，所以油炸的東西要少吃。三餐的五穀主食、青	1. 校園食材登錄平台-學校營養午餐菜單 2「我的餐盤六口絕」歌謠。 3. 「我的餐盤六口絕」律動影 4. 「我的餐盤」均衡飲食_兒童篇 5. 食物的計算單位	5
--	-------------	--	--	--	---	---	--	----------

						菜、水果可以多吃一點，但也不能過量 喔！每一種食物每天都要攝取，才會均衡。鼓勵學生不偏食，每天都要均衡攝取各類食物，讓身體更健康。		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

第 (16) 週 - 第 (20) 週	食在料理	語文 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 生活 7-I-4 能為共同的目標 訂定規則或方法，一起工 作並完成任務。 2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。 7-1-5 透過一起工作 的過程，培養合作的精神。 生 4-I-3 運用各種表現 與創造的方法與形式，美化生活、增加生活的 趣味。	1.六大食物食譜 2. 六大類食物營養的料理-海鮮雞肉吐司披薩 3. 製作六大類食物營養的料理-海鮮雞肉吐司披薩的方法 4. 製作六大類食物營養的料理-海鮮雞肉吐司披薩的工作 5.品嚐並發表海鮮雞肉吐司披薩活動	1. 正確流利的說出食譜內容的完整語意。 2. 為共同寫出海鮮雞肉吐司披薩訂定製作的方法，一起工作並完成一份製作學習單。 3. 正確流利的說出料理步驟和注意事項的完整語意。 4. 運用做料理的過程，探究整理、清理方法及技能，並能養成和同學一起動手做料理。 5. 透過做料理的過程，培養學生合作的精神。 6. 運用食物品嚐會表達出食物的美味，創造生活的趣味。	1. 能說出從筆電查六大食物食譜資料 2 項食物。 2. 小組能依據六大類食物營養分類法，一起討論完成一份海鮮雞肉吐司披薩製作學習單。 3. 能說出料理步驟或注意事項各 1 項。 4. 能利用整理、清理方法及技能，和同學一起動手做，完成做料理活動。 5. 能願意參與活動，做出海鮮雞肉吐司披薩。 6. 能說出 2 句食物的美味感受。	活動一：查一查 1. 教師介紹如何利用筆電查六大食物食譜資料，並協助學生操作筆電查六大食物食譜資料。 2. 教師提問引導學生思考並發表自己筆電查六大食物食譜資料有哪些類食物？ 3. 師生共同討論這些食譜與六大食物的關係如何呢？ 4. 教師介紹用六大類食物營養分類法，製作六大類食物營養的料理-海鮮雞肉吐司披薩 活動二：寫一寫 1. 教師提問引導學生思考並發表如何製作六大類食物營養的料理-海鮮雞肉吐司披薩？ 2. 教師發下學習單，引導學生分組討論寫出如何製作六大類食物營養的料理-海鮮雞肉吐司披薩的方法？ 3. 教師歸納總結：需要的六大類營養食材-吐司(全穀根莖類)、番茄醬、鳳梨(水果類)、青椒、玉米、洋蔥(蔬菜類)、雞肉、鮭魚(豆魚 肉蛋類)、沙拉(油脂類)、起司(乳品類)，以及需要的工具—烤箱、隔熱手套、刀、砧板，分工攜帶準備。 • 準備組-洗菜、切菜、備料、抹醬 • 材料組- 可以提供者或統一購買 • 工具組-學校準備需要的工具 • 清理環境組-擦桌子、掃地、清洗 活動三：做一做 1. 教師提問引導學生思考並發表我們要怎麼將這些事情做出來呢？ 2. 教師引導學生分組討論並共同分配要做的工作。 3. 教師介紹烤箱、洗菜、切菜、擦桌子、掃地、 清洗的方法，提醒學生注意安全並請學生親自體驗操作。 4. 教師提問引導學生思考並發表自己今天操作這些事的感想。 活動四： 上菜了 1. 師生將準備好的食材放置桌上。 2. 師生討論上節課在製作食物時所需要注意的事項。 3. 教師說明上次學生討論好分配的工作。 4. 學生依自己組別的工作操作：洗菜、切菜、備料、抹醬。 5. 教師請學生操作將番茄醬、鳳梨、青椒、玉米、洋蔥、雞肉、鮭魚、沙拉、起司放置吐司上並拿製烤箱烤。 6. 師生共同整理環境。 7. 師生共同品嚐並發表海鮮雞肉吐司披薩的感受。 8. 教師請學生反思此次活動學到的東西，即要改進的事情，教師並歸納與總結此單元。。	1.筆電 2. 六大類食物營養的料理-海鮮雞肉吐司披薩的作法 3. 吐司、番茄醬、鳳梨、青椒、玉米、洋蔥、雞肉、鮭魚、沙拉、起司、烤箱、隔熱手套、刀、砧板	5

