

三、嘉義縣更寮國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	高年級	年級課程 主題名稱	友善土地：民以食為天	課程 設計者	黃偉萍	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 checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 *是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <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	地球公民、樂學展能、科技探索	與學校願景呼 應之說明	1. 藉由教學影片的觀看，明白「綠色消費」的生活方式，進而覺察如何盡一己之力來善盡地球公民之職責。 2. 認識資源永續耕作農法，有機農業如何結合現代的科技走向行銷的前端，精進傳統農業，符合現在世界的潮流，並分組完成簡報及分享。 3. 利用家鄉在地農產品製成家傳私房菜，讓飲食文化傳承成為食育重要的一環。				
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-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力， 理解 並 遵守 社會道德規範，培養公民意識， 關懷 生態環境。 E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。	課程 目標	1. 探索與理解 人體所需營養的能力，進而反思並修正 處理 自己的飲食習慣。 2. 認識「綠色消費」的觀念，透過教學活動 理解 並 尊重 環境友善的觀點，達到 關懷 生態環境之素養。 3. 樂於與同學互動分享臺灣生態友善智慧農業等相關知識，養成同儕合作之態度。 4. 具備 運用網路蒐尋資料的能力並尊重智慧財產權。				

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3週	在地農業生產與特色	資 a-III-3 能了解並遵守資訊倫理與使用資訊科技的相關規範。 社 3c-III-2 發揮各人不同的專長，透過分工進行團隊合作。	1. 網站【農業兒童網】 2. 數位使用習慣 3. 資訊科技之使用原則 4. 簡報	1. 透過網站【農業兒童網】了解六腳鄉在地農產品(小番茄、青花菜、花生)的特性及營養成分。 2. 能了解健康的數位使用習慣及遵守資訊科技之使用原則。 3. 小組之內彼此發揮長才，分工製作簡報。	1. 個人觀看筆記整理。 2. 小組探究問題擬定與資料蒐整分析。 3. 分工合作完成簡報並分享	活動一：農業兒童網 1. 查詢網站 https://kids.coa.gov.tw/index.php 2. 分工進行紀錄與瀏覽 活動二：分組資料蒐集與彙整 1. 2-3 人一組，每組一台平板電腦 2. 進行在地農產品的資料蒐集：番茄、青花菜、花生 3. 搜尋並彙整成簡報 活動三：分組報告與分享 1. 各組上台分享 2. 小組分享與回饋 3. 教師統整與鼓勵	電腦 網站 簡報 小組回饋單	3
第4週 - 第6週	農業與資源永續	社 2a-III-2 表達對在地與全球議題的關懷。 自 tc-III-1 能就所蒐集的數據或資料，進行簡單的記錄與分類，並依據習得的知識，思考資料的正確性及辨別他人資訊與事實的差異。	1. 影片【『友善耕作-為永續播種』-5個與土地共生的農耕故事】 2. 簡報	1. 透過【『友善耕作-為永續播種』-5個與土地共生的農耕故事】影片觀看，進而關懷與表達農業與資源永續之議題。 2. 藉由簡報蒐集「慣行、自然與有機農法的區別」，思考個別的優缺點。	1. 覺察環境永續的危機。 2. 分析三種農法與有機農業再升級。	活動一：友善耕作 1. 觀看影片 https://www.youtube.com/watch?v=lu4cKiq_KHo 2. 分工進行紀錄與瀏覽 活動二：慣行、自然與有機農法 3. 釐清與掌握三者的定義 4. 分析三者的優缺點 5. 觀賞 AI 人工智慧科技導入有機農業影片 https://www.youtube.com/watch?v=EWKbjjpL3NY 活動三：現代農業報告書 1. 分析家鄉產業的農法	電腦 網站 簡報 Word	3

		國/2-III-6 結合科技與資訊，提升表達的效能。	3. 表格 4. 發表的能力	3. 將所蒐集資料結合表格形式，提升學生發表的能力。	3. 彙整所蒐集資料完成現代農業報告書	2. 以表格呈現所彙整之資料 3. 個人上台分享 4. 同儕分享與回饋 5. 教師統整與鼓勵	小組回饋單	
第7週 - 第9週	飲食與疾病	自 po-III-1 能從學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體等察覺問題。 健 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 國/2-III-5 把握說話內容的主題、重要細節與結構邏輯。	1. 簡報【代謝症候群的五個危險因子】 2. 預防三高飲食 3. 分享内容	1. 從簡報中【代謝症候群的五個危險因子】覺察自己及家人的檢查值是否符合標準。 2. 願意培養預防三高的飲食型態。 3. 把握並清楚說明小組分享的内容	1. 反思自身檢查值是否符合標準。 2. 實踐預防三高的飲食原則。 3. 能清楚說出影片重點與涵義	活動一：認識三高 1. 代謝症候群的五個危險因子 (1)腹部肥胖 (2)血壓偏高 (3)空腹血糖值偏高 (4)三酸甘油酯偏高 (TG) (5)高密度脂蛋白膽固醇偏低 (HDL) 2. 三高及其併發症 (1)高血壓併發症 (2)高血糖併發症 (3)高血脂併發症 活動二：飲食與疾病 1. 觀看影片： 預防三高危機 09 三高的飲食注意事項 by 台大蘇大成醫師 https://www.youtube.com/watch?v=B4YMZIFrTWo 2. 介紹「飲食調理-預防三高飲食的原則」 3. 小組討論飲食與疾病的關係 4. 各組上台分享 5. 小組分享與回饋 6. 教師統整與鼓勵	影片 學習單 簡報 小組回饋單	3

