

三、嘉義縣秀林國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	四年級	年級課程 主題名稱	「食」在安心		課程 設計者	翁菱磯、許晶嫻	總節數/學期 (上/下)	60/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■主題□專題□議題 融入■生命教育 ■安全教育 ■戶外教育 <input type="checkbox"/> 第二類□社團課程□技藝課程 <input type="checkbox"/> 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	活潑、創新、關懷情 好學、實用、國際觀		與學校願景呼 應之說明	一、藉由文本閱讀，具備食物安全的知能；同時透過實用的健康飲食知識與技巧，選擇營養的餐點。 二、以資訊科技為媒介，觀賞多元媒體素材，辨識食品隱藏的危機與誘惑，進而實際應用於日常生活中。 三、藉由規劃活潑的學習活動，分組討論、分享與實作，以培養學生合作、創新的思維。				
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-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 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	一、具備均衡健康飲食之相關知能，並認識相關食品標章，以應用於日常生活中的食物選擇與保存。 二、具備應用科技資訊的基本素養，識讀媒體所傳遞的錯誤飲食訊息，並懂得拒絕食品的誘惑。 三、透過分組合作，設計均衡且具美感的早餐，並實際操作、體驗一場美的饗宴，以發展藝文創作與欣賞的基本素養。				
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 (4) 週	健康食米趣	國語/1-II-2 具備聆聽不同媒材的基本能力。	繪本-「米從哪裡來」	具備專心聆聽故事的基本能力。	能學生能融入教學情境，專心聆聽。	活動一：米從哪裡來	繪本-米從哪裡來(優美國際)	2 節
		國語/5-II-3 讀懂與學習階段相符的文本。		透過閱讀文本讀懂米從那裡來相關知識。	能概述米從那裡來進而知感恩惜福內容。	1. 繪本-米從哪裡來(讓孩子體會農夫的辛苦及偉大並學習惜物感恩的情懷)。 2. 進行問題討論，探討書中「稻米生長的過程」藉由繪本引導讓孩子認識農夫種稻米的情形。 3. 漿糊的製作——將糯米粉加入熱開水攪拌，或是倒進鍋子裡利用慢火一邊煮一邊攪拌。準備一張特大張且長的畫紙，讓小朋友進行彩糊畫的活動。	https://www.youtube.com/watch?v=y8ZN1xnoLXw 影片	
		資 a-II-3 能了解並遵守資訊倫理與使用資訊科技的相關規範。	繪出「食米好處多」的心智圖	了解並遵守資訊倫理與利用 openid 登入學習平台認識稻米種類和營養價值	能了解並遵守資訊倫理與利用 openid 登入學習平台認識稻米種類和營養價值	活動二：食米好處多		4 節
		社會 3b-II-1 透過適當的管道蒐集與學習主題相關的資料，並判讀其正確性。	台灣米標章推廣	透過適當的管道蒐集與學習米營養成分的資料。	能透過適當的管道蒐集與學習米營養成分的資料。	活動三：—CAS 食米與米標章	「食米好處多」的心智圖。	
		綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。	*米飯體驗學習單	體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。	認識與討論稻米種類和營養價值	1. 教導學生使用資訊科技蒐集報紙資源、電腦網路之米的營養成分的資料。 2. 台灣米標章推廣:播放影片 -臺灣好米讚臺灣米標章推廣 2:27 3. 展示三種不同的米，並介紹米一種米的名稱及功用，如我們一般吃的米為蓬萊米；在來米用來做米粉、粿條及粿；圓糯米用來做湯圓、麻糬及紅龜粿；長糯米用來做粽子、米糕及飯糰。 4. 發表 *發表與分享「米飯體驗學習單」	http://www.taiwanme.org.tw/article_detail.php?id=14&Page=2 米的營養成分播放 https://www.youtube.com/watch?v=E5xF7QQ1IMY 臺灣米標章推廣 2:27	2 節
						活動四：美食饗宴		4 節
						1. 教師說明米可以做出很多種類的美食，飯糰是最簡單的一樣，現在就請學生一起動手製作 2. 教師示範飯糰的製作方法 作法:取一個乾淨塑膠袋剪開；放入白飯壓平；在白飯上放上餡料；將塑膠袋扭緊；將飯糰取出即可 3. 學生實作(實作過程中教師進行組間巡視及協助指導)		