第 (21) 週 -	食 在 檢 討	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與 求知探究之心。 語文 2- I -1 以正確發音流利的說出語意完整的話。	1. 活動照片	1. 願意參與回顧本學期學習活動，表現好奇與 求知探究之心。 2. 以正確發音流利的說出發表本學期學習活動感受語意完整的話。	1. 能參與回顧本學期學習活動，專注看回憶照片。 2. 能說出 2 句參與本學期學習活動的感受。	活動一：照片回顧 1. 師生共同觀看作品及照片回顧 「食在的我」、「食在營養」、「食在餐盤」、「食在料理」等的活動。 2. 教師引導學生分組討論「食在的我」、「食在營養」、「食在餐盤」、「食在料理」等的活動的心得並分組發表檢討、回饋。 3. 學生討論發表後，教師歸納與總結此單元。	老師蒐集各種活動作品及照片。	1
教材來源		☐ 選用教材 () ☒ 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
本主題是否融入資訊科技教學內容		☐ 無 融入資訊科技教學內容 ☒ 有 融入資訊科技教學內容 共(2)節 (以連結資訊科技議題為主)						
特教需求學生課程調整		※身心障礙類學生: ☐ 無 ☐ 有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/人數) ※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): 1. 2. 特教老師姓名： 普教老師姓名：陳柏如						

填表說明：

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週 3 節，共開社區文化課程 1 節、社團 1 節、世界好好玩 1 節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫 3 份。

三、嘉義縣沙坑國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	一年級	年級課程 主題名稱	與食同行- 飲食、禮節、文化	課程 設計者	陳柏如	總節數/學期 (上/下)	20/下學期
符合 彈性課 程類型	☒ 第一類 統整性探究課程 ☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 *是否融入 ☒ 生命教育 ☐ 安全教育 ☐ 戶外教育 ☐ 均未融入（供統計用，並非一定要融入） ☐ 第二類 ☐ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他 ☐ 本土語文/臺灣手語/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學						
學校 願景	多元創新、國際接軌、人文涵養	與學校願景呼 應之說明	說明課程內容或教學策略與學校願景如何連結?如何相關? 1. 培養學生探索飲食禮儀及文化，促進安全飲食習慣的養成。 2. 透過農耕 體驗活動 ，培養愛物惜福，感謝之心，具備 人文涵養 。。 3. 透過 多元 的活動課程，培養學生樂學精神，並能 解決 生活中的問題。 4. 培養正確的學習態度，讓孩子 創新進取 ，面對 國際 及未來的挑戰。				
總綱 核心素 養	E-A2 具備 探索 問題的思考能力，並 透過體驗 與 實踐 處理日常生活問題。 E-B1 具備「聽、 說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心 應用 在生活與人際溝通。 E-C2 具備 理解 他人感受，樂於與人 互動 ，並 與團隊成員 合作 之素養。	課程 目標	1. 探索 食物、飲食對健康的重要性，透過各種活動與 觀察記錄 ，培養學生主動發現問題及 解決 問題的能力。 2. 藉由食物及生活周遭的情境， 喚起 學童內心美感，促進 表現與創作 。 3. 經由 小組討論 及互動，學習團隊 合作及溝通 ，尊重他人的想法， 培養 學生合群負責的態度。				

