

嘉義縣 大同 國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三年級	年級課程 主題名稱	食在健康	課程 設計者	三年級全體教師	總節數 /學期	40/上學期
符合 彈性課程 類型	<p>■第一類 統整性探究課程 ■主題 ■專題 □議題 *是否融入 ■生命教育 ■安全教育 ■戶外教育                      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。</p> <p>□第二類 □社團課程 □技藝課程</p> <p>□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</p>						
學校 願景	<p>熱情關懷 樂學健康                      自主探索 溝通表達 實踐篤行</p>		與學校願景 呼應之說明	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.了解飲食對身體的重要，能於日常生活中，運用<b>健康</b>資訊，<b>實踐</b>美好生活。</li> <li>2.覺察環境與健康的影響，培養<b>自主探索</b>、思辨、解決問題的能力。</li> <li>3.讓學生<b>熱情</b>參與，以團隊合作、友善的<b>溝通</b>行為解決日常生活問題。</li> <li>4.透過課程體驗與<b>實踐</b>，讓學生重視健康飲食並執行對環境友善的行動，享受真善美的樂活人生。</li> </ol>			
總綱 核心 素養	<p>E-A1 具備<b>良好的生活習慣</b>，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。</p> <p>E-A2 具備<b>探索</b>問題思考能力，並透過<b>體驗與實踐處理日常生活問題</b>。</p> <p>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人<b>互動</b>，並與團隊成員<b>合作</b>之素養。</p> <p>E-C3 具備<b>理解與關心</b>本土與國際事務的素養，並<b>認識與包容</b>文化的多元性。</p>		課程 目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過學習認識食材營養，了解健康安全飲食的知識，以<b>具備良好的生活習慣</b>，促進身心健全發展。</li> <li>2. 具備<b>探索</b>問題的思考能力，運用科技媒體、實際動手操作<b>體驗</b>，建立<b>實踐處理日常生活問題</b>的能力。</li> <li>3. 理解團隊重要性，樂於與人<b>互動、合作</b>，一起討論，共同完成成果。</li> <li>4. 具備<b>理解與關心</b>身體健康密碼，<b>認識</b>在地食材文化，<b>包容</b>各國飲食的文化與特色。</li> </ol>			

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	飲食金字塔	<p><b>健體/1a-II-2</b> 了解促進健康生活的的方法。</p> <p><b>自然/ah-II-1</b> 透過各種感官了解生活週遭事物的屬性。</p> <p><b>健體/2C-II-2</b> 表現增進團隊合作、友善的互動行為</p> <p><b>健體/1a-II-1</b> 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p><b>自 po-II-1</b> 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。</p> <p><b>綜合/3d-II-1</b> 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。</p> <p>國 E12 觀察生活中的全球議題，並構思生活行動策略。</p>	<p>1. 六大營養素</p> <p>2. 六大營養素分類圖片</p> <p>3. 海報</p> <p>4. 聯合國永續發展目標 SDGs 目標 6 及水資源過度消耗的問題。</p> <p>5. 世界各地水資源的困境</p>	<p>1. 了解食物的六大營養素，進而促進自己擁有健康的生活。</p> <p>2. 以媒體、實物, 讓學生透過感官，了解六大營養素的分類圖片</p> <p>3. 分組合作，完成海報配對活動，表現團隊合作。</p> <p>4. 認識聯合國永續發展目標 SDGs 目標 6，正視水資源過度消耗的問題。</p> <p>5. 觀賞影片，從中察覺世界有些國家水資源匱乏的問題</p> <p>6. 探討世界水資源匱乏的困境，師生可共同討論構思出適切可執行的作法。</p>	<p>1. 從認識食物的六大營養素了解怎麼吃才健康。</p> <p>2. 了解食物金字塔的內容並能將食物做相關分類及配對。</p> <p>3. 檢視自己的飲食習慣。</p> <p>4. 做到不偏食、不浪費，實踐均衡飲食生活。</p> <p>5. 認識聯合國永續發展目標 SDGs 目標 6，知道自己使用水資源的現況，正視水資源過度消耗的問題。</p> <p>6. 了解世界水資源匱乏的困境後，真正從日常行動中去改善水資源過度消耗的問題。</p> <p>7. 能專心聆聽同學的分享，並共同完成學習單。</p>	<p>活動一:與營養師有約(2節)</p> <p>1. 邀請學校營養師到班講授食物金字塔 2. 學生從課程中認識到六大類食物中所含的營養素。 3. 有獎徵答。</p> <p>活動二:天生絕配-食物分類配對(4節)</p> <p>1. 學生分組蒐集家中超商或賣場廣告紙 2. 