第 (5) 週 - 第 (8) 週	食物 知 多 少	<p>國語 2-II-2 運用適當詞語、 正確語法表達想法。</p> <p>綜合 1b-II-1 選擇合宜的學 習方法，落實學習行動。</p>	<p>網路資料 「六大類 食物與功 用」資 料。</p>	<p>運用適當詞語、正確語法表達六大類食物與功 用」資料。</p> <p>選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p>	<p>能運用 google 蒐集「六大類食物 與功用」資料。</p> <p>能選擇合宜的學習方法，落實對六 大類食物認識的學習行動。</p> <p>分析與判讀能讀懂常見食物熱量之 相關資料</p>	<p>活動一食物調色盤 1. 老師指導學生以關鍵字搜尋使用 搜尋引擎查詢「六大類食物與功 用」資料。(關鍵字引導) 2. 食物對對碰活動— (1) 教師在黑板上揭示六大類食 物的名稱。 (2) 請學生抽取圖片，並貼於名稱 之後，且須說明該食物對人體的功 用。 (3) 記點最多組，即為獲勝隊伍。 3. 老師總結~六大類食物的來源、功 用及吃出健康加深小朋友對六大 類食物的認識，以便於日後再選擇 食物時能靈活應用。</p> <p>活動二食物紅綠燈 1. 學生分組上網搜尋常見食物的熱 量，並口頭報告所查詢的食物中， 熱量的多寡。 2. 完成學習單- *食物紅綠燈檢核 表，提供學生飲食紅綠燈食物範 例。</p> <p>活動三：均衡飲食金國王 1. 觀看「均衡飲食金國王的環遊旅程」 影片 2. 老師指導學生上網搜尋食物類別相 關資訊，並進行健康飲食金字塔之 簡易簡報製作，再進行成果報告及 分享。</p> <p>活動四：均衡飲食樂 1. 學生進行「均衡飲食金國王的環遊 旅程」心得短文寫作練習。 2. 教師請學生準備附有包裝之食品 3. 討論與發表個人識食品標示、優良 食品標誌及營養標示的觀點和意見</p>	<p>https://epaper.ntuh.gov.tw/health/201605/health_1.html 六大類食物與功用</p> <p>均衡飲食金國王的環遊旅程影片 https://www.youtube.com/watch?v=FY2pWLO8uEw</p>	<p>4 節</p> <p>2 節</p> <p>4 節</p> <p>2 節</p>
		<p>資議 t-II-1 體驗常見的資 訊系統。</p> <p>國語文 6-II-4 書寫記敘、應 用、說明事物的作品。</p>	<p>*學習單 - 飲食紅 綠燈檢核 表</p> <p>「均衡飲 食金國王 的環遊旅 程」心得 短文寫作</p> <p>教師或學 生準備附 有包裝之 食品</p>	<p>體驗常見的資訊系統，觀看「均衡飲食金國王的環遊旅程」影片，了解健康飲食金字塔概念，並透過討論與分享。</p> <p>書寫記敘「均衡飲食金國王的環遊旅程」心得短文寫作練習。</p>	<p>能透過觀看「均衡飲食金國王的環 遊旅程」影片，了解健康飲食金字 塔概念，並透過討論與分享。</p> <p>練習「均衡飲食金國王的環遊旅程」 心得短文寫作。</p>			

