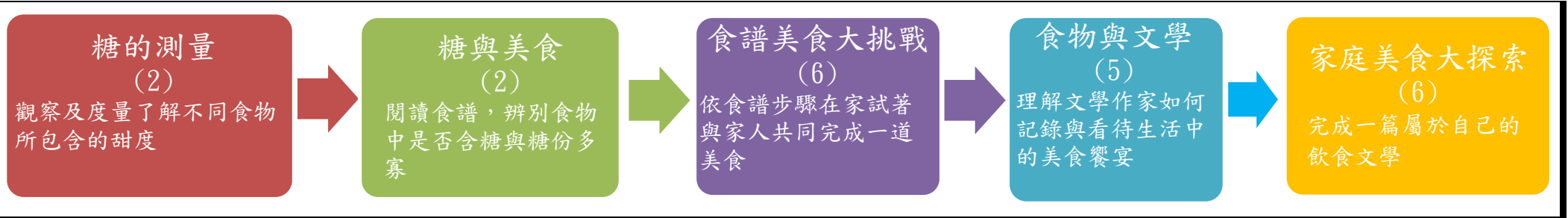


臺南市公立鹽水區岸內國民小學 112 學年度(第一學期)四年級彈性學習戀戀岸內課程計畫

學習主題名稱 (中系統)	生活中的甜	實施年級 (班級組別)	四年級	教學 節數	本學期共( 21 )節
彈性學習課程 四類規範	1. <b>統整性探究課程</b> ( <input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)				
設計理念	關係：糖在日常的飲食中無所不在，讓孩子實際體驗含糖飲食的烹煮，並藉此閱讀作家們如何書寫「飲食」一事，也書寫出自己對於食物的想法，掌握糖與人的關聯。				
本教育階段 總綱核心素養 或議題實質內涵	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-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。 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。				
課程目標	學生能藉由對含糖菜餚的認識(以糖度計測試糖度)，讓學生實際從「五感」針對食物用心觀察並記錄下來，透過有系統的引導與思考，清楚具體表達對食物的敘述及感覺；並能在了解「飲食文學」題材之餘，擬定烹煮食物的計畫(以資訊科技方式記錄製作餐點的過程)並實際進行創作。				
配合融入之 領域或議題	<input checked="" 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 type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" 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 checked="" 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		
總結性 表現任務	在期末成果發表時，協助家人完成一道含糖與不含糖的美食料理其口感差別，並互相分享料理烹煮過程及感想回饋。				
課程架構脈絡(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)					



本表為第一單元教學流程設計/(本學期共五個單元)

單元名稱		糖的測量	教學期程	第一週至第二週	教學節數	2 節 分鐘
學習重點	學習表現 校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵	科議 s-II-2 識別生活中常見的手工具與材料。 綜 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。				
	學習內容 (校訂)	生活中可測量糖的工具與度量				
學習目標		透過觀察以及度量工具了解不同食物所包含的甜度，並開始覺察生活中的糖含量。				
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源	時間規劃 (節數)	教師的提問或引導	學生的學習活動 學生要做甚麼	學習評量 掌握關鍵檢核點， 透過什麼工具或形式+要看到什麼？	學習資源	
	1	你們最近喝過飲料嗎?你覺得為什麼會有甜味? 你們知道糖是什麼嗎?它有什麼作用? 在飲料裡糖的作用是什麼?	1. 讓學生判斷以往所喝過的飲料是否含糖。 2. 讓學生了解糖以及其作用。	能透過糖度計測量 身邊 飲料、水果的含糖量， 簡單分析含糖量。	糖度計測量 方式 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=vN0o8Z1PZIO">https://www.youtube.com/watch?v=vN0o8Z1PZIO</a>	
	1	我們可以如何測量飲料中的糖度呢? 你們知道有那些工具可以使用嗎? 糖度計如何工作呢?	利用糖度計測量所帶來的飲量，甜水果等食材，並做紀錄。			

本表為第二單元教學流程設計/(本學期共五個單元)