剪下有關六大食物的相關圖片 3. 每組發下一張全開壁報紙，畫下食物金字塔框線 4. 將剪下的食物圖片黏貼在六大食物的相關位置的框線內 5. 各組上台分享 6. 其他組員檢視配對是否正確</p> <p>活動三:藍色的水塔(2節) (融入生命教育)</p> <p>1. 聆聽故事：西元 1900 年朴子因水源污染而爆發鼠疫傳染病……，因而在西元 1934 年興建自來水塔。 2. 學生由網路蒐尋出朴子自來水塔照片。 3. 學生理解水源對人類生存的重要性。 4. 學生從 SDGs 目標 6(為所有人提供水資源衛生及進行永續管理)學習到自己使用水資源的現況，正視水資源過度消耗的問題。 5. 延伸探討目前世界水資源匱乏的困境 6. 完成學習單。</p>	<p>網站:每日飲食指南</p> <p>壁報紙</p> <p>賣場廣告紙</p> <p>網路圖片</p> <p>SDGs <a href="https://www.youtube.com/watch?v=2Q5id1d2TgU&amp;ab_channel=%E5%BF%97%E7%A5%BA%E4%B8%83%E4%B8%83%E5%9C%96%E6%96%87%E4%B8%8D%E7%AC%A6">https://www.youtube.com/watch?v=2Q5id1d2TgU&amp;ab_channel=%E5%BF%97%E7%A5%BA%E4%B8%83%E4%B8%83%E5%9C%96%E6%96%87%E4%B8%8D%E7%AC%A6</a></p> <p>水資源網站</p>	8

<p>第(5)週 - 第(8)週</p>	<p>金字塔上的大力士</p>	<p><b>自然/tc-II-1</b> 能簡單<b>分辨</b>或分類所<b>觀察</b>到的自然科學現象。</p> <p><b>國語/1-II-2</b> 具備<b>聆聽</b>不同媒材的基本能力</p> <p><b>資訊/t-II-2</b> 能<b>使用</b>資訊科技解決生活中簡單的問題</p> <p><b>社會/3b-II-3</b> <b>整理</b>資料，<b>製作</b>成簡易的圖表，並加以說明。</p> <p><b>健體/2C-II-2</b> <b>表現</b>增進團隊合作、友善的互動行為</p> <p><b>國語/2-II-3</b> 能<b>掌握</b>說話的重點與順序、對談時能作適當的回應</p>	<p>1. 家鄉農糧作物</p> <p>2. 小吃特徵</p> <p>3. 正確的關鍵字與主題相關的網路資料</p> <p>4. 簡單形式的圖表及記錄表</p>	<p>1. 學會從家鄉農糧作物外形<b>分辨</b>稻米、玉米、番薯和小麥，並<b>觀察</b>生活中這些作物製成的小吃產品。</p> <p>2. 專心<b>聆聽</b>各組小吃的特徵報告</p> <p>3. 學習<b>使用</b>搜尋引擎、運用正確的關鍵字去蒐集網路資料，並加以整理、說明</p> <p>4. 學習<b>整理</b>資料，<b>製作</b>圖表來記錄特產特徵。</p> <p>5. 從小組任務中<b>表現</b>團隊合作的重要並樂於學習</p> <p>6. 上臺報告時能<b>掌握</b>內容重點</p>	<p>1. 能分組蒐集資料與圖片，上台報告關於五穀根莖類的台灣小吃。</p> <p>2. 聆聽態度專注認真</p> <p>3. 能小組合作，使用網路搜尋引擎及正確關鍵字蒐集農產資料並整理，製作出簡易圖表</p> <p>4. 樂於團隊合作，完成簡報製作</p> <p>5. 上臺報告時能把握內容重點。</p> <p>6. 能從活動中了解五穀根莖類是我們熱量的來源</p>	<p><b>活動一：我是大力士(2節)</b></p> <p>1. 學生閱讀繪本：我是大力士。 2. 學生分享書本內容(組內&gt;全班)。 3. 學生<b>歸納</b>出大力士能量的來源是五穀根莖類。<b>(融入安全教育-食藥安全)</b></p> <p><b>活動二：全穀雜糧尋寶趣(4節)</b></p> <p>1. 分組蒐集關於五穀根莖類的圖片樣貌及有關五穀根莖類的台灣小吃資料。 2. 製作簡報，並上台報告。 3. 進行冠軍小吃票選活動並繪製成長條圖。</p> <p><b>活動三：網路趴趴找(2節)</b></p> <p>1. 依據票選冠軍的五穀雜糧小吃，蒐尋有名的小吃在哪個縣市。 2. 學生經驗分享。 3. 搜尋小吃的相關製程。</p>	<p>我是大力士-大采文化出版社</p> <p>網路圖片 簡報</p> <p>電腦設備</p> <p>台灣傳統米食-米吉 米食天地</p>	<p>8</p>
----------------------	-----------------	--	--	---	--	--	---	----------

<p>第 (9) 週 - 第 (12) 週</p>	<p>ㄣ 不 出 來</p>	<p>語 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。</p> <p>自然/ah-II-1 透過各種感官了解生活週遭事物的屬性。</p> <p>健體/3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境</p> <p>自/ah-II-2 透過有系統的分類與表達方式，與他人溝通自己的想法與發現。</p> <p>自/pc-II-1 能專注聆聽同學報告，提出疑問或意見。並能對探究方法、過程或結果，進行檢討。</p>	<p>1. 蔬果水果的繪本</p> <p>2. 家鄉常見的蔬果水果</p> <p>3. 卡片</p> <p>4. 在地料理</p> <p>5. 媒材及資料</p>	<p>1. 閱讀繪本「便秘的兔子」，認識蔬果水果的重要性。</p> <p>2. 透過實際操作，了解週遭常見的蔬果水果的特性。</p> <p>3. 