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(5)週	食在種植	語文 1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與 求知探究之心。 7-I-4 能為共同的目標 訂定規則或方法，一起工 作並完成任務。 2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。	1.繪本~「媽媽買綠豆」 2 種植綠豆方法 4.「栽種綠豆種子」影片 5. 設計成長紀錄表	1. 透過繪本養成聆聽 「媽媽買綠豆」並尊重對方的發言。 2. 願意參與分組討論活動，表現好奇與求知探究綠豆種植。 3. 觀看「栽種綠豆種子」影片，說出觀看的內容。 4. 為共同設計成長紀錄表訂定紀錄的方法，一起工作並完成一份設計成長紀錄表。 5. 運用種植綠豆的過程，探究種植方法及技能，並能養成和同學一起動手做的習慣。	1. 能安靜聆聽「媽媽買綠豆」內容，並發表心得。 2. 能願意參與分組討論活動，並說出 2 項綠豆種植方法。 3. 能專心觀看「栽種綠豆種子」影片，說出觀看的 2 項內容或心得。 4. 小組能一起討論完成一份海設計成長紀錄表。 5. 能說出種植要做的事或注意事項各 1 項。 6. 能願意參與動手種植綠豆。 7. 能說出 2 種幫助綠豆順利長大的方法。	活動一：媽媽買綠豆 1.教師搖晃自製綠豆罐子請學生思考猜猜罐中是什麼東西呢？ 2.教師提問學生知道這些綠豆從哪裡來的嗎？ 3.師生閱讀繪本~「媽媽買綠豆」，繪本的主角「小朋友」他和媽媽上街買綠豆，介紹煮綠豆、種綠豆的過程。 4.請學生發表閱讀後的心得分享，教師歸納總結並引導綠豆是種子。 5.教師引導學生分組討論，種子的功用，並發表討論的結果。 活動二：綠豆找新家 1.教師提問引導學生思考並發表我們帶罐子中綠豆種子找新家,要種在哪裡？ 2.師生共同討論怎麼種植綠豆呢？ 3.教師準備各種圖片卡引導學生分組討論要準備那些東西？ 4.教師請學生反思剛才討論種植要做的事及應注意的事項？ 師生共同歸納總結做成計畫。 活動三：種一種 1.教師提問引導學生思考並發表種植要做的事及應注意的事項？ 2.教師播放「栽種綠豆種子」影片，學生觀看發表。 3.各組依計畫種下綠豆種子。 4.教師提問引導學生思考剛才種了幾顆綠豆種子？ 5.教師將學生分組討論如何算出剛才種了幾顆綠豆種子並發表討論的結果。 活動四：綠豆要長大 1.教師提問引導學生思考並發表如何照顧綠豆種子長大？ 2.師生共同討論綠豆種子在長大過程中，可能會遇到那些困難？ 3.教師將學生分組討論「我可以怎麼幫助綠豆順利長大？學生討論發表後，師生共同歸納討論結果。 4.師生共同討論設計成長紀錄表，進行觀察紀錄綠豆的成長。 5.教師引導學生進行觀察並藉由成長紀錄表紀錄綠豆的成長。 6.請學生發表分享種綠豆感受。 7.教師歸納與總結此單元	1.綠豆罐子 2. 繪本~「媽媽買綠豆」 3. 「栽種綠豆種子」圖片 4. 「栽種綠豆種子」影片 5.綠豆「栽種綠豆種子」用具 6. 成長紀錄表	4

