

嘉義縣 中埔 國小 108 學年度彈性學習課程(校訂課程)教學內容規劃表 (擴充版)

年級	一年級	課程設計者	低年級班群	教學總節數 /學期(上/下)	20 節/上學期
年級 課程主題 名稱	輕食均衡健康行動		符合校訂 課程類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類	
學校 願景	品格—自律 尊重 能合群 健康— 輕食 樂動好心情 多元— 創思展能 國際觀		與學校願 景呼應之 說明	透過輕食均衡健康行動達成健康輕食樂動好心情	
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-A3 具備 擬訂 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	1. 探索 早午餐食材的問題， 具備擬定 輕食均衡計畫能力 2. 實作 自己的午餐, 符合輕食營養均衡原則 3. 能根據輕食均衡原則, 提供 創新 學校午餐食材建議。	

教學進度	單元名稱	教學重點 (教學活動)	連結 領域/ 議題	學習表現	校訂學習內容	教學目標 (學習目標)	評量方式	節數
第(1)週 - 第(6)週	飲食好習慣	<p>活動一：透過影片認識良好飲食習慣的重要性</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀賞影片 2. 討論飲食習慣的重要性 <p>活動二：認識用餐禮儀</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過海報介紹用餐禮儀。 2. 實際演練。 <p>活動三：認識食物分類</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師透過學校一週午餐菜色介紹食物分類。 2. 學生能簡單將食物分類。 <p>活動四：認識自己的早餐飲食</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請 3 位學生上台介紹自己的早餐。 2. 兩人一組互相說出對方早餐分類。 <p>活動五：設計自己的營養均衡早餐</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分組演練透過圖卡設計自己的營養均衡早餐。 2. 分組上台發表最佳的早餐內容。 	語文 健康	<p>1-I-1 養成專心聆聽的習慣，尊重對方的發言。</p> <p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p> <p>1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生技能。</p>	<p>1. 良好飲食習慣的重要性</p> <p>2. 食物的類別</p>	<p>1. 主動發現良好飲食習慣的重要性並養成健康的飲食習慣，並能進行食物的分類</p> <p>2. 能實際運用營養均衡的原則設計自己的早餐</p>	<p>1. 能說出飲食的良好習慣</p> <p>2. 觀察學生進食態度是否符合用餐禮儀</p> <p>3. 觀察學生進行食材分類之合理性</p> <p>4. 能運用圖卡設計自己的早餐，並符合營養均衡的原則</p>	6 節
第(7)週 -	種植我的輕食食材	<p>活動一：種菜行動(2)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 影片欣賞：了解植物生長的要素 	語文	<p>2-I-1 以正確發音流利的說出語意完整的話。</p>	<p>1. 植物生長的要素</p> <p>2. 照顧植物的</p>	<p>1. 運用感官了解植物生長的要素，並體驗照顧植物的注意事項</p>	<p>1. 能說出植物生長的要素，並動</p>	7 節

教學進度	單元名稱	教學重點 (教學活動)	連結 領域/ 議題	學習表現	校訂學習內容	教學目標 (學習目標)	評量方式	節數
第 (13) 週		<p>2. 學生準備容器，老師發下空心菜實際操作種菜。</p> <p>3. 每天澆水觀察及照顧自己的空心菜。</p> <p>活動二：認識可食用的植物的種子(綠豆、紅豆、黃豆、黑豆……)(2)</p> <p>1. 透過五官感覺各種種子的不同。</p> <p>2. 認識不同種子名稱與製成的食品。</p> <p>3. 分享由種子製成的食品</p> <p>活動三：種豆任務(1)</p> <p>1. 學生準備材料，老師發下綠豆實際操作種豆。</p> <p>2. 每天澆水觀察自己的綠豆。</p> <p>活動四：畫出豆芽的生長紀錄 (2)</p> <p>1. 利用四格表畫出豆芽的生長過程</p> <p>2. 上台分享</p>	生活	<p>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。</p> <p>3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p>	注意事項	<p>2. 能畫出豆芽的生長紀錄</p> <p>3. 能培養積極負責任的學習態度</p>	<p>手種植照顧及培育空心菜</p> <p>2. 能說出不同豆子的名稱，並說出三種豆製品</p> <p>3. 能正確運用方法孵豆芽</p> <p>4. 觀察並畫出豆芽的生長紀錄</p>	
第 (14) 週 -	動手做創新午餐	<p>活動一：豆芽料理變變變(2)</p> <p>1. 採收豆芽並川燙豆芽</p> <p>2. 分組完成豆芽料理</p> <p>3. 學習整理料理後的環境</p> <p>4. 品嚐各組料理</p>	健體	<p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3a-I-1 嘗試練習</p>	<p>1. 營養均衡的食材配搭</p> <p>2. 動手做飯糰的步驟</p>	<p>1. 會妥善整理料理的環境</p> <p>2. 做出豆芽及空心菜料理</p>	<p>1. 能否妥善整理料的環境</p> <p>2. 分組完成豆芽及空心菜料理</p>	7 節

教學進度	單元名稱	教學重點 (教學活動)	連結 領域/ 議題	學習表現	校訂學習內容	教學目標 (學習目標)	評量方式	節數
第 (20) 週		活動二:空心菜料理(2) 1. 採收空心菜並川燙 2. 分組完成空心菜料理 3. 學習整理料理後的環境 4. 品嚐各組料理 活動三:小小廚師展身手(3) 1. 各組設計營養飯糰(搭配學校營養午餐) 2. 各組上台分享設計理念 3. 討論是否符合營養均衡的原則		簡易的健康相關技能。 3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。		3. 學習營養均衡的食材配搭，並合作動手做飯糰。	3. 討論創新飯糰食材菜單 4. 能動手完成營養午餐飯糰並符合營養均衡的原則	
教材來源		<input type="checkbox"/> 選用教科書 () <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材						
特教需求學生 課程調整		※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()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(自行填入類型/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. 周○祥為智能障礙學生。除了認知明顯落後外, 並伴隨有自閉、過動傾向。 2. 學習內容調整: 依周○祥的身心狀況及能力, 在口語教學過程, 宜用詞淺顯、切合生活經驗、字句簡短, 切勿同時呈現過多內容與多樣概念。資料呈現應以影片、圖片、口語為主, 減少文字資料的閱讀。 3. 學習歷程調整: 採多元感官教學, 增加體驗、實作機會。操作活動則要多給予動作的協助, 避免讓該生獨自操作, 以免發生意外。降低標準, 多給予讚美, 增加其學習意願。 4. 學習環境調整: 周○祥座位的安排應接近教導者, 讓他更容易專注; 周邊同儕要安排較穩定的學生, 避免交互影響。						

教學進度	單元名稱	教學重點 (教學活動)	連結 領域/ 議題	學習表現	校訂學習內容	教學目標 (學習目標)	評量方式	節數
		<p>5. 學習評量調整：評量應以口語問答、圖片配對為主，並適時給予提醒協助，評量難度需要適時調降。識字量低，紙筆測驗需要報讀。</p> <p style="text-align: center;">特教老師簽名：</p> <p style="text-align: center;">普教老師簽名：</p>						