第(9)週 - 第(12)週	食物隱藏的危機	<p>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。</p>	<p>小吃、飲料圖表製作認識高油、高糖、高鈉食物。</p> <p>*我的週紀錄卡~天天五蔬果</p>	<p>將票選結果，製作統計圖表及長條圖表格，並簡單說明本班生活中常見小吃與飲料的概況。</p>	<p>能完成統計表及長條圖表格。並口頭報告分享作品</p>	<p>活動一食物大挑戰</p> <p>1. 老師指導學生以關鍵字搜尋使用搜尋引擎查詢資料。(關鍵字引導)</p> <p>2. 認識食物所隱藏的危機~票選生活中常見的小吃與飲料，並製作統計圖表，再進行口頭報告分享作品。</p>	4 節	
		<p>社會 3d-II-1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。</p>	<p>canva 簡報</p>	<p>探究健康飲食規劃的執行情況，並尋求解決問題的可能做法</p>	<p>能探究健康飲食規劃的執行情況，並尋求解決問題的可能做法。</p>	<p>活動二食品添加物大作戰</p> <p>1. 教師透過「高鈉食物到處有吃太多小心吃出問題」的影片提問，讓學生能確實認識生活中高油、高糖、高鈉的食品及其對人體造成的危害。</p> <p>2. 指導學生 canva 簡報製作的方法。</p>	<p>高鈉食物影片 https://www.youtube.com/watch?v=kJgJyReuL_E 相關網頁資料。</p>	2 節
		<p>資議 t-II-1 體驗常見的資訊系統。</p>	<p>繪本-「阿平的菜單」</p>	<p>體驗 canva 簡報之的資訊系統了解自己平日飲食情形。</p>	<p>能體驗 canva 簡報之功能了解自己平日飲食情形。</p>	<p>活動三我的紀錄卡之天天五蔬果</p> <p>1. 討論與發表健康飲食規劃的執行情況並指導學生以我的週紀錄卡~檢視平日飲食狀況</p> <p>2. 將學生上網搜尋平日飲食狀況紀錄卡以 canva 簡報製作方式並上台分享。</p>		4 節
		<p>國語文 5-II-4 讀懂與學習階段相符的文本。</p>	<p>*選購小小達人學習單</p>	<p>能讀懂相關文本，並踴躍討論與分享。</p>	<p>能專注閱讀、讀懂相關文本-阿平的菜單，並參與分享討論。</p>	<p>活動四選購小小達人</p> <p>1. 繪本領讀-「阿平的菜單」，讓學生不要吃垃圾食物。</p> <p>2. 練習到超商找尋食品標章並做紀錄，再引導學生完成「選購小小達人」學習單，並請學生反思自己平日對食物添加物、有害物質的了解及自己是否在食用過程中受到影響。</p> <p>*上台分享「選購小小達人」學習單</p>	<p>「選購小小達人」學習單</p>	2 節

第 (13) 週 - 第 (16) 週	輕 食 無 負 擔	資 a-II-3 能了解並遵守資訊倫理與使用資訊科技的相關規範。		了解並遵守資訊倫理並使用學習平台播放相關動畫影片	了解並遵守資訊倫理並使用學習平台播放相關動畫影片	活動一：身體營養藍圖 1. 教師展示台灣特色早餐的資料，引導學童發表自己家庭的飲食型態早餐。 2. 各小組討論與分享家中常吃的食物及飲食習慣。 3. 播放動畫影片(麗香姐先生最近裝假牙不適應，加上本來就不愛吃菜，近日飽受便秘之苦...) 3. 討論與發表說明理想的健康早餐為何?不良飲食習慣如高油高鹽高糖對身體造成哪些危害? 4. 各小組繪製完成「我理想的健康早餐」海報	http://health-hp.tncghb.gov.tw/userfiles/files/files/E5%A4%9A%E7%BA%96%E5%A5%BD%E6%9A%A2%E5%BF%AB.mp4 動畫影片	4 節
	藝術 1-II-3 能試探媒材特性與技法，進行創作。	完成「我理想的健康早餐」海報	試探媒材特性與技法，進行繪製「我理想的健康早餐」海報創作。	能試探媒材特性與技法，進行繪製「我理想的健康早餐」海報創作。	活動二：健康飲食妙招多 1. 老師說明高纖飲食的優點及高纖食物來源，進一步了解彩虹蔬果的好處 2. 學生完成-我的健康早餐學習單，提供學生健康早餐內容範例。 3. 上台分享「我的健康早餐」		4 節	
	國語文 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。		樂於參加討論，提供自己健康早餐觀點和意見。	能參加討論，提供自己健康早餐的觀點和意見	活動三：健康餐盤 1. 均衡飲食讓學生以自己的早餐計畫表發表健康飲食規劃的執行狀況。 2. 教師總結課程：膳食纖維主要來自蔬菜、水果及、未精緻全穀雜糧類及豆類。膳食纖維可以促進腸道蠕動，幫助排便，減少大腸直腸的病變、降低膽固醇、維持血糖穩定及增加飽足感，避免飲食過量導致肥胖等好處。 3. 各小組完成「我的餐盤 Q and A」搶答活動		4 節	
	社會 3c-II-2 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。		透過同儕合作進行體驗「我的餐盤 Q and A」探究活動。	透過同儕合作進行體驗「我的餐盤 Q and A」探究活動。				

