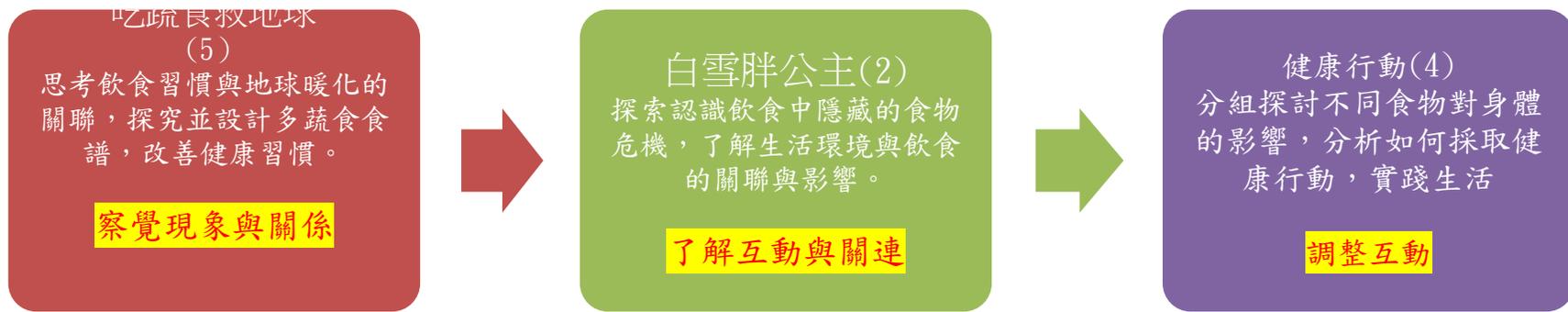


## 臺南市公立新營區新泰國民小學 111 學年度(第一學期)三年級彈性學習食農教育課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱 (中系統)	保護地球、健康飲食	實施年級 (班級組別)	三年級	教學節數	本學期共( 11 )節
彈性學習課程 四類規範	1. ■統整性探究課程 (■主題□專題□議題)				
設計理念	<p>互動與關聯：暖化→飲食習慣→環境</p> <p>藉由此課程，讓孩子了解我們的飲食習慣與生活環境/地球暖化產生的<u>互動與關聯</u>，並因此養成多吃蔬食的健康飲食習慣，達到減少地球暖化，愛惜環境。</p>				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>E-A2 具備<u>探索</u>問題的思考能力，處理日常生活問題。</p> <p>E-C1 <u>培養</u>公民意識，<u>關懷</u>生態環境。</p>				
課程目標	<p>透過影片欣賞，<u>探索</u>問題，讓學生了解氣候暖化的原因與地球危機，<u>培養</u>公民意識、<u>關懷</u>地球、多吃蔬果，促進身心健全發展，減少地球暖化危機。</p>				
配合融入之領域 或議題 有勾選的務必出現在 學習表現	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 checked="" 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 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 須說明引導基準：學 生要完成的細節說明	<p>健康行動—透過「健康蔬食計畫表」的設計，了解地球暖化與飲食習慣的關聯，進而探究隱藏的食物危機，進而在生活中實踐健康飲食。</p>				
課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)					



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 請依據其「學習表現」之動詞具體規畫設計相關學習活動之內容與教學流程	學習評量	自編自選教材或學習單
第 11 週~ 第 15 週	5	吃蔬食救地球	<p>自 po-Ⅱ-2 能依據觀察、蒐集資料、閱讀、<b>思考</b>、討論等，提出問題</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<b>探究</b>方法、過程或結果，進行檢討。</p> <p>健 2b-Ⅱ-2 願意<b>改善</b></p>	<p>影片大蒐問</p> <p>2. 我是營養師-健康蔬食計畫</p>	<p>1. 學生能<b>思</b><b>考</b>並<b>探</b><b>究</b>多吃肉對環境與健康的影響，進而愛護地球。</p> <p>2. 學生能擬定蔬食計畫表並分享蔬食計畫實施成果，藉以<b>改善</b>個人的健康習慣。</p>	<p>1. 欣賞「蔬食救地球」卡通，思考多吃蔬食對環境、身體的益處。</p> <p>2. 分組討論自己的飲食習慣優、缺點。</p> <p>3. 「多蔬食」食譜設計並發表實施成果</p>	<p>1. 口頭報告：「<b>蔬食救地球</b>」的<b>內容</b>並提出肉與環境之間的關聯。</p> <p>2. 實作：設計「多蔬食」食譜並發表。</p>	「蔬食救地球」卡通公播版

