

三、嘉義縣龍崗國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	一年級	年級課程 主題名稱	SDGS 良好健康與福祉 —健康特攻隊	課程 設計者	張貴美	總節數/學期 (上/下)	40/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 checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 是否融入 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <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 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學						
學校 願景	品德、健康、認同、樂學		與學校願景呼 應之說明	1. 藉由閱讀帶領學生進入國際議題，能以認真的態度思索生活中面對的議題。 2. 身體力行實際參與健康的各項活動，規劃學習活動並努力解決問題。 3. 透過參與課程的過程了解自己，建立喜愛的態度，以培養樂在學習的正確態度。 4. 從學生有生活經驗、感興趣的課程內容出發，拓展至全球性議題，達到活力樂學的教育目標。			
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。 B1 符號運用與溝通表達 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，能以同理心應 用在生活與人際溝通。 C2 人際關係與團隊合作 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. 能具備探索問題的思考能力，促進積極的身心健康及相關預防策略。 2. 鼓勵學生能具備入門的聽、說、讀、寫的語文能力，為其他人做出有利於促進所有人的健康和福祉的決定與行動。 3. 能理解他人感受，並與他人一起合作於日常生活中促進健康。			

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	食在 好健 康	語 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 生 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物 的觀察與意見。 生 1-I-4 珍視自己並學習照顧自己的方法，且能適切、安 全的行動。 語 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。	1.「金國王的環遊 旅程」 2. 參與討 論。 3. 食物金字 塔。 4. 上台發表	1. 能學習聆聽「金國王的 環遊旅程」的影片，並可以 說出聆聽的內容。 2. 以對方能理解的語句和 同學互相討論吃不健康的 食物對身體造成的影響。 3. 能珍視自己的健康並學 習照顧自己的方法，並根 據食物金字塔來進行飲 食，讓自己吃得更健康。 4. 能以正確發音流利的說 話大方上台發表	1. 每位學生能用口語 表達自己的感受並說 出影片的內容。 2. 每位學生能討論並 發表不健康的食物對 身體造成的影響。 3. 每位學生能說出根 據食物金字塔來進行 飲食的好處。 4 每位學生都能上台 發表。	活動一：影片觀賞(3 節) 1. 播放「金國王的環遊旅程」的影片並講 述影片內容。 2. 透過討論、發表、分享，讓學生說出吃 不健康的食物對身體造成的影響。 活動二：認識食物金字塔(3 節) 1. 播放「食物金字塔」ppt，並講述 ppt 的內容。 2. 透過討論、發表、分享，讓學生說出根 據食物金字塔來進行飲食的好處。 3. 分組上台發表。	1.「金國王的環遊旅 程」影片 2.「食物金字塔」ppt 3.「金國王的環遊旅 程」的學習單	8

		語 3-I-3 運用注音符號表達想法，記錄訊息。	5. 完成「食物金字塔」的學習單。	5. 能運用注音符號記錄「食物金字塔」的學習單。	5. 完成「食物金字塔」的學習單。	活動三：書寫食物金字塔的學習單(2 節) 1. 討論食物金字塔內容並完成學習單。		
第(5)週 - 第(8)週	零 食 黃 綠 紅	語 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 生 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。 健 4a-I -1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 語 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。 語 3-I-3 運用注音符號表達想法，記錄訊息。	1. 「零食黃綠紅」教學 ppt 2. 參與討論。 3. 認識零食的營養標示。 4. 食品添加物 5. 零食選購原則檢核表。 6. 「零食紅綠燈」學習單	1. 能學習聆聽「零食黃綠紅」教學 ppt，並可以說出聆聽的內容。 2. 以對方能理解的語句和同學互相討論自己選擇零食的方法。 3. 能說出零食的營養標示。 4. 能於引導下，使用適切的健康資訊，並知道哪些產品的食品添加物會對身體健康造成傷害。 5. 能以正確發音流利的說出零食選購原則檢核表的内容。 6. 運用注音符號記錄「零食紅綠燈」學習單	1. 每位學生能用口語表達說出零食的食品標示。 2. 每位學生能討論並發表自己選擇零食的方法。 3. 每位學生都能知道零食的營養標示。 4. 每位學生能說出哪些食品添加物會對身體健康造成傷害。 5. 每位學生能說出零食選購原則檢核表。 6. 能完成「零食紅綠燈」學習單。	活動一：零食的祕密(3 節) 1. 播放「零食黃綠紅」教學 ppt，探討「如何選對健康的零食」及認識「零食的食品標示」。 2. 透過小組討論，請學生分享自己的經驗裡，是如何選擇零食的呢？ 3. 透過討論、發表、分享，引導學生認識零食的「營養標示」 活動二：大家來找碴(3 節) 1. 播放「歡迎來找碴」教學 ppt，讓孩子從互動遊戲中，能更熟悉哪些「食品添加物」會對身體健康造成傷害。 2. 透過討論、分享，引導學生說出零食的選購原則。 活動三：吃出好健康(2 節) 1. 「零食紅綠燈」學習單。	1. 「零食黃綠紅」教學 ppt 2. 「歡迎來碴」教學 ppt 3. 「零食紅綠燈」學習單	8
第(9)週 - 第(12)週	各 國 兒 童 肥 胖 放 大 鏡	國 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 生 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。 國 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 國 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。	1. 「世界肥胖日」教學 ppt。 2. 參與討論。 3. 各國兒童及成年後的肥胖照片。 4. 各國兒童造成肥胖原因的影片。	1. 能學習聆聽「世界肥胖日」教學 ppt，並可以說出聆聽的內容。 2. 能以對方能理解的語句和同學互相討論各國兒童及成年後肥胖的關係。 3. 能學習聆聽造成兒童肥胖原因的影片內容，並可以說出聆聽的內容。 4. 以正確發音流利的說出自己解決各國兒童肥胖的方法。	1. 每位學生能用口語表達說出世界肥胖日的由來並參與討論。 2. 每位學生能分享各國兒童及成年後肥胖的關係。 3. 每位學生能說出聆聽的內容。 4. 每位學生能用口語表達自己解決各國兒童肥胖的方法。	活動一：認識世界肥胖日(2 節) 1. 播放教師自製「世界肥胖日」教學 ppt。 2. 透過討論、分享，引導學生說出世界肥胖日的由來。 活動二：小時候胖就是胖(3 節) 1. 利用各國兒童照片及成年後的照片對比，讓學生了解並討論兒童時期肥胖與長大後肥胖的關聯。 2. 分組完成各國兒童及成年後肥胖照片的配對。 活動三：打擊肥胖(3 節) 1. 播放各國兒童造成肥胖原因的影片，讓學生了解造成各國兒童肥胖的原因。	1. 「世界肥胖日」教學 ppt。 2. 各國兒童及成年後的肥胖照片。 3. 各國兒童造成肥胖原因的影片	8

