

臺南市公(私)立善化區大同國民中(小)學 109 學年度第一學期二年級彈性學習 我的餐盤 課程計畫 (普通班/藝才班/體育班/特教班)

學習主題名稱 (中系統)	認識食物	實施年級 (班級組別)	二上	教學節數	本學期共( 20 )節			
彈性學習課程 四類規範	<p>1. <input checked="" type="checkbox"/>統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/>主題<input type="checkbox"/>專題<input type="checkbox"/>議題)</p> <p>2. <input type="checkbox"/>社團活動與技藝課程(<input type="checkbox"/>社團活動<input type="checkbox"/>技藝課程)</p> <p>3. <input type="checkbox"/>特殊需求領域課程          身障類:<input type="checkbox"/>生活管理<input type="checkbox"/>社會技巧<input type="checkbox"/>學習策略<input type="checkbox"/>職業教育<input type="checkbox"/>溝通訓練<input type="checkbox"/>點字<input type="checkbox"/>定向行動<input type="checkbox"/>功能性動作訓練<input type="checkbox"/>輔助科技運用          資優類:<input type="checkbox"/>創造力<input type="checkbox"/>領導才能<input type="checkbox"/>情意發展<input type="checkbox"/>獨立發展          其他類:<input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程  <input type="checkbox"/>本土語文/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</p>							
設計理念	了解食物的營養素和身體健康的關聯。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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 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。							
課程目標	認識六大類食物的營養素，並識別學校菜單的營養素，進而調整日常飲食習慣							
配合融入之領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <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 checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引 <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"/> 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 <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 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							
表現任務	1. 將各類食物分類 2. 區分菜單的食物種類 3. 說出每日早餐的營養素							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
1-3	3	食物的營養素	1a-能認識全人健康概念與其多層面意義，客觀的了解各健康主題的知識內涵，建構在健康	食物營養成分表	1. 能認識各類食物的營養素。 2. 能分辨各類營養素的功能。	1. 說出常見食物的營養素，並認識食物金字塔。 2. 為常見早餐的類別作營養分類。	1.觀察食物營養素並作紀錄 2.參與各類營養素討論 3.課堂問答	「食物營養素」 圖表 「食物營養素」 學習單

			<p>專業術語、基本要素或特定細節等相關知識學習上，進一步形成屬於個人特有的健康知識系統與思維架構，以說明行為與健康之間的關聯性，並進一步明瞭影響與促進健康的相關策略。</p>					
4-6	3	五穀根莖類	<p>1a-能認識全人健康概念與其多層面意義，客觀的了解各健康主題的知識內涵，建構在健康專業術語、基本要素或特定細節等相關知識學習上，進一步形成屬於個人特有的健康知識系統與思維架構，以說明行為與健康之間的關聯性，並進一步明瞭影響與促進健康的相關策</p>	五穀根莖類圖表	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能說出五穀根莖類有哪些食物。</li> <li>2. 能寫出五穀根莖類的好處。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能舉例日常生活中常見五穀根莖類的食物。</li> <li>2. 為常見五穀根莖類的好處作分類。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀察五穀根莖類並作紀錄</li> <li>2.參與五穀根莖類的好處討論</li> <li>3.課堂問答</li> </ol>	<p>「五穀根莖類」圖表 「五穀根莖類」學習單</p>

			略。					
7-9	3	食物金字塔	1a-能認識全人健康概念與其多層面意義，客觀的了解各健康主題的知識內涵，建構在健康專業術語、基本要素或特定細節等相關知識學習上，進一步形成屬於個人特有的健康知識系統與思維架構，以說明行為與健康之間的關聯性，並進一步明瞭影響與促進健康的相關策略。	健康飲食金字塔圖表	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能唱出均衡飲食口訣歌。</li> <li>2. 能指出食物金字塔各區塊代表的類別。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 唱出均衡飲食的口訣歌。</li> <li>2. 將食物金字塔作分類。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.參與食物金字塔的討論</li> <li>2.食物金字塔的課堂問答</li> <li>3.態度檢核</li> </ol>	<p>「飲食口訣歌」的影片</p> <p>「食物金字塔」的圖表</p>
10-12	3	我的菜單	2b-呈現個人對於健康價值或生活型態的正面傾向，即個人能肯定健康價值與規範，以形塑健康生活型態，同時亦涵蓋個人對於自己能不能	學校菜單	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能分析學校菜單的營養素。</li> <li>2. 能區分菜單的食物種類。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分析學校菜單的營養素。</li> <li>2. 將菜單的食物作分類。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.蒐集學校菜單並作整理</li> <li>2.參與學校菜單營養素的討論</li> <li>3.課堂問答</li> </ol>	<p>學校菜單</p> <p>「食物種類」的圖表</p>

