

嘉義縣永安國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

-(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

年級	四年級	年級課程 主題名稱	健康守門員	課程 設計者	余建民	總節數 /學期 (上/下)	20/上學期
符合 彈性課 程類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他						
學校 願景	溫馨、學習、健康、創新		與學校願景呼 應之說明	透過對家鄉產業及健康飲食的認識，學習到家鄉環境及健康飲食的重要性，並營造一個溫馨及創新的校園環境。			
總綱 核心素 養	A2 系統思考與解決問題 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。 A3 規劃執行與創新應變 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。		課程 目標	(一) 透過「優良食品標章特搜隊」的實際行動，訓練處理日常生活問題的能力。 (二) 透過「菜單設計」的課程，培養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。			

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)	教學活動 (學習活動)	教學資源	節 數
----------	----------	---------------	------------	------	-------------	----------------	------	--------

第(1)週 - 第(5)週	「蚵」 「蚵」笑; 笑呵 呵	pc-II-2 能利用簡單形式的口語、文字或圖畫等，表達探究之過程、發現。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。	蚵的養殖與營養	1. 能利用簡單形式的口語說出影片中的大意 2. 能了解養蚵方式的演變過程 3. 能表達出蚵的養殖過程 4. 能運用資訊說出蚵的營養價值 5. 能運用資訊分辨日常生活中蚵的優劣	1. 能說出影片中的大意 2. 能完成養蚵方式演變學習單 3. 能說出蚵的養殖過程 4. 能說出蚵的營養價值 5. 能分辨蚵的優劣	單元一：「蚵」圈「蚵」點 活動一：養蚵方式的演變 活動二：蚵的養殖 單元二：青蚵最「青」 活動三：蚵的生長 活動四：海中鮮乳營養高 活動五：到市場買最好的蚵	影片 學習單 實地踏查	5
第(6)週 - 第(10)週	「偏」方; 「騙」方	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	偏方與中醫	1. 能認識聽過的偏方 2. 能辨別訊息的真假 3. 能認識偏方與中醫的差別 4. 能說出常見的中藥 5. 生病時願意尋求專業醫生協助	1. 能說出聽過那些偏方 2. 能分辨訊息的真假 3. 能分辨偏方與中醫的差別 4. 能說出常見的中藥 5. 能了解生病時要尋求專業醫生協助	單元五：奶奶的偏方 活動一：聽過那些偏方 活動二：偏方的要不要聽信 單元六：認識中醫醫療 活動三：中醫看診 活動四：中藥 活動五：安全與健康的中醫診療	分組討論	5
第(11)週 - 第(15)週	健康吃 ; 吃健康	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。	運動與飲食	1. 能辨別生活中飲料得種類 2. 能了解熱量代表的意義 3. 能了解食品標示代表的意義 4. 能認識運動前中後如何補充營養 5. 能辨別完食品標示後再購買	1. 能辨別飲料得種類 2. 能說出熱量代表的意義 3. 能說出食品標示代表的意義並完成學習單 4. 能說出運動前中後如何補充營養 5. 能做出先看完食品標示再購買的行為	單元三：運動飲食有技巧 活動一：「飲料」知多少 活動二：「熱量」知多少 活動三：運動前中後補充什麼 單元四：認識食品標示 活動四：造成營養不良的原因 活動五：食品標示與健康	飲料實物 食品標示學習單	5
第(16)週 - 第(20)週	午餐設計師	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。	營養與菜單	1. 能認識何謂統一採購 2. 能認識營養午餐菜單所傳送的重要訊息 3. 能設計出一週健康美味的營養午餐菜單	1. 能說出何謂統一採購 2. 能了解營養午餐菜單所傳送的訊息 3. 能分組設計出一週健康美味的營養午餐菜單	單元七：營養午餐知多少 活動一：統一採購好處多多 活動二：營養午餐流程 單元八：我是大廚師 活動三：設計一週營養午餐菜單	營養午餐菜單 分組討論 學習單	5

			4. 願意改善不良的飲食習慣 5. 能完成魚丸湯料理	4. 能說出怎麼吃才能營養均衡 5. 能分組完成魚丸湯料理	活動四：檢視菜單營養又健康嗎 活動五：煮一鍋魚丸湯	
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 () <input checked="" type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input checked="" type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共(5)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： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 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： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 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.					
						特教老師簽名： 普教老師簽名：余建民

*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。