<p>第 10 週 - 第 12 週</p>	<p>綠色消費</p>	<p>社 3b-III-2 摘取及整理社會議題相關資料的重點，判讀其正確性及價值，並加以描述和解釋。</p> <p>綜 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。</p> <p>綜 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。</p> <p>國/2-III-5 把握說話內容的主題、重要細節與結構邏輯。</p>	<p>1. 「綠色消費」的原則</p> <p>2. 環保標語</p> <p>3. 「共享經濟」的概念</p> <p>4. 分享内容</p>	<p>1. 摘取及整理「綠色消費」的原則，描述其對環境的貢獻與價值。</p> <p>2. 參與分組蒐集環保標語，認識「綠色消費」的概念，並協同合作實踐「綠色消費」的共同目標。</p> <p>3. 珍惜閒置資源，實踐共享經濟創造新價值。</p> <p>4. 把握並清楚說明小組分享的内容</p>	<p>1. 正確回答「綠色消費」的原則與其優點。</p> <p>2. 分組蒐集環保標語並分享</p> <p>3. 正確找出影片中共享經濟的例子，反思並實踐於生活中。</p> <p>4. 能清楚說出影片重點與涵義</p>	<p>活動一：六個綠色消費觀</p> <p>1. 基本 3R3E 原則： (1)消費減量 (Reduce) (2)重複使用 (Reuse) (3)回收循環 (Recycle) (4)講究經濟 (Economic) (5)符合生態 (Ecological) (6)實踐公平 (Equitable)</p> <p>活動二：認識環保標語</p> <p>2. 蒐集日常生活物品上對環境友好的標語</p> <p>3. 分享、回饋與鼓勵</p> <p>活動三：共享經濟</p> <p>4. 概念解釋：閒置資源的再利用，透過分享以充份善用閒置資源，減少浪費，既最大化資源的已有價值，又能創造新的價值，並讓共享者能各取所需、獲得回饋。</p> <p>5. 觀看影片： (1)將共享經濟帶進每天的生活 https://www.youtube.com/watch?v=0BFgHqkF3Rk (2)改變未來社會的概念！ 共享經濟新創正夯 https://www.youtube.com/watch?v=KPSIrwhr_oQ</p> <p>6. 學習單撰寫</p> <p>7. 小組分享與回饋</p> <p>8. 教師統整與鼓勵</p>	<p>影片</p> <p>學習單</p> <p>簡報</p> <p>小組回饋單</p> <p>補充文獻</p>	<p>3</p>
--------------------------------	-------------	---	---	--	---	--	---	----------

<p>第 13 週 - 第 16 週</p>	<p>飲食的重要性</p>	<p>健 1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。</p> <p>健 1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。</p> <p>藝/1-III-2 能使用視覺元素和構成要素，探索創作歷程。</p>	<p>1. 飲食行為測量表</p> <p>2. 每日飲食指南手冊</p> <p>3. 我的餐盤</p>	<p>1. 紀錄自我飲食對照飲食行為測量表，尋求適用的健康飲食內容。</p> <p>2. 理解每日飲食指南手冊的建議，養成正確的均衡飲食習慣。</p> <p>3. 使用視覺元素和構成要素，將均衡營養的餐盤繪製於設計圖上。</p>	<p>1. 進行飲食行為測量表並報告分析結果。</p> <p>2. 完成上課筆記整理</p> <p>3. 完成食譜設計與分享。</p>	<p>活動一：飲食自我評估</p> <ol style="list-style-type: none"> 紀錄本週每日三餐飲食內容 實施飲食行為測量表 https://health99.hpa.gov.tw/onlineQuiz/eatingBehavior 分析與分享測量結果 <p>活動二：導讀「每日飲食指南手冊」</p> <ol style="list-style-type: none"> 健康體重 生活活動強度 熱量需求 每天六大類食物建議份量 六大類食物及分量簡介 <p>活動三：我的餐盤</p> <ol style="list-style-type: none"> 認識何謂「我的餐盤」 https://youtu.be/metPfK4qfzo 將食物 6 大類之飲食建議份數圖像化，選擇在地、原態、多樣化的食物，設計一份滿足營養需求「我的一日早午晚餐餐盤」 分享與討論 教師統整與鼓勵 	<p>影片</p> <p>學習單</p> <p>簡報</p> <p>小組回饋單</p> <p>手冊</p> <p>設計圖</p>	<p>4</p>
<p>第 17 週 - 第 20 週</p>	<p>飲食與文化傳承</p>	<p>社 2b-III-2 理解不同文化的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。</p>	<p>1. 傳承私房料理</p>	<p>1. 透過飲食製作理解傳統料理的特色，完成「阿公阿嬤私房料理」紀錄單，達到欣賞與尊重文化多元。</p>	<p>1. 體驗菜餚實作並拍照記錄。</p>	<p>活動一：阿公阿嬤的私房菜</p> <ol style="list-style-type: none"> 採訪家中長輩的私房料理 學習做菜並拍照記錄 品嚐與感受 撰寫私房菜文章 於朝會分享私房菜文章 <p>活動二：烹煮與分享</p> <ol style="list-style-type: none"> 依據食譜進行烹煮 	<p>學習單</p> <p>食材</p> <p>簡報</p>	<p>4</p>

