

嘉義縣永安國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-上學期

年級	一年級	課程設計者	吳美玲	教學總節數 20 上學期	總節數 20 上學期				
年級 課程主題名稱	飲食好習慣		<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						
學校願景	溫馨、學習、健康、創新		符合校訂課程類型						
總綱 核心素養	AI 身心素養與自我精進 具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知識，有效規劃生涯發展，探索生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 A3 規劃執行與創新應變 具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。	與學校願景呼應之說明	能夠了解食物對身體的重要性，並每日攝取多樣化的食物來達到健康的體魄。						
		課程目標	(一) 透過學習養成良好的生活習慣，了解六大類食物的功能並了解選擇食物的原則和方法。 (二) 能擬定計畫檢視自己的飲食型態，並養成不偏食且喜歡嘗試各種食物的習慣。						
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

<p>健康吃快樂動魚啊！魚啊！吳郭魚</p> <p>第(1)週 - 第(5)週</p>	<p>健康生活</p>	<p>活動一：認識吳郭魚</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識吳郭魚名稱的由來。 2. 能認識吳郭魚是水生動物。 3. 認識吳郭魚的棲息地。 4. 認識吳郭魚的食物及繁殖。 5. 認識吳郭魚的身體構造。 <p>活動二：認識吳郭魚的營養</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放六大類食物圖卡及健康飲食圖片及影片 2. 請學生拿出蒐集的各種動物圖卡。 3. 認識吳郭魚屬於動物性蛋白質。 	<p>題</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> <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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 市場買魚 2. 吳郭魚構造圖 3. 學習單 4. 電腦輔助教學 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識吳郭魚，如食物、身體構造等。 2. 能認識水生動物。 3. 能認識吳郭魚的營養成分。 4. 能認識吳郭魚的食物及繁殖。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具備吳郭魚的基本認知，如食物、身體構造等。 2. 具備水生動物的基本構造，能正確說出吳郭魚是水生動物。 3. 具備吳郭魚的食物基本認知並能正確說出吳郭魚的食物。 	<p>電腦輔助教學</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 電腦輔助教學 2 視聽媒體 3 學習單 	<p>5</p>
<p>校訂課程第一類飲食好習慣</p> <p>第(6)週 - 第(10)週</p>	<p>健康</p>	<p>活動一：認識六大類食物</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放六大類食物圖卡及健康飲食圖片及影片(均衡飲食金國王的環遊旅程) 2. 請學生拿出課前蒐集食物的圖片，發表健康的食物有哪些。 <p>活動二：食物與我</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放非洲飢荒影片來探 	<p>健康</p>	<p>Ea-1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>Ea-1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 均衡飲食金國王的環遊旅程影片 2. 六大類食物圖片 3. 非洲飢荒影片 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小朋友分辨食物。 2. 小朋友學會吃對的食物。 3. 小朋友學會分辨食物和食品的不同。 4. 養成小朋友均衡飲食的習慣。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識說出並了解食物的營養成分。 2. 能認識食物和食品是什麼。 3. 能認識出六大類食物。 	<p>電腦輔助教學</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 電腦輔助教學 2 視聽媒體 3 學習單 	<p>5</p>

		<p>討</p> <p>2. 請學生發表整天不吃東西的感受。</p> <p>3. 教師歸納食物對成長發育及身體活動的重要性。</p> <p>活動三：六大食物大挑戰</p> <p>1. 讓學生將食物分成六大類並完成「尋找奶類食物」學習單</p>	健康	Ea-1a-I-1 認識基本的健康常識。 Ea-1a-I-2 認識健康的的生活習慣。	4. 學習單	<p>1. 能說出早餐為什麼重要。</p> <p>2. 了解吃早餐的重要及如何選擇</p>	<p>1. 能認識各類早餐。</p> <p>2. 能認識早餐的重要並適切說出並完成學習單</p>	<p>1 電腦輔助教學</p> <p>2 視聽媒體</p> <p>3 學習單</p>	5
<p>第(11)週 - 第(15)週</p>	<p>校訂課程</p> <p>第一類 飲食好習慣</p>	<p>活動：活力早餐</p> <p>1. 播放繪本「14隻老鼠吃早餐」從故事中，讓兒童明白早餐的重要性，進而學習正確的飲食習慣。</p> <p>2. 教師將有關各種中西式早餐圖卡展示於黑板，引起學生討論興趣，教師提問</p> <p>(一) 調查班上兒童吃早餐的情形？有沒有吃？</p> <p>(二) 不吃早餐會如何？</p> <p>(二) 共同討論沒有吃早餐的原因並提出改進對策？</p> <p>3. 我的早餐：</p> <p>學生上台發表我的早餐，教師就學生所提出的早餐內容加以說明並討論。</p> <p>4. 自行設計「活力早餐」學習單。</p>	健康	Ea-1a-I-1 認識基本的健康常識。 Ea-1a-I-2 認識健康的的生活習慣。	<p>1. 雙老鼠吃早餐」繪本</p> <p>2. 各類早餐圖片</p> <p>3. 學習單</p>	<p>1. 能說出早餐為什麼重要。</p> <p>2. 了解吃早餐的重要及如何選擇</p>	<p>1. 能認識各類早餐。</p> <p>2. 能認識早餐的重要並適切說出並完成學習單</p>	<p>1 電腦輔助教學</p> <p>2 視聽媒體</p> <p>3 學習單</p>	5

第(16)週	校訂課程第一類飲食好習慣	活動：我的營養午餐 1. 「快樂的營養午餐」動畫欣賞討論 2. 觀察並記錄每天的營養午餐菜色 3. 分組討論並設計一份營養午餐菜單並分享	健康	Ea-1a-I-1 認識基本的健康常識。 Ea-1a-I-2 認識健康的的生活習慣。	1. 「快樂的營養午餐」動畫 2. 菜單紀錄表 3. 菜單學習單	1. 說出午餐有哪些食物。 2. 能正確紀錄與設計午餐及分享。	1. 能認識午餐的營養素。 2. 能認識午餐適切記錄並完成學習單。	1 電腦輔助教學 2 視聽媒體 3 學習單	5
--------	--------------	--	----	---	--	------------------------------------	--------------------------------------	-----------------------------	---

教材來源 () 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 有 無 融入資訊科技教學內容共()節 (以連結資訊科技議題為主)

特教需求學生： 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. 特教老師簽名： 吳美玲
 普教老師簽名：

*各校可視需求自行增減表格

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。