

## 南投縣中峰國民小學114學年度彈性學習課程計畫

## 【第一學期】

課程名稱	午餐營養教育		年級/班級	一年級~六年級
彈性學習課程類別	<input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 ■其他類課程		上課節數	1節
			設計教師	訓導組
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須2領域以上)	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 ■健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<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 ■生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <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 ■閱讀素養 ■家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點, 例: 交A-I-3辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	創價:營造安全校園環境、躍動生命、快樂學習。	與學校願景呼應之說明	透過午餐營養教育讓孩子理解健康的飲食及營養均衡會帶來健康的 身體, 健康習慣的養成慧型塑健康的生活態度, 讓自己的生命獲得無窮的財富、躍動生命、快樂學習。	
設計理念	1.具備良好身體活動與健康生活的習慣, 以促進身心健全發展, 並認識個人特質, 發展運動與保健的潛能。 2.具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力, 並透過體驗與實踐, 處理日常生活中運動與健康的問題。			
總綱核心素養具體內涵	E-A1具備身心健全發展的素質, 擁有合宜的人性觀與自我觀, 同時透過選擇、分析與運用新知, 有效規劃生涯發展, 探尋生命意義, 並不斷自我精進, 追求至善。	領綱核心素養具體內涵	健體-E-A1 具備良好身體活 動與健康生活的 習慣, 以促進身心 健全發展, 並認識 個人特質, 發展運 動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活 動與健康生活問 題的思考能力, 並 透過體驗與實 踐, 處理日常生 活 中運動與健康的 問題。	

附件3-3 (國中小各年級適用)

	E-A2具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養, 並能行動與反思, 以有效處理及解決生活、生命問題。		
課程目標	1.了解正確的健康飲食習慣。 2.希望透過教學活動讓孩子學會健康的飲食, 進而加以履行。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之2以上領域, 請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱, 至少包含2領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
八	健康好食在	健1a-I-2 認識健康的生活習慣 4a-I-2 養成健康的生活習慣 健2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 健1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。	健Ea-I-1 食物的認識、體驗與珍惜 健Ea-I-2 飲食習慣的培養和觀察	知識:學會健康且正確飲食選擇與生活習慣及六大類食物。 態度:養成正確的飲食習慣與生活習慣。 實踐:在日常生活中落實健康的飲食與生活。	<b>健康好食在</b> 認識健康的飲食與每日所需營養類別並身體力行。	口頭評量 1. 能認識並說出六大類食物種類(1-6)及具體食物名稱(1-2至少2種;3-4至少個3種;5-6至少5種) 2. 能說出每餐所需六大類食物的份量(1-2年級以拳頭說明;3-4年級以健康餐盤分;5-6年級以份量計)	教學ppt