單元名稱		糖與美食	教學期程	第三週至第四週	教學節數	2 節 分鐘
學習重點	學習表現 校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵	國 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。 綜 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。				
	學習內容 (校訂)	1. 各類糖的料理 2. 食譜的內容與步驟				
學習目標		閱讀食譜，能辨別食物中是否含有糖分量以及其中糖分的多寡，並簡單認識中式料理中糖的運用方法。				
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源	時間規劃 (節數)	教師的提問或引導	學生的學習活動 學生要做甚麼	學習評量 掌握關鍵檢核點， 透過什麼工具或形式 + 要看到什麼？	學習資源	
	1	如何區分食物中是否不含糖分？ 透過閱讀食譜的材料清單，哪些食物可能含有糖分？ 是不是有一些食材的名稱中就包含了糖分的提示？	1. 辨別所準備食物圖片是否添加糖。 2. 找食譜、圖片，看哪些料理含有糖。	能說出各種烹調方法對於食材口味的影響，並理解糖在料理中無所不在。	https://chrysie.pixnet.net/blog/post/120268387 (糖醋里肌)	
	1	如果不能透過食物的顏色、口腔或味道，猜測它是否含有糖分？ 可以如何判斷食物中糖分的多寡？	1. 除了利用五官還可用什麼方式猜測食物是否含糖。 2. 判斷食物糖份多寡。		https://colin7287.pixnet.net/blog/post/368304864 (紅燒豆腐)	

本表為第三單元教學流程設計/(本學期共五個單元)

單元名稱		食譜美食大挑戰		教學期程	第五週至第十週 (第七週 10/9(一)彈性放假 10/10(二)國慶日放假 一天)	教學節數	6 節 分鐘
學習重點	學習表現 校訂或相關領域與參考指引 或議題實質內涵	國 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。 科資議 t-II-2 體會資訊科技解決問題的過程					
	學習內容 (校訂)	食譜的內容與步驟					
學習目標		能完整閱讀一份食譜並依食譜步驟在家試著與家人共同完成一道美食，並在過程中學習利用資訊科技紀錄的方法。					
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源	時間規劃 (節數)	教師的提問或引導		學生的學習活動 學生要做甚麼	學習評量 掌握關鍵檢核點， 透過什麼工具或形式 + 要看到什麼？	學習資源	
	3	<p>請問糖是什麼？它有什麼特徵？</p> <p>食譜中有沒有提到加入糖或糖漿？在哪個步驟中加入的？</p> <p>請問加入糖或糖漿的目的是什麼？是為了增加甜味還是其他原因？</p> <p>這道菜的糖分是高還是低？可以用哪些方法減少糖分呢？</p> <p>食譜中提到的其他調味料和糖有什麼不同？它們的作用是什麼？</p>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 閱讀料理食譜。</li> <li>2. 了解食譜加糖的目的。</li> <li>3. 食譜中其他調味和糖有何不同及其作用。</li> </ol>	利用平板記錄準備食材以及烹飪過程，將其拍攝成照片或錄製烹飪過程片段，製成食譜小書（內容：食材、步驟），分享給同學和家人。	<a href="https://iok.tw/">https://iok.tw/</a> (愛料理)	
	3	利用平板紀錄協助家人製作料理，並與同學分享自己找食譜與家人共做的一道料理，製成食譜書，分享給學生和家人。		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 依食譜步驟在家試著協助家人完成一道料理。</li> <li>2. 紀錄做的料理所需準備的食材及步驟。</li> </ol>			

			3. 在過程中學習利用平板及拍照紀錄。		
--	--	--	---------------------	--	--

本表為第四單元教學流程設計/(本學期共五個單元)

<b>單元名稱</b>	食物與文學	<b>教學期程</b>	第十一週至第十五週	<b>教學節數</b>	5 節 分鐘
-------------	-------	-------------	-----------	-------------	-----------

<b>學習重點</b>	<b>學習表現</b> 校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵	國 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。 國 5-II-6 運用適合學習階段的摘要策略，擷取大意。 綜 2c-II-1 蒐集與整理 各類資源，處理個人日常生活問題。			
	<b>學習內容</b> (校訂)	1. 飲食文學的大意、主旨、簡單結構 2. 飲食文學的文化內涵			

<b>學習目標</b>	透過閱讀飲食文學作品，理解文學作家如何記錄與看待生活中的美食饗宴				
-------------	----------------------------------	--	--	--	--

<b>教師提問/學習活動 學習評量/學習資源</b>	<b>時間規劃 (節數)</b>	<b>教師的提問或引導</b>	<b>學生的學習活動 學生要做甚麼</b>	<b>學習評量</b> 掌握關鍵檢核點， 透過什麼工具或形式+要看到什麼？	<b>學習資源</b>	
	2	讓學生閱讀食譜，先問是否知道什麼是食譜？然後讓他們自己閱讀一份食譜，有沒有提到糖分的含量？	1. 請學生閱讀飲食文學篇 2. 觀察食譜裡面所提到糖量。	1. 運用摘要策略，學生進行文章說明。 2. 試著分析，酸甜苦辣詞語，討論、分類。	讀懂酸甜苦辣與情感上的連結意涵與關聯	文章選讀： 林文月-芋泥；梁實秋-雅舍談吃
	3	我們可以藉由文章，去分析別人在料理做哪些功夫，讓料理更有特色，以及寫作技巧。				