透過分組活動，完成卡片繪製及配對任務</p> <p>4. 透過實地體驗，運用各項技能完成在地料理</p> <p>5. 能透過媒材及相關資料探討如何吃才健康，並有系統的表達自己的想法與發現。</p> <p>6. 能專注聆聽同學的報告，並針對過程或結果提出疑問，並進行檢討。</p>	<p>1. 能理解蔬果水果對身體的重要性。</p> <p>2. 認識各種蔬果水果，並能說出其名稱。</p> <p>3. 覺察自己的飲食習慣對身體的影響。</p> <p>4. 能和家人合作，動手實作，利用在地食材完成料理。</p> <p>5. 能知道如何吃得更健康。真正落實均衡飲食，不偏食，讓自己身體更健康。</p> <p>6. 能專心聆聽報告，並針對內容進行檢討。</p>	<p>活動一：便秘的兔子(2節)</p> <p>1. 學生閱讀繪本：「便秘的兔子」。</p> <p>2. 學生分享書本內容(組內&gt;全班)</p> <p>3. 學生歸納出蔬果水果對身體排便的重要。</p> <p>4. 自我檢核平時的飲食習慣。</p> <p>5. 完成學習單。</p> <p>活動二：菜菜冒險記(3節)</p> <p>1. 分組後，每人繪製五張不同的蔬果圖卡，並拿五張空白卡片寫上其蔬果名稱。</p> <p>2. 每組將繪製好的卡片洗牌後排好，記住其圖片及名稱位置後翻到背面。</p> <p>3. 遊戲配對越多的玩家即獲得勝利。</p> <p>4. 擴大兩組卡片一起玩、三組卡片一起玩……全班一起玩。</p> <p>活動三：來去逛菜市(3節)</p> <p>1. 先請學生在假日時陪父母親到市場走一圈，尋找自己所畫的蔬果真正樣貌。</p> <p>2. 學生詢問父母親這些食材在家中的料理方式。</p> <p>3. 學生蒐集相關資料後探討如何吃得更健康。</p> <p>4. 上台報告。</p>	<p>便秘的兔子-天下生活出版社</p> <p>空白卡片</p> <p>繪圖工具</p>	<p>8</p>
---	----------------------------	--	---	--	---	--	--	----------



<p>第 (13) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>珍 奶 真 奶</p>	<p>國語/2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>自然/ps-II-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。</p> <p>資/t-II-2 能使用資訊科技解決生活中簡單的問題</p> <p>綜/la-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p> <p>健/la-II-1 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p>自/ai-II-3 透過動手實作，享受以成品來表現自己構想的樂趣。</p>	<p>1.珍奶文化</p> <p>2.奶精、牛奶營養成分</p> <p>3.蛋白質反式脂肪資訊</p> <p>4.聯合國永續發展目標 SDGs 目標 3,及身心健康的重要。</p>	<p>1.討論台灣的珍奶文化並提供個人觀點。</p> <p>2.透過學習活動了解奶精、牛奶營養成分的差異並察覺出問題。</p> <p>3.使用蒐集網路資訊的能力，搜尋有關蛋白質、反式脂肪的資訊。</p> <p>4.上臺發表，表達自己的想法外，並提供同學回饋。</p> <p>5.認識聯合國永續發展目標 SDGs 目標 3,知道身心健康的重要，有意識地做出健康的選擇。</p> <p>6.動手實作，享受 DIY 的樂趣。</p>	<p>1.了解台灣的珍奶文化及其組成原料。</p> <p>2.能分辨奶精 v. s. 牛奶的差異性。</p> <p>3.了解奶精含有反式脂肪，牛奶富含蛋白質，二者營養成分大不同。</p> <p>4.搜尋有關蛋白質、反式脂肪的資訊，了解其對身體的影響。</p> <p>5.能分組討論，有系統的上台報告。</p> <p>6.認識聯合國永續發展目標 SDGs 目標 3,知道身心健康的重要，有意識地做出健康的選擇。</p> <p>6.動手實作,落實健康飲食。</p>	<p>活動一：我的珍奶(4節)</p> <p>1. 上網蒐尋台灣的珍奶的起源與組成原料。</p> <p>2. 準備粉圓、牛奶、奶精、茶包、糖，大家一起製作二種不同成分的珍珠奶茶。</p> <p>3. 學生品嚐不同成分的珍珠奶茶，探討二者的差異性。</p> <p>4. 請學生搜尋蛋白質、奶精、反式脂肪的相關資訊以及對身體的影響。</p> <p>5. 分組上台報告。</p> <p>活動二:珍 Goal 意 s(2節)</p> <p>1. 觀看 SDGs 介紹影片。</p> <p>2. 學生從影片中認識 SDGs 是聯合國 193 個會員國在 2015 年達成對未來世界發展的目標共識。</p> <p>3. 探討 SDGs 目標 3(確保健康的生活方式，促進各年齡人群的福祉)，知道身心健康的重要，有意識地做出健康的選擇。(融入生命教育)</p> <p>4. 學生願意選擇更健康的牛奶而非奶精。</p> <p>活動三：水果奶奶 (2節)</p> <p>1. 分組後，討論每人須帶的水果、果汁機、牛奶、糖。</p> <p>2. 各組製作水果牛奶飲。</p> <p>3. 組間分享水果牛奶飲。</p> <p>4. 票選最好喝的水果牛奶飲。</p> <p>5. 覺察問題： (1)為何商人會使用奶精製作商品？ (2)健康的生活，我們應該要怎麼做？ 歸納結論：有些商人會為了降低成本使用奶精，但牛奶才是補充蛋白質的良好來源</p>	<p>粉圓 牛奶 奶精 茶包 糖</p> <p>SDGs <a href="https://www.youtube.com/watch?v=2Q5idId2TgU&amp;ab_channel=%E5%BF%97%E7%A5%BA%E4%B8%83%E4%B8%83%E5%9C%96%E6%96%87%E4%B8%8D%E7%AC%A6">https://www.youtube.com/watch?v=2Q5idId2TgU&amp;ab_channel=%E5%BF%97%E7%A5%BA%E4%B8%83%E4%B8%83%E5%9C%96%E6%96%87%E4%B8%8D%E7%AC%A6</a></p> <p>水果 牛奶 果汁機 糖</p>	<p>8</p>
