

雲林縣 114 學年度第 二 學期埤腳國民小學 三 年級彈性學習課程—家庭教育議題

課程計畫表

設計者：三年級教學團隊

一、課程時間

週次	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	節數統計
上課週次註記									2													2

二、課程計畫內涵

課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程、議題 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他	教學節數	2	教材來源	自編	師資安排	<input checked="" type="checkbox"/> 內部老師 <input type="checkbox"/> 外聘老師
學校願景	健康、成長、卓越、踏實			與學校願景呼應之說明	通過了解和實踐營養知識，學生們能夠掌握維持身體健康的基本技能，為日後的成長奠定基礎。設計營養早餐的過程，不僅培養了學生的創造力和實踐能力，更讓他們體驗到踏實和細心的重要性。		

<p>總綱 核心素養</p>	<p><input type="checkbox"/> E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 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。</p> <p><input type="checkbox"/> E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p> <p><input type="checkbox"/> 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、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。</p> <p><input type="checkbox"/> 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。</p> <p><input type="checkbox"/> 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。</p> <p><input type="checkbox"/> 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。</p> <p><input type="checkbox"/> 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。</p> <p><input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。</p>
<p>學習 重點</p>	<p>學習 表現</p> <p>綜合2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。 健體1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 健體2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>學習 內容</p> <p>綜合Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。 綜合Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。 健體Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 健體Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 健體Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。</p>
<p>課程目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.認識食物的六大營養要素 2.說出常見的食物含有的營養成分 3.設計並製作一份營養的早餐

融入議題	<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 性侵害防治 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 家暴防治 <input type="checkbox"/> 科技教育
教學資源	飲食六大類資料、「閩小妹雲之林王國大冒險3. 食物歷險記」影片、製作早餐所需的食材和用具
參考資料	衛生福利部國民健康署 健康九九網站

週次	主題名稱	教學活動重點 (教學內容)	教學節數	評量方式
9	「六」之大吉	<p>一、準備活動: 飲食六大類資料、「閩小妹雲之林王國大冒險3. 食物歷險記」影片</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 教師提問: 一天當中你會吃到哪些食物呢? 你覺得好吃重要? 還是營養重要?</p> <p>2. 認識飲食六大類: 全穀雜種類、乳品類、豆魚蛋肉類、蔬菜類、水果類、油脂與堅果種子類</p> <p>三、綜合活動: 說明下一節課要製作早餐(營養三明治), 所需的食材和用具。</p>	1	<input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 學習單 <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 分組報告

週次	主題 名稱	教學活動重點 (教學內容)	教學 節數	評量方式
9	花樣小食神	一、準備活動：製作早餐所需的食材和用具。 二、發展活動 1. 動手作營養三明治。 2. 品嘗營養三明治早餐。 三、綜合活動： 分享品嘗後的心得 (1)營養三明治好吃嗎？ (2)小組的三明治是否符合飲食六大類原則？ (3)製作過程中有什麼要注意的地方嗎？	1	■口頭發表 ■實作 <input type="checkbox"/> 紙筆測驗 <input type="checkbox"/> 分組報告