第(6)週 - 第(10)週	食在禮儀	語文	1.「用餐前」要做的事及應注意的事項	1.透過 操作 「用餐前」事情 體驗練習探索並分享 「用餐前」事情的 感受與想法 。	1.能 分享 2項「用餐前」事情的 感受與想法 。	活動一：餐前準備	1.「用餐前」要做的事及應注意的事項
		1-I-2 能學習 聆聽 不同的媒材， 說出聆聽 的內容。	2.嘉義縣政府的餐前感恩詞	2. 接受 用餐前健康的生活規範。	2.能 接受 用餐前清潔、取餐的生活規範	1.教師 提問 引導學生 思考並發表 「用餐前」要做的事及應注意的事項？	2.海報 肥皂 餐具 口罩
		健康與體育	3.學校午餐吃光光系列「三隻小豬長大了」影片	3. 觀看 午餐吃光光系列「三隻小豬長大了」影片， 說出 觀看的內容。	3.能 專心觀看 午餐吃光光系列「三隻小豬長大了」影片， 說出 觀看的2項內容或心得。	2.行動劇：教師 提問 讓學生實際 操作體驗 練習。	3.嘉義縣政府的餐前感恩詞
		2b-I-1 接受 健康的生活規範。生活	4.「用餐中」要做的事及應注意的事項	4. 觀看 「中式：進餐禮儀影片」影片， 說出 觀看的內容。	4.能 專心觀看 「中式：進餐禮儀」影片， 說出 觀看的2項內容或心得。	(1)收拾桌面(2)使用肥皂洗手(提醒洗手要點：濕、搓、沖、捧、擦。)	4.學校午餐吃光光系列「三隻小豬長大了」影片
		3-I-1 願意 參與 各種學習活動，表現好奇與 求知 探究 之心。	5.「中式：進餐禮儀影片」影片	5. 觀看 「西式：進餐禮儀影片」影片， 說出 觀看的內容。	5.能 專心觀看 「中式：進餐禮儀」影片， 說出 觀看的2項內容或心得。	(3)準備餐具 a.輕取餐具，儘量不發出聲音。b.手指避免接觸碗杯上口。	5.「用餐中」要做的事及應注意的事項
		1-I-1 探索 並 分享 對自己及相關人、事、物的 感受與想法 。	6.「西式：進餐禮儀影片」影片	6.願意 參與分組討論 活動，表現好奇與求知 探究 用餐好習慣。	6.願意參與 分組討論 活動，並說出2項用餐好習慣。	(4)取餐禮儀： a.打菜同學應戴上口罩。 b.排隊安靜取菜，避免說話時口水不小心噴進菜鏞。 c.雙手端好餐盤，手指不接觸食物。 c.小心盛菜，避免飯菜掉落餐桌或地上。	6.「中式：進餐禮儀影片」影片
			7.「用餐後」要做的事及應注意的事項	6.透過 操作 「用餐後」事情 體驗練習探索並分享 「用餐前」事情的 感受與想法 。	7. 能 分享 2項「用餐後」事情的 感受與想法 。	(5)餐前感謝：嘉義縣政府的餐前感恩詞。	7.「西式：進餐禮儀影片」影片
				7. 接受 用餐後健康的生活規範。	8. 能 接受 用餐後清潔、潔牙的生活規範	3.請學生 發表體驗 後的心得分享。	8.「用餐後」要做的事及應注意的事項
						4.請學生 反思發表 現在餐前要注意的地方。	9.衛生紙 抹布 潔牙用具 打掃用具
						活動二：進餐活動 1	
						1.教師 提問 引導學生 思考並發表 是不是都有聽過三隻小豬的故事，有沒有人願意簡單的分享呢？	
						2.教師播放學校午餐吃光光系列「三隻小豬長大了」影片，學生 觀看 。 https://www.youtube.com/watch?v=PubZMSYM2pE	
						3.學生 分組討論 並 發表 影片中的用餐禮儀及好習慣。	
						4. 老師統整影片裡的用餐好習慣：	
						(1)用餐前要洗手，準備好餐具	
						(2)保持良好進餐姿勢，不要趴著、歪斜或以支撐的姿勢吃飯。	
						(3)保持心情愉快、細嚼慢嚥，盡量少說話。	
						(4)喝湯、咀嚼、使用餐具時，避免發出聲音。	
						(5)不要邊吃邊玩玩具。	
						(6)在規定時間內吃完，不要太快或太慢。(約 20-25 分鐘)	
						(7)用完餐後要協助收拾。	
						5.請學生 反思 寫下以前用餐禮儀沒做到的地方及現在要如何改進的方法。	
						活動三：進餐活動 2	
						1.教師 提問 引導學生 思考並發表 「進餐時」自己會做的事及會注意的事項？	
						2.教師播放「中式：進餐禮儀影片」影片，學生 觀看 。 http://www.youtube.com/watch?v=mygv1FfEGaEOSY	
						3.學生分組 討論 「中式：進餐禮儀影片」影片，並請各組 發表 觀看後的心得分享。	
						4.教師播放「西式：進餐禮儀影片」影片，學生 觀看 。	

					http://www.youtube.com/watch?v=VPnnth270SY 5. 學生分組討論「西式：進餐禮儀影片」影片，並請各組發表觀看後的心得分享。 6. 師生共同討論中西餐進餐時的相同處及不同處。 活動四：餐後整理 1. 教師提問引導學生思考並發表「用餐後」自己會做的事及會注意的事項？ 2. 行動劇：教師提問讓學生實際操作體驗練習。 (1)餐具的收拾與整理 a. 將殘餚倒在廚餘桶。 b. 用衛生紙擦拭嘴巴後，再擦拭餐具，以便於帶回家清洗。 c. 用抹布擦拭桌面。 (2)潔牙漱口 a. 餐後潔牙，每週使用一次含氟漱口水。 b. 牙刷、漱口杯的水份瀝乾後，再放回櫃子裡。 (3)環境清潔：打掃地面並拖地，避免湯、菜、油漬囤積。 (4)餐後休息 a. 餐後30分鐘內不做激烈的活動。 b. 輕聲交談或靜靜休息 3. 請學生發表體驗後的心得分享。 4. 請學生反思發表現在餐後要注意的地方。 5.教師歸納與總結此單元		
--	--	--	--	--	---	--	--