--	----------------------------	--	--	---	--	---	---	----------

<p>第(17)週 - 第(19)週</p>	<p>我的營養我把關</p>	<p><b>健體/1a-II-1</b> 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p><b>健體/4a-II-1</b> 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。</p> <p><b>數學/n-II-2</b> 熟練較大位數之加、減、乘計算或估算，並能應用於日常解題。</p> <p><b>綜合/1a-II-1</b> 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p> <p><b>國語/2-II-4</b> 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p>	<p>1. 家中三餐的餐食及食材。</p> <p>2. 一天四人份三餐菜單</p> <p>3. 各餐價格及其總花費</p> <p>4. 菜單海報內容。</p> <p>5. 俗擱大碗獎、最想吃設計獎、最營養設計獎</p>	<p>1. 認識家中三餐的餐食及食材。</p> <p>2. 運用六大食物設計一天四人份三餐菜單，並估算材不能超過1000元。</p> <p>3. 運用在賣場紀錄的食材價錢，計算各餐價格及其總花費</p> <p>4. 各組上台分享表達所設計的菜單海報內容。</p> <p>5. 經由同學分享後，提供個人想法，票選俗擱大碗獎、最想吃設計獎、最營養設計獎。</p>	<p>1. 能認識家中三餐的餐食及食材。</p> <p>2 各組能設計符合六大食物並1000元以內的四人份三餐菜單。</p> <p>3. 各組能經由在賣場所紀錄食材的價錢後，計算各餐價格及總花費。</p> <p>4. 能在海報上清楚畫出三餐食材，並分享設計概念、食材、價錢和營養素。</p> <p>5. 能透過同學的分享，提供個人的意見後，票選最俗擱大碗獎、最想吃設計獎、最營養設計獎。</p>	<p>活動一：行前引導(1節)</p> <p>1. 請學生在假日時，先行觀察家中三餐所吃的餐食及食材。</p> <p>2. 分組討論設計一天四人份三餐菜單，菜單需含六大食物，且食材不能超過1000元。</p> <p>活動二：go!go!go!(2節) (融入安全教育、戶外教育)</p> <p>1. 全班至學校附近全聯賣場。行前請學生討論需要注意哪些安全事項，才能快樂出門，平安回到學校。</p> <p>2. 各組在賣場觀察所菜單的食材，觀察哪些屬於在地食材，不採購僅紀錄食材的價錢。</p> <p>3. 各組回到學校後計算各餐價格及其總花費。</p> <p>活動三：最佳設計師(3節)</p> <p>1. 各組在海報上畫出所設計的三餐菜，並上台分享設計概念、三餐食材及其價錢。</p> <p>2. 其他組別觀察發表者所設計的食材是否有符合六大類食物，並給予回饋。</p> <p>3. 進行票選活動：俗擱大碗獎、最想吃設計獎、最營養設計獎。</p> <p>4. 「最營養設計獎」菜單可提供學校午餐菜單使用。</p> <p>5. 老師總結</p>	<p>空白紙 筆 彩色筆</p>	<p>6</p>
<p>第(20)週</p>	<p>健康享食成果展</p>	<p><b>綜合2d-II-2</b> 分享自己運用創意解決生活問題的經驗與觀察。</p> <p><b>自/pc-II-1</b> 能專注聆聽同學報告，提出疑問或意見。並能對探究方法、過程或結果，進行檢討。</p>	<p>1. 五穀根莖類的台灣小吃簡報</p> <p>2. 小吃票選長條圖</p> <p>3. 學習單</p> <p>4. 菜單海報</p>	<p>1. 各組分享五穀根莖類的台灣小吃簡報、小吃票選長條圖、學習單、菜單海報創意作品。</p> <p>2. 參與成果展者聆聽後給予回饋意見並能對結果進行檢討。</p>	<p>1. 各組能分享自己的作品特色，其他組別和參與成果展者能注意聆聽，給予分享者回饋並反思。</p>	<p>活動一：學習成果展(2節)</p> <p>1. 學生策劃本學期成果展方式，並擔任小小解說員，於展示期間說明創作作品。</p> <p>2. 展示有關五穀根莖類的台灣小吃簡報、小吃票選長條圖、學習單、菜單海報等，邀請其他四年級同學參加，經小小解說員解說後，請參與者聆聽後給予回饋意見供反思、成長。</p>	<p>五穀根莖類的台灣小吃簡報、小吃票選長條圖、學習單、菜單海報創意作品</p>	<p>2</p>

嘉義縣 大同 國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三年級	年級課程 主題名稱	食在健康	課程 設計者	三年級全體教師	總節數 /學期	40/下學期
符合 彈性課 程類型	<p>■第一類 統整性探究課程 ■主題 ■專題 □議題 *是否融入 ■生命教育 □安全教育 □戶外教育                      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。</p> <p>□第二類 □社團課程 □技藝課程</p> <p>□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</p>						