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			執行健康行為的信心感，以及個人自覺是否有把握可以有能力地去實踐一項健康行為，即建立生活情境中的自我效能感。					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。



臺南市公(私)立善化區大同國民中(小)學 109 學年度第二學期二年級彈性學習我的餐盤課程計畫(普通班/藝才班/體育班/特教班)

學習主題名稱 (中系統)	世界美食	實施年級 (班級組別)	二下	教學節數	本學期共( 10 )節			
彈性學習課程 四類規範	<p>1. <input checked="" type="checkbox"/>統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/>主題<input type="checkbox"/>專題<input type="checkbox"/>議題)</p> <p>2. <input type="checkbox"/>社團活動與技藝課程(<input type="checkbox"/>社團活動<input type="checkbox"/>技藝課程)</p> <p>3. <input type="checkbox"/>特殊需求領域課程          身障類:<input type="checkbox"/>生活管理<input type="checkbox"/>社會技巧<input type="checkbox"/>學習策略<input type="checkbox"/>職業教育<input type="checkbox"/>溝通訓練<input type="checkbox"/>點字<input type="checkbox"/>定向行動<input type="checkbox"/>功能性動作訓練<input type="checkbox"/>輔助科技運用          資優類:<input type="checkbox"/>創造力<input type="checkbox"/>領導才能<input type="checkbox"/>情意發展<input type="checkbox"/>獨立發展          其他類:<input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程  <input type="checkbox"/>本土語文/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</p>							
設計理念	了解世界各地飲食文化與我們生活間的差異。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<del>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</del> <del>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。</del> <del>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。</del>							
課程目標	認識各國的美食了解不同國家的飲食習慣，更進一步認識世界各地的飲食文化							
配合融入之領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <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 checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 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 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	各國美食作分類，寫出各國的飲食特點 說出各國的飲食禁忌和餐桌禮儀							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
1-3	3	世界餐桌	1a-能認識全人健康概念與其多層面意義，客觀的了解各健康主題的知識內	世界各國的孩子，校園午餐吃什麼？	3. 能認識常見的國家。 4. 能了解各國的日常	3. 說出國家的名稱。 4. 區分各國的飲食習慣。	1.國家名稱的觀察紀錄 2.參與各國飲食習慣的討論	「世界各國」PPT 「各國飲食習慣」PPT

			涵，建構在健康專業術語、基本要素或特定細節等相關知識學習上，進一步形成屬於個人特有的健康知識系統與思維架構，以說明行為與健康之間的關聯性，並進一步明瞭影響與促進健康的相關策略。		飲食習慣。		3.課堂問答	
4-7	4	食物文化面面觀	1a-能認識全人健康概念與其多層面意義，客觀的了解各健康主題的知識內涵，建構在健康專業術語、基本要素或特定細節等相關知識學習上，進一步形成屬於個人特有的健康知識系統與思維架構，以說明行為與健康之間的關聯性，並進一步明瞭影響與促	各國的飲食文化與禁忌  餐桌禮儀拾趣：24國吃飯的規矩和禁忌	3. 能了解各國的飲食文化。 4. 能概述各國的飲食禁忌和餐桌禮儀。	3. 辨別各國的飲食文化。 4. 說出各國的飲食禁忌和餐桌禮儀。	1.各國飲食文化的觀察紀錄 2.參與各國飲食禁忌的討論 3.課堂問答	「各國飲食文化」PPT 「各國餐桌禮儀」PPT

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

			進健康的相關策略。					
8-10	3	食物地圖	1a-能認識全人健康概念與其多層面意義，客觀的了解各健康主題的知識內涵，建構在健康專業術語、基本要素或特定細節等相關知識學習上，進一步形成屬於個人特有的健康知識系統與思維架構，以說明行為與健康之間的關聯性，並進一步明瞭影響與促進健康的相關策略。	世界各國的美食  國家代表食物—維基百科	3. 能認識各國的美食。 4. 能將各國美食分類。 5. 能分享品嚐各國食物經驗。	3. 能說出自己所知道的各國美食。 4. 討論各國美食作找出特點來分類。 5. 能在課堂上發表分享品嚐過各國食物的經驗和感想。	1.參與各國美食的討論 2.課堂問答 3.發表並分享各國食物	「各國美食」PPT 「各國美食」學習單

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第4類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。