第 (11) 週 - 第 (15) 週	食在感恩	語文	5-I-1 以適切的速率正確地朗讀文本。	生活	3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與 求知探究之心。	4-I-1 利用各種生活的媒介與素材進行表現與創作，喚起豐富的想像力。	6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境、尊重生命。	數學	認識時刻與時間常用單位。																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
		1. 「媽媽買綠豆」影片	2. 煮綠豆方法	3. 「穗樺珍 珍愛地球系列 悲憫地球之子」貧病饑餓影片	4. 「憫農詩」	5. 綠豆拼貼卡片	1. 觀看「媽媽買綠豆」影片，說出煮綠豆過程。	2. 認識算綠豆煮好的時間常用單位。	3. 願意參與煮綠豆活動，表現好奇與求知探究一份食品出來需要多少人的努力，我們要感謝誰？	4. 觀看「穗樺珍 珍愛地球系列 悲憫地球之子」影片，說出觀看的內容，珍惜資源，愛護環境、尊重生命。	5. 以適切的速率正確 地朗讀「憫農詩」。	6. 利用各種生活媒材進行「感恩卡片」創作。	7. 願意參與送卡片活動，表現感謝之心。																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
										1. 能專心觀看「媽媽買綠豆」影片，說出煮綠豆過程。	2. 能說出算綠豆煮好的時間常用單位。	3. 能願意參與分組討論活動，並說出 2 個感謝人、事、物。	4. 能專心觀看「穗樺珍 珍愛地球系列 悲憫地球之子」影片，說出觀看的 2 項內容或心得。	5. 正確地朗讀「憫農詩」這一首詩。	6. 能做出一張「感恩卡片」	7. 能願意參與送卡片活動，說出參與送卡片活動心得。																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						