<p>第(17)週 - 第(20)週</p>	<p>健康 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>國語文 6-II-2 培養感受力、想像力等寫作基本能力。</p> <p>資議 t-II-1 體驗常見的資訊系統。</p>	<p>自製 ppt 內容，說明運動對身體的好處。</p>  <p>運動對身體的好處 。pptx</p>	<p>了解運動對身體的好處。</p> <p>培養對我的健身計劃感受力、想像力等寫作基本能力。</p> <p>體驗 word 文書電子檔的資訊系統。</p>	<p>能了解運動對身體的好處</p> <p>能完成我的健身計劃作文創作</p> <p>能使用 word 文書電子檔的資訊系統。</p>	<p>活動一健康小當家 1 教師播放動畫影片，引導學生思考關於不同年齡適合的運動 https://heho.com.tw/archives/39569 影片</p> <p>2. 透過 ppt 內容，討論與發表運動對身體的好處。 (1)促進青少年身心發育與骨骼成長 (2)促進身體血液循環順暢 (3)增進肌肉的力量 (4)活絡關節 (5)避免身體過胖 (6)預防便秘 (7)改善情緒 (8)增強身體抵抗力</p> <p>活動二我的健身計劃 1 1. 請學生記錄自己的一週運動情形，記錄在學習單~日常運動檢核表。 2. 複習網路相關資料蒐集並練習我的健身計劃作文創作。</p> <p>活動三我的健身計劃 2 1. 練習打字速度 2. 利用作文創作「我的健身計劃」繕打建立為 word 文書電子檔</p>	<p>https://heho.com.tw/archives/39569 影片</p> <p>ppt 內容，說明運動對身體的好處。</p>	<p>4 節</p> <p>4 節</p> <p>4 節</p>
<p>教材來源</p>	<p><input type="checkbox"/>選用教材 () <input checked="" type="checkbox"/>自編教材</p>						
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><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(16)節 (以連結資訊科技議題為主)</p>						
<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙 1 人、智能障礙 1 人，聽覺障礙 1 人 ※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)： 一、學習環境調整 1. 安排結構化的教室環境，有固定明確的流程步驟指示，讓學生清楚知道要做什麼及如何完成。 2. 小組採異質性分組，座位安排於熱心同儕旁。 3. 重視學生的優點，適時針對學生的進步給予鼓勵，營造正向支持的環境。 二、學習內容調整 1. 將學習內容分成幾個小步驟，或將冗長的活動切割成數個較短的段落。</p>						

2. 減少學習內容或問題的數量，按照學生能力現況，將某些較難的學習目標取消或簡化。

三、學習歷程調整

1. 提供同儕輔導（指定小老師群），以便隨時相互提醒。

2. 適時多給予學生鼓勵及成功的經驗，使其對於學習抱有持續熱忱與興趣。

3. 給學生指示或呈現教材時要站得靠近學生。

4. 提供學生能力可及的任務或活動目標。

5. 教學內容多元呈現，包含視覺、聽覺、嗅覺與觸動覺等…，動作示範、在黑板或螢幕呈現時也要搭配口語解說。

6. 確定學生聽懂老師的指令，可在每上完一個段落就要求學生複述及口述重點。

7. 透過合作學習，利用口語提醒、同儕示範、肢體協助等，引導學生共同學習完成任務。

8. 提供能力可及的作業單，允許學生用口頭回答或畫圖，或提供協助完成作業。

9. 智能障礙學生語言理解能力差，教學時宜用簡短扼要口語說明，貼近學生生活經驗，避免冗長或過於抽象，確定學生聽懂老師的指令。

10. 智能障礙生思考慢及口語表達差，上課時老師先請其它同學發表之後，再請他發表，進行發表時，老師可以視學生能力以問答方式引導，或以是非、選擇題、看圖說話…等引導學生回答，即使仿說也要鼓勵他的努力嘗試。

四、學習評量調整

1. 提供多元評量，如：口語回答、實作評量、分組發表等，避免只用傳統紙筆測驗。

2. 口語評量時老師可以視學生能力以問答方式引導，例如：以是非、選擇題、看圖說話等方式引導學生回答。

3. 有書寫困難的學生，允許以口頭發表評量或畫圖方式呈現。

4. 鼓勵合作學習，可改以小組表現評分。

特教老師姓名：陳秋萍、林佳勇

普教老師姓名：翁菱磯、許晶嫻

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。