			5. 上台發表。			2. 透過討論讓學生說出解決各國兒童肥胖的方法。		
第(13)週 - 第(16)週	運動有夠讚	語 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 生 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。 1-I-3 省思自我成長的歷程，體會其意義並知道自己進步的情形與努力的方向。 語 3-I-3 運用注音符號表達想法，記錄訊息。	1. 「運動吧！豬國王」的故事 2. 參與討論。 3. 飲食習慣 4. 「運動吧！豬國王」學習單。	1. 能學習聆聽「運動吧！豬國王」的故事，並可以說出聆聽的內容和自己的感受。 2. 以對方能理解的語句和同學互相討論吃了過多的精緻食物會造成肥胖。 3. 省思自己成長的歷程是否也有和豬國王相同的飲食習慣而能改變自己的飲食習慣，並能知道自己努力的方向。 4. 運用注音符號記錄「運動吧！豬國王」的學習單。	1. 每位學生能用口語表達繪本的內容並說出自己的感受。 2. 每位學生能討論並發表吃了過多的精緻食物會造成肥胖。 3. 每位學生能說出國王長出豬尾巴的原因。 4. 每位學生能說出讓國王豬尾巴消失不見的方法。 5. 完成「運動吧！豬國王」的學習單。	2. 透過討論讓學生說出解決各國兒童肥胖的方法。 活動一：說故事(3 節) 1. 透過故事繪本講述故事內容。 2. 透過討論、發表、分享、省思，引導學生了解吃了過多的精緻食物會造成肥胖。 活動二：向豬尾巴 say goodbye(3 節) 1. 透過討論、發表、分享、省思，引導學生說出故事中的國王長出豬尾巴的原因。 2. 透過討論，各組發表如何讓國王的豬尾巴消失的方法。 活動三：書寫學習單(2 節) 1. 討論書中內容並書寫學習單。	1. 「運動吧！豬國王」繪本 2. 「運動吧！豬國王」學習單	8
第(17)週 - 第(20)週	健康飲食我決定	語 2-I-3 與他人交談時，能適當的提問、合宜的回答，並分享想法。 語 3-I-3 運用注音符號表達想法，記錄訊息。 生 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。 語 2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。	1. 健康飲食習慣。 2. 「健康飲食宣言」海報。 3. 健康約定宣言 4. 上台發表	1. 學生互相交談時，能適當的提問、合宜的回答對方的問題，並分享正確飲食習慣的想法。 2. 能運用注音符號記錄自己所知道的健康飲食習慣。 3. 各組能運用探究事物的方法，透過討論的健康飲食習慣，做出健康飲食宣言海報。 4. 能運用健康飲食宣言海報的內容，寫出自己與健康的約定。 5. 學生能上台以正確發音流利的發表並說出語意完整的話，講出健康約定的宣言。	1. 每位學生能認真討論並樂於分享。 2. 每位學生能正確使用注音符號寫出健康的飲食習慣。 3. 每位學生能合作完成健康飲食宣言海報。 4. 每位學生都能寫出自己的健康約定。 5. 每位學生都能上台發表	活動一：健康飲食 go go go(2 節) 1. 透過討論、發表、分享，引導學生說出正確的飲食習慣。 活動二：健康飲食作伙來(4 節) 1. 分組討論寫出自己所知道的健康飲食習慣。 2. 能將討論出來的健康飲食習慣製作成海報標語。 3. 透過各組健康飲食宣言海報，寫下與自己的健康約定，也請家人簽名作證。 活動三：與健康有約(2 節) 1. 上台分享健康飲食宣言海報作品。 2. 上台分享自己的健康約定。	1. 大壁報紙、彩色筆	8

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 checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)

特教需求學生課程調整	<p>※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)</p> <p>※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)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫):</p> <p style="text-align: right;">普教老師姓名: 張貴美</p>
------------	---

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。