第 (16) 週 - 第 (20) 週	食在節慶	語文	1. 屈原投江故事	1. 以適切的速率正確地朗讀「屈原投江故事」。	1. 正確地朗讀「屈原投江故事」這一首詩。	活動一：歡慶端午	1. 屈原投江故事
		5-I-1 以適切的速率正確地朗讀文本。 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 2-I-6 透過探索與探究人、事、物的歷程，了解其中的道理 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 健康與體育 2a-I-1/發覺影響健康的生活態度與行為。	2. 端午節的午時水由來 3. 「解身體的渴，多喝水」影片 4. 多喝水遊戲 5. 端午節的立蛋由來 6. 蒸煮蛋活動 7. 品嚐並發表蒸煮蛋活動 8. 節日食物 9. 節日食物對對碰遊戲	2. 發覺節慶食物會影響身體的健康。 3. 觀看「解身體的渴，多喝水」影片，說出觀看的內容。 4. 願意參與多喝水遊戲活動，表現好奇與求知探究水的重要。 5. 透過蒸煮蛋活動探究食物新鮮、原味的美味。 6. 願意參與食物對對碰遊戲活動，表現好奇與求知節日、食物的關係。 7. 透過師生討論節日、食物的關係探索並分享「食物文化的感受與想法」。	2. 能說出 2 項節慶飲食概念和習慣。 3. 能專心觀看「解身體的渴，多喝水」影片，說出 2 項內容或心得。 4. 能願意參與多喝水遊戲活動，並說出 2 項水的重要。 5. 能說出 2 項品嚐蒸煮蛋的美味。 6. 能願意參與食物對對碰遊戲活動，配對出節日、食物的關係。 7. 能說出 2 項食物文化的感受與想法。	1. 教師提問引導學生思考並發表我們最近會過那一個節日？這個節日有吃什麼食物？ 2. 教師進行端午節故事-屈原投江故事的導讀。 3. 請學生發表閱讀後的心得分享。 4. 師生討論端午節日、食物（粽子、午時水、蛋）的關係，請學生發表討論後的心得分享。 5. 教師將學生分每組討論粽子與健康食物的關係，請學生發表討論後的心得分享。 5. 教師歸納總結：端午節的習俗文化吃粽子、喝午時水、立蛋，吃粽子要健康吃，適量吃，不可過量。健康吃 ①少鹽、少油、少糖、高纖 ②水煮優於炒，蒸優於炸 ③選擇多種類的食物。 活動二：午時水 1. 教師提問引導學生思考並發表端午節的午時水由來？ 2. 教師播放「解身體的渴，多喝水」影片，學生觀看。 3. 請學生發表觀看後的心得分享。 4. 教師介紹多喝水遊戲規則：學生先喝一杯水後，抽字條（水的重要語句），再書空語句讓其他學生猜。 5. 進行多喝水遊戲活動。 6. 每個學生在學習單上寫出一句生活中如何落實「我愛喝白開水」的方法。 7. 教師歸納總結：午時水是祖先傳下來好運水，平常水占人體70%的成分，是維持身體的重要元素，從頭到腳，包含皮膚等器官，都需要水來運作，維持人體的基本代謝。尤其炎炎夏日，多喝水，可以幫助恢復體力跟精神，也能預防脱水—中暑的症狀；若有感冒發燒，多喝水，像服一劑天然的良藥，可以加速身體代謝—排出病毒，順利排便，並且調節體溫，幫助退燒。 活動三：端午立蛋 1. 教師提問引導學生思考並發表端午節的立蛋由來？ 2. 教師提問引導學生思考並發表蛋除了立蛋還可以做什麼？ 3. 教師將學生分每組組練習蒸煮蛋，先教導孩子輕揉洗蛋。並在電鍋中放入微量的水蒸煮蛋。 4. 進行立蛋體驗活動。 5. 師生共同品嚐並發表白煮蛋的感受。 6. 教師歸納總結：建議學生可以回家練習蒸煮南瓜、地瓜、玉米……等各種食材，食物新鮮就很好吃，鼓勵孩子吃原味食物。 活動四：歡樂過節 1. 教師提問引導學生思考並發表回想一年中有那些節日？這些節日有吃什麼食物？	2. 粽子、午時水、蛋 3. 端午節的午時水由來 4. 「解身體的渴，多喝水」影片 5. 多喝水遊戲 6. 端午節的立蛋由來 7. 節日食物 8. 節日食物對對碰遊戲
							5

						2.教師 介紹 節日食物對對碰遊戲規則：將節日、食物的圖卡全部蓋上，學生翻出 2 張圖卡，節日、食物的圖卡正確後即得分。 3. 進行 節日食物對對碰遊戲 活動 。 4.師生 討論 節日、食物的關係，請學生 發表 聆聽後的心得分享。 5.教師歸納總結：以前祖先生活遇到事情，為了解決困難，紀念人、事、物……等，發生很多故事，一年一年傳來，就成了食物的文化。 6.教師 歸納與總結 此單元		
第 (20) 週	食在檢討	生活 3-I-1 願意 參與 各種學習活動，表現好奇與 求知 探究 之心。 語文 2- I -1 以正確發音流利的 說出 語意完整的話。	1. 活動照片	1. 願意 參與 回顧本學期學習活動，表現好奇與 求知 探究 之心。 2. 以正確發音流利的 說出 發表本學期學習活動感受語意完整的話。	1. 能 參與 回顧本學期學習活動， 專注 看回憶照片。 2. 能 說出 2 句參與本學期學習活動的感受。	活動一 ：照片回顧 1. 師生共同觀看作品及照片回顧 「食在種植」、「食在禮節」、「食在感恩」、「食在節慶」等的活動。 2. 教師引導學生 分組討論 「食在種植」、「食在禮節」、「食在感恩」、「食在節慶」等的活動的心得並分組 發表檢討、回饋 。 3.學生討論發表後，教師 歸納與總結 此單元。	老師蒐集各種活動作品及照片。	1
教材來源		☐ 選用教材 () ☒ 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
本主題是否融入資訊科技教學內容		☒ 無 融入資訊科技教學內容 ☒ 有 融入資訊科技教學內容 共(0)節 (以連結資訊科技議題為主)						
特教需求學生課程調整		※身心障礙類學生: ☐ 無 ☐ 有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/人數) ※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): 1. 2. 特教老師姓名： 普教老師姓名：陳柏如						

填表說明：

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週 3 節，共開社區文化課程 1 節、社團 1 節、世界好好玩 1 節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫 3 份。