學校 願景	<p>熱情關懷 樂學健康 自主探索 溝通表達 實踐篤行</p>		與學校願景 呼應之說明	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.了解飲食對身體的重要，能於日常生活中，運用<b>健康</b>資訊，<b>實踐</b>美好生活。</li> <li>2.覺察環境與健康的影響，培養<b>自主探索</b>、思辨、解決問題的能力。</li> <li>3.讓學生<b>熱情</b>參與，以團隊合作、友善的<b>溝通</b>行為解決日常生活問題。</li> <li>4.透過課程體驗與<b>實踐</b>，讓學生重視健康飲食並執行對環境友善的行動，享受真善美的樂活人生。</li> </ol>			
總綱 核心 素養	<p>E-A1 具備<b>良好的生活習慣</b>，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。</p> <p>E-A2 具備<b>探索</b>問題思考能力，並透過<b>體驗與實踐處理日常生活問題</b>。</p> <p>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人<b>互動</b>，並與團隊成員<b>合作</b>之素養。</p> <p>E-C3 具備<b>理解與關心</b>本土與國際事務的素養，並<b>認識與包容</b>文化的多元性。</p>		課程 目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過學習認識食材營養，了解健康安全飲食的知識，以<b>具備良好的生活習慣</b>，促進身心健全發展。</li> <li>2. 具備<b>探索</b>問題的思考能力，運用科技媒體、實際動手操作<b>體驗</b>，建立<b>實踐處理日常生活問題</b>的能力。</li> <li>3. 理解團隊重要性，樂於與人<b>互動、合作</b>，一起討論，共同完成成果。</li> <li>4. 具備<b>理解與關心</b>身體健康密碼，<b>認識</b>在地食材文化，<b>包容</b>各國飲食的文化與特色。</li> </ol>			

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	聰明吃救健康	<p>自然 po-II-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能<b>察覺</b>問題。</p> <p>社會/3b-II-1 透過適當的管道<b>蒐集</b>與學習主題相關的資料，並判讀其正確性。</p> <p>社會3c-II-2 透過同儕合作進行體驗、<b>探究</b>與實作</p> <p>社會 3c-II-1 <b>聆聽</b>他人的意見，並表達自己的看法。</p>	<p>1. 自己的健康狀況</p> <p>2. 疾病和飲食</p> <p>3. 疾病和飲食簡報資料</p> <p>4. 回饋分享者</p>	<p>1. 觀察身高體重視力結果通知單和牙齒檢查記錄表後，進而<b>察覺</b>自己的健康狀況，並分享自己的感受和看法。</p> <p>2. 依主題上網<b>蒐集</b>疾病和飲食的相關資料。</p> <p>3. 整理蒐集到的相關簡報資料，並進行<b>探究</b>。</p> <p>4. 分享簡報內容，其他組別能注意<b>聆聽</b>並給予分享者回饋。</p>	<p>1. 觀察身高體重視力結果通知單和牙齒檢查記錄表後，能察覺自己的健康狀況，並分享自己的感受和看法。</p> <p>2. 能依主題上網<b>蒐集</b>疾病和飲食的相關資料。</p> <p>3. 能分工合作整理蒐集到的相關資料，並進行探究後製作簡報。</p> <p>4. 能上台分享，其他組別注意聆聽，給予分享者回饋並反思。</p>	<p>活動一：身體健康亮紅燈了嗎？(2節)</p> <p>1. 觀察每學期初學校測量學童的身高體重視力後的結果通知單和至診所檢查牙齒檢查記錄表，能<b>知道</b>自己的健康狀況，並<b>察覺</b>是否亮起健康紅燈？</p> <p>2. 回想平常的生活習慣，是否會影響健康，分享自己的感受和看法。</p> <p>活動二：紅燈的祕密(2節)</p> <p>1. 分組討論從通知單和記錄表中獲得的資訊，察覺到有哪些問題？</p> <p>2. 各組分別以身高體重、視力和牙齒等主題上網蒐集疾病和飲食的相關資料。</p> <p>活動三：解鎖紅燈的祕密(2節)</p> <p>1. 各組整理蒐集到的相關資料，經<b>探究</b>後製作疾病和飲食簡報。</p> <p>2. 上台分享簡報，各組聆聽疾病和飲食問題後，能給予回饋，並在日常中建立良好的飲食習慣。</p>	<p>身高體重視力結果通知單、牙齒檢查記錄表</p> <p>簡報</p>	6