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			個人的健康習慣。					
第 16 週~ 第 21 週	2    4	白雪胖公主   健康飲食	<p>自 po- II -2 能依據觀察、蒐集資料、閱讀、思考、討論等，提出問題。</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>健 1a- II -1 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p>健 2b- II -2 願意改善個人的健康習慣。</p>	「隱食」殺手   三低飲食好兒童	<p>1. 學生透過影片欣賞及 PPT，<b>思考</b>並<b>探究</b>健康生活問題，進而<b>認識</b>並<b>檢討</b>高鹽、高糖、高油脂的食物對身體的危害。</p> <p>2. 學生能培養低脂、低鹽、低糖的觀念，以<b>改善</b>自己的飲食習慣。</p>	<p>1. 觀賞「白雪胖公主」、「含糖飲料知多少」影片，認識飲食中隱藏的食物危機。</p> <p>2. 觀看「高鹽、高糖、高油脂的食物」PPT，認識這些食物對身體的危害。</p> <p>3. 分組討論、探究如何選擇健康食物並記錄。</p>	<p>1. 分組討論:生活中隱藏的危機食物</p> <p>2. 分組討論: 高鹽、高糖、高油脂食物的危害</p> <p>3. 實作: 「認識三高飲食」學習單</p>	<p>「白雪胖公主」影片</p> <p>「含糖飲料知多少」影片</p> <p>「認識三高飲食」學習單</p>

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

## 臺南市公立新營區新泰國民小學 111 學年度(第二學期)三年級彈性學習食農教育課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

學習主題名稱 (中系統)	酷哥辣妹五蔬果	實施年級 (班級組別)	三	教學節數	本學期共( 8 )節
彈性學習課程 四類規範	1. ■統整性探究課程 (■主題□專題□議題)				
設計理念	<p>關係：飲食西化→三高食物→身體健康</p> <p>藉由此課程，讓孩子了解偏食與健康之間的關係，願意調整自己的偏食行為，進而養成健康飲食的習慣。</p>				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。</p> <p>E-A2 具備探索問題的思考能力，處理日常生活問題。</p>				
課程目標	透過教學活動，讓孩子探索多吃蔬食少吃肉與環境的關係，並能思考食物對身體的影響，以促進自身健康，養成良好健康飲食習慣。				
配合融入之領域 或議題 有勾選的務必出現在 學習表現	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input 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 須說明引導基準：學 生要完成的細節說明	聰明選健康吃-能比較生活中各種食物特性與身體的關係，進而選擇合適的飲食。				
課程架構脈絡圖(單元請依據學生應習得的素養或學習目標進行區分)(單元脈絡自行增刪)					

## 果然真「蔬」服

(4)

認識六大類食物和思考每日攝取的蔬果量，並探索飲食習慣，促進身體健康。

分析關係



## 聰明選健康吃(4)

探究膽固醇對人類健康的關係，並實踐減少膽固醇的攝取，聰明選擇健康新飲食。

調整關係

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 請依據其「學習表現」之動詞具體規 畫設計相關學習活動之內容與教學流 程	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 13 週~ 第 16 週	4	果然真「蔬」服	健 1a-II-1 認 識身心健康基 本概念與意 義。 健 2a-II-2 注 意健康問題所 帶來的威脅感 與嚴重性。 綜 2b-II-2 參 加團體活動， 遵守紀律、重 視榮譽感，並 展現負責的態 度。	食物金字塔  蔬果健康操	1. 學生能認 識六大類食 物，和一天所 應攝取之蔬 果量，進而能 注意自身的 健康問題並 改變飲食習 慣。  2. 學生能認 真參加舞蹈 發表。	1. 觀看「飲食金字塔」、「果然真 『蔬』服」PPT 了解每日需攝取的 蔬果量。  2. 分組討論六大類食物並完成 「果然真蔬服」學習單  3. 觀看「酷哥辣妹五蔬果」影片 並發表	1. 活動參 與：觀看 PPT  2. 分組討 論：討論六 大類食物的 來源及功能  3. 實作：完 成「果然真 蔬服」學習 單  4. 表演--酷 哥辣妹五蔬 果健康操。	飲食金字塔 PPT。 果然真「蔬」 服 PPT。 「果然真蔬 服」學習單。 酷哥辣妹五蔬 果影片。
第 17 週~ 第 20 週	4	吃肉的贈品	健 1a-II-1 認 識身心健康基 本概念與意	飲食糾察隊	1. 學生能認 識多吃肉可 能引發膽固	1. 觀看「吃肉的贈品」影片，認識 膽固醇對人類健康的危害。  2. 小組討論影片內容並分享自己	1. 活動參 與：「吃肉 的贈品」觀	吃肉的贈品- 圓圓與康康劇 本 布偶及布幕

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			<p>義。</p> <p>健 2a-Ⅱ-1 <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">覺</span>  <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">察</span>健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>健 1a-Ⅱ-2 <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">了</span>  <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">解</span>促進健康生活的方法。</p> <p>健 2b-Ⅱ-2 <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">願</span>  <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">意</span>改善個人的健康習慣。</p>	健康新趨勢	<p>醇危害，進而<span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">覺察</span>自己的飲食習慣。</p> <p>2. 學生<span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">了解</span>均衡攝取蔬果以及全穀類食物的好處，<span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">願意</span>在生活中減少膽固醇的攝取。</p>	<p>的飲食習慣。</p> <p>3. 分組討論健康新趨勢的飲食要點並分享(聰明選健康吃)</p>	<p>看影片</p> <p>2. 小組討論:討論影片內容並發表自己的飲食習慣</p> <p>3. 口頭報告:均衡飲食的要點</p>	劇情音檔

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)