<p>第 (4) 週 - 第 (5) 週</p>	<p>讓 eye 看 得 見</p> <p><b>健體 1a-II-1</b> 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p><b>健康 2a-II-2</b> 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p><b>社會 3c-II-2</b> 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。</p> <p><b>綜合 2d-II-2</b> 分享自己運用創意解決生活問題的經驗與觀察。</p> <p><b>健康 2b-II-2</b> 願意改善個人的健康習慣。</p> <p><b>藝文 3-II-1</b> 樂於參與各類藝術活動，探索自己的藝術興趣與能力，並展現欣賞禮儀。</p> <p>國 E3 具備表達我國本土文化特色的能力。</p>	<p>1. 維生素 A</p> <p>2. 眼睛健康問題</p> <p>3. 眼睛保健海報</p> <p>4. 用眼習慣</p> <p>5. 紅蘿蔔刺繡作品</p>	<p>1, 認識維生素 A 對眼睛的重要性。</p> <p>2. 注意眼睛健康問題。</p> <p>3. 各小組上網搜尋眼睛相關議題，探究相關資料後，實作眼睛保健海報。</p> <p>4. 分享報告眼睛保健海報內容。</p> <p>5. 察覺平時飲食習慣，改善用眼習慣。</p> <p>6. 樂於參與紅蘿蔔刺繡活動，並展現完成的紅蘿蔔刺繡作品。</p> <p>7. 能表達本土文化刺繡作品的特色。</p>	<p>1. 觀賞維生素影片，認識維生素 A 對眼睛的重要性。</p> <p>2. 聆聽行腳主持人謝怡芬的國際志工故事後，能注意自己的眼睛健康問題。</p> <p>3. 分組上網搜尋眼睛相關議題，並製作成海報。</p> <p>4. 能發表製作海報內容並能從其中深思眼睛的重要性。</p> <p>5. 能察覺平時飲食和正確用眼習慣。</p> <p>6. 能完成紅蘿蔔刺繡作品，並分享成果。</p>	<p>活動一：故事分享（1 節）</p> <p>1. 聆聽行腳主持人謝怡芬演講時，提到在南非當義工時故事分享的所見所聞。一個小村落因缺乏維生素 A 而導致許多人眼疾，義工的任務是將胡蘿蔔送到居民手上，讓居民眼疾得以改善。（融入生命教育）</p> <p>2. 老師引導學生指出在台灣家箱紅蘿蔔取得是否容易？</p> <p>3. 觀賞維生素影片，認識維生素 A 對眼睛的重要。</p> <p>活動二；我愛我的眼</p> <p>1. 故事分享後，老師指出眼睛是靈魂之窗，引導學生探究要保護眼睛，可以從哪些議題？使學生能思考到認識眼睛、國家孩童近視率、眼睛疾病與飲食、如何保護眼睛、3C 產品與眼睛等相關議題做探究，並分享健康問題。</p> <p>2. 分組上網搜尋眼睛保健相關議題，並製作成海報。</p> <p>3. 上台分享製作海報內容並能從其中深思眼睛的重要性。</p> <p>4. 引導學生察覺平時飲食習慣。用眼習慣是否需要修正，進而能影響家人</p> <p>活動三；在地達人來刺繡</p> <p>1. 刺繡是朴子重要文化產業，藉由此單元邀請刺繡老師到班教授紅蘿蔔刺繡工法</p> <p>2. 刺繡成果發表</p>	<p>網路</p> <p>認識維生素 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=0TF9xDJ2aE&amp;ab_channel=TheHealth99">https://www.youtube.com/watch?v=0TF9xDJ2aE&amp;ab_channel=TheHealth99</a></p> <p>針線</p>	<p>4</p>
--	--	--	--	--	---	--	----------

<p>第(6)週 - 第(8)週</p>	<p>知齒知彼</p>	<p><b>自然 po-II-1</b> 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能<b>察覺</b>問題。</p> <p><b>社會3c-II-2</b> 透過同儕合作進行體驗、探究與<b>實作</b>。</p> <p><b>健康 1a-II-2</b> <b>了解</b>促進健康生活的方法。</p>	<p>1. 牙齒健康問題</p> <p>2. 造成蛀牙原因的實驗</p> <p>3 牙齒及其保健的知識</p>	<p>1. 閱讀繪本「糖果牙」後，<b>察覺</b>牙齒健康問題，進而了解自己的牙齒。</p> <p>2. 經由分組討論後，<b>實作</b>造成蛀牙原因的實驗，並分享實驗結果。</p> <p>3 <b>了解</b>增進對牙齒及其保健的知識，進而將正確觀念影響家人。</p>	<p>1. 閱讀繪本「糖果牙」後，能說出自己的心得。</p> <p>2. 能畫出自己的牙齒，察覺牙齒健康問題。</p> <p>3. 能討論出找到蛀牙的原因，並擬定可行的實驗方式。</p> <p>4. 能根據實驗結果進行討論，並上台發表實驗過程及結果。</p> <p>5. 能上台發表如何將正確觀念影響家人。</p>	<p><b>活動一：童畫-我手畫我牙(2節)</b></p> <p>1. 閱讀《糖果牙齒》，並分享心得。</p> <p>2. 拿鏡子仔細觀察自己的牙齒，並畫下來，畫圖過程能了解自己的牙齒，發現蛀牙，並分享圖畫。</p> <p><b>活動二：牙齒與飲食(3節)</b></p> <p>1. 分組討論如何透過實驗找到蛀牙的原因，設計可行的實驗。</p> <p>2. 各組準備實驗器材及物品，並進行實驗。</p> <p>3. 整理實驗結果後，製作成海報，上台分享實驗過程及結果。</p> <p><b>活動三：蟲蟲危機~out(1節)</b></p> <p>1. 回顧牙齒與飲食的學習結果。</p> <p>2. <b>思考</b>家中的飲食對家人牙齒有何影響，上台發表如何將正確觀念影響家人。</p>	<p>糖果牙齒-上人文化出版社 鏡子 8 開圖畫紙</p> <p>實驗器材及物品</p>	<p>6</p>
<p>第(9)週 - 第(11)週</p>	<p>自然農夫話永續</p>	<p><b>健體/1a-II-2</b> <b>了解</b>促進健康生活的方法。</p> <p><b>自然/tr-II-1</b> 能知道<b>觀察、記錄</b>所得自然現象的結果是有其原因的，並依據習得的知識，說明自己的想法。</p> <p><b>語文/2-II-1</b> 用清晰語音、適當語速和音量<b>說話</b>。</p> <p><b>社會/3c-II-2</b> <b>透過</b>同儕合作進行體驗、探究與<b>實作</b>。</p> <p><b>健體/1a-II-1</b> <b>認識</b>身心健康基本概念與意義。</p> <p>國 E12 <b>觀察</b>生活中的全球議題，並構思生活行動策略。</p>	<p>1、影片</p> <p>2、盆栽種植</p> <p>3、海報、小書</p> <p>4、聯合國永續發展目標 SDGs15 及生活中的土壤、化肥、農藥施作等議題</p>	<p>1、透過影片欣賞，<b>了解</b>友善耕作、珍愛生命對健康生活的重要</p> <p>2、<b>觀察</b>並<b>記錄</b>盆栽種植的結果</p> <p>3、以清晰的語音、適當的語速和音量<b>說話</b>將海報上的觀察結果和同學分享</p> <p>4、<b>透過</b>同儕合作進行小書創作並將作品彼此互相觀摩與交流</p> <p>5、<b>認識</b>聯合國永續發展目標 SDGs15。</p> <p>6.<b>觀察</b>生活中的土壤、化肥、農藥施作等議題並加以關注。</p>	<p>1、能了解友善耕作、珍愛生命對健康生活的重要</p> <p>2、能觀察盆栽種植的結果並加以記錄</p> <p>3、能將海報上的觀察結果和大家分享</p> <p>4、能完成小書創作並互相觀摩與交流</p> <p>5、能說出聯合國永續發展目標 SDGs15(保育及維設生態領地)以及關注生活中的土壤、化肥、農藥施作等議題。</p>	<p><b>活動一：影片欣賞(1節)</b></p> <p>1、播放影片「菜鳥農夫」</p> <p>2、學生從影片中了解友善耕作、珍愛生命的重要。<b>(融入生命教育)</b></p> <p><b>活動二：盆栽種植(1節)</b></p> <p>1、學生分組進行種植</p> <p>(1)各組準備 2 花盆、綠豆種子與土壤</p> <p>(2)實驗組以肥皂水灌溉、對照組以自來水灌溉</p> <p>(3)觀察 2 盆栽變化並記錄(課餘時間觀察)</p> <p>2. 學生能從種植中，覺察到土地土壤對於作物的影響，進而了解 SDGs15(保育及維設生態領地)，探討如何去關注生活中的土壤、化肥、農藥施作等議題?</p> <p><b>活動三：成果報告(1節)</b></p> <p>1、各組將生長記錄觀察結果畫在海報上</p> <p>2、各組上台口頭報告</p> <p><b>活動四：小書製作(2節)</b></p> <p>1、各組準備 4 開圖畫紙 1 張及彩色筆(或臘筆)</p> <p>2、將圖畫紙摺成 8 格</p>	<p><b>網路影片 1</b> 菜鳥農夫 <a href="https://reurl.cc/QL6lV5">https://reurl.cc/QL6lV5</a></p> <p><b>網路影片 2</b> <a href="https://reurl.cc/k1LRAd">https://reurl.cc/k1LRAd</a></p>	<p>6</p>

						3、進行小書創作 4、作品觀摩交流  <b>活動五：SDGs15 (1節)</b> 1、SDGs15 影片欣賞(永續生態) 2、學生分享友善環境是善待自己的觀念。		
第 (12) 週 - 第 (15) 週	各 顯 神 通 嬉 遊 記	<b>語文/1-II-3</b> <b>聽懂</b> 適合程度的詩歌、戲劇，並說出聆聽內容的要點。 <b>語文/6-II-2</b> <b>培養</b> 感受力、想像力等寫作基本能力。 <b>語文/6-II-3</b> <b>學習</b> 審題、立意、選材、組織等寫作步驟。 <b>藝術/1-II-3</b> 能試探媒材特性與技法， <b>進行</b> 創作。 <b>藝術/1-II-8</b> 能 <b>結合</b> 不同的媒材，以表演的形式表達想法。 <b>語文/1-II-1</b> <b>聆聽</b> 時能讓對方充分表達意見。 <b>語文/2-II-1</b> 用清晰語音、適當語速和音量 <b>說話</b> 。	1、繪本  2、劇本  3、道具  4、成果	1、 <b>聽懂</b> 繪本故事並簡要陳述內容  2、 <b>培養</b> 及運用感受力、想像力參與劇本的撰寫， <b>學習</b> 審題、立意、選材、組織等寫作歷程。  3、運用不同媒材的特性與技法，透過同儕合作 <b>進行</b> 道具製作  4、 <b>結合</b> 不同的媒材，透過同儕合作進行戲劇排練體驗與探究，展現學習成果  5、使用清晰的聲音、適當語速和同學 <b>說話</b> 進行意見交流，並 <b>聆聽</b> 他人的看法	1、能聽懂繪本內容並說出故事摘要  2、能運用想像力加上審題、立意、選材、組織等寫作步驟完成劇本的撰寫  3、能利用環保材料及工具完成道具的製作  4、能將劇本搭配道具進行發表  5、能以適當的音量、語速表達自己的想法，並尊重他人充分表達的機會	<b>活動一：故事導讀 (1節)</b> 1、賞讀西遊記繪本 2、只同探討故事中主角因不同的身材樣貌、飲食習慣，可能產生的疾病 3、小組發表  <b>活動二：小小編劇 (2節)</b> 1、從健康與疾病的角度出發，討論人物特性設定。 2、從 SDGs2(終止飢餓)、(SDGs3 良好健康與社會福利)、SDGs6(清潔飲水和衛生設施)以及 SDGs14(保育及維護海洋資源)等概念，分組撰寫嘻遊記腳本 3、討論相關道具及器材  <b>活動三：自造天才 (2節)</b> 1、各組學生將蒐集材料分類，利用生活環境中多餘的器具，進行環保再利用 2、對應角色人物安排 3、角色人物器材、道具製作  <b>活動四：粉墨登場 (2節)</b> 1、各組依腳本進行排練 2、各組進行登台演出 3、演出活動記錄與攝影  <b>活動五：回饋分享 (1節)</b> 1、學生進行經驗交流與分享 2、 <b>學生透過討論與撰寫劇本內討與親身扮演，學會尊重每個人的長相外貌，並強調均衡飲食、健康體位對預防疾病有相當的重要。</b>	西遊記繪本  空白腳本  學生蒐集環保材料及工具  電腦 麥克風 攝影機	8



<p>第(16)週 - 第(19)週</p>	<p>食尚全球好味道</p>	<p>語文/2-II-1 用清晰語音、適當語速和音量說話。 藝術/1-II-6 能使用視覺元素與想像力，豐富創作主題。 健體/2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 國 E4 了解國際文化的多樣性。 健體/4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 健康/2b-II-1 遵守健康的生活規範 健康/2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。</p>	<p>1、影片與圖畫 2、網站 3、異國料理、多元文化 3、健康飲食</p>	<p>1、使用清晰的聲音、適當語速表達健康生活的辦法 2、使用影片的視覺元素，運用想像力創作豐富異國料理圖畫，並注意健康問題的威脅感與嚴重性 3、了解異國料理，瞭解多元文化 4、使用網路資源蒐尋日常生活中的健康資訊並加以運用統計分析。 5、遵守健康飲食，同時邀請家人參加連署以改善個人的健康習慣</p>	<p>1、能表達促進健康生活的法 2、能在影片觀賞後，運用想像力創作豐富異國料理圖畫 3、能在蒐尋網路健康資訊後，統計分析平均壽命的變化，並瞭解可能原因 4、能遵守健康飲食，並邀請家中長輩參加連署以建立個人健康習慣</p>	<p>活動一：異國飲食大不同（2節） 1、請學生分組畫出心目中異國料理 2、日本、泰國、印度、韓國及義大利等常見異國飲食介紹 3、教師總結從異國料理瞭解多元文化，提醒學生嚐鮮與均衡飲食可預防疾病 活動二：平均壽命大探索（3節） 1、提問學生我國目前平均壽命 2、請學生透過網路尋找我國平均壽命，並比較近10年的變化 3、請學生透過網路尋找世界各國平均壽命，並找出平均壽命最長的國家 4、利用網路尋找世界最長壽者的相關新聞報導，並探討長壽的可能原因 5、請學生寫下自己對長壽的看法 活動三：長壽飲食大調查（3節） 1、事前調查家中爺爺奶奶常吃飲食 2、請學生思考長輩常吃飲食營養素 3、利用網路尋找關於世界最長壽的新聞報導，並整理出其飲食的特點 4、請學生為爺爺奶奶設計一份促進長壽的健康飲食菜單，並製作簽名卡，邀請爺爺奶奶一同響應吃出健康長壽</p>	<p>網路影片 1 日本飲食 <a href="https://reurl.cc/GxbR3v">https://reurl.cc/GxbR3v</a> 網路影片 2 泰國飲食 <a href="https://reurl.cc/o1xojv">https://reurl.cc/o1xojv</a> 網路影片 3 印度飲食 <a href="https://reurl.cc/x9EjRz">https://reurl.cc/x9EjRz</a> 網路影片 4 韓國飲食 <a href="https://reurl.cc/d2xjND">https://reurl.cc/d2xjND</a> 網路影片 5 義大利飲食 <a href="https://reurl.cc/GxbR8W">https://reurl.cc/GxbR8W</a> 內政部統計處 <a href="https://www.moi.gov.tw/cl.aspx?n=646">https://www.moi.gov.tw/cl.aspx?n=646</a></p>	<p>8</p>
<p>第(20)週</p>	<p>健康長壽門陣行</p>	<p>語文/2-II-1 用清晰語音、適當語速和音量說話。 語文/2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p>	<p>學習成果</p>	<p>1、用清晰語音、適當語速表達自己的想法。 2、樂於參加學習成果分享與討論，並提供個人觀點想法</p>	<p>1、能積極參加成果分享並參與討論</p>	<p>活動一：成果分享與交流（2節） 1、學生心得與分享 2、教師總結健康飲食遠離疾病</p>	<p>學習成果資料</p>	<p>2</p>
<p>教材來源</p>		<p><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)</p>						
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>		<p><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)</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-智能障礙(1)人、學習障礙(2)人、自閉症(1)人、4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)： 1.專注力弱的學生，上課時桌上僅放該堂課需要的學用品。座位安排上需接近老師，避免較多的干擾，並方便老師給予提醒。 2.說明課堂規則，讓學生有依循的方向，並適時給予提醒與增強。 3.課程進行每一小段落後，老師可提問，確認理解弱的學生是否理解課程重點。 4.講解時，老師可將重點寫在黑板，或畫圖解說，給予學生視覺輔助。 5.當學生堅持己見或情緒激動時，給予時間冷靜或替代行為抒發情緒。 6.分組活動時，可安排穩定性高、能力較好的同儕提供協助。  特教老師姓名：蔡順泰.王千維 普教老師姓名：曾秋選、黃鳳金、戴紫陽、郭怡瑩、陳昱伶、鄭玉華、林嘉玲、林媛玉</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。