本表為第五單元教學流程設計/(本學期共五個單元)

<b>單元名稱</b>	家庭美食大探索	<b>教學期程</b>	第十六週至第二十一週	<b>教學節數</b>	6 節 分鐘
-------------	---------	-------------	------------	-------------	-----------

C6-1 彈性學習課程計畫 (第一類-單元活動設計)

學習重點	學習表現 校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵	國 6-II-2 培養感受力、想像力等寫作基本能力。 綜 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。			
	學習內容 (校訂)	飲食文學的大意、主旨、簡單結構			
學習目標		思索如何形容所吃過或看過的美味食物，紀錄並分享家中的美味時刻，並完成一篇屬於自己的飲食文學。			
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源	時間規劃 (節數)	教師的提問或引導	學生的學習活動 學生要做甚麼	學習評量 掌握關鍵檢核點， 透過什麼工具或形式+要看到什麼？	學習資源
	2	想一想，回家吃飯，最喜歡家人做的哪道料理？ 試著與同學分享為什麼最喜歡這道料理？	1. 讓孩子回憶心中最喜歡家人做的哪一道料理。 2. 與同學分享。	透過訪談與紀錄學會自己最喜歡的一道菜，並利用文字書寫下來。	
	2	試著跟長輩請教，並簡單描述自己最喜歡那道菜的過程及食材。 那道料理有含糖與不含糖吃起來口感有何不同？	1. 回家向長輩們請教最喜歡的料理。 2. 這道料理含糖與不含糖吃起來的口感有何不同。 2. 簡單描述製作過程、口感與同學分享。		
2	把最喜歡的那一道料理，寫成一篇文章。	作文_我最喜歡的一道菜			

## 臺南市公立鹽水區岸內國民小學 112 學年度(第二學期)四年級彈性學習課程計畫

學習主題名稱 (中系統)	糖類調查員	實施年級 (班級組別)	四年級	教學 節數	本學期共( 19 )節
彈性學習課程 四類規範	1. <b>統整性探究課程</b> ( <input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)				
設計理念	互動與功能： 帶領孩子討論社區各個店家對於糖的使用習慣與使用量，並建立屬於自身的糖地圖，此外在了解糖與社區的關係支援。並看科學家們，如何結構化的看待糖與身體健康的關係，並加以整理、說明分享，並適度的提醒周遭的人。此外也思考如何宣導，採用新聞播報和闖關活動方式，讓孩子從規畫宣導活動中，加深糖對身體健康的認識和實踐。				
本教育階段 總綱核心素養 或議題實質內涵	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。				
課程目標	透過社區的調查，探索社區美食與糖的關係並學習記錄糖在生活中的足跡，運用閱讀、影像的學習，探索糖對身體影響，並利用圖示、文字、資訊設備等方式加以整理，擬定宣導與闖關計畫，提升大家對於糖和身體健康的知識。				
配合融入之 領域或議題	<input checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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		
總結性 表現任務	在期末成果發表日，學生完成健康宣傳的海報，分享對健康飲食和少糖的認知。				
課程架構脈絡(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)					

**糖類調查員**  
(6)  
將鹽水飲食資料收集、紀錄，製作美食地圖



**健康吃糖**  
(7)  
利用科技工具紀錄並傳達自身的研究結果，並發表。



**糖的大小事**  
(7)  
將健康知識轉換成海報宣導活動。

本表為第一單元教學流程設計/(本學期共三個單元)

單元名稱		糖類調查員	教學期程	第一週至第六週 (第三週 2/28(三)和平紀念日放假一天)	教學節數	6 節 分鐘
學習重點	學習表現 校訂或相關領域 與參考指引或 議題實質內涵	社 2a-II-1 關注居住地方社會事物與環境的互動、差異與變遷等問題。 社 3b-II-3 整理資料，製作成簡易的圖表，並加以說明。 國 1-II-4 根據話語情境，分辨內容是否切題，理解主要內容，並與對方互動。				
	學習內容(校訂)	1. 鹽水美食含糖量 2. 鹽水街道與商家餐點含糖量				
學習目標		關注鹽水飲食的生活方式，進行資料收集，學習資料的分析、安排、探查，整理、紀錄的能力，並製作美食地圖。				
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源		時間規劃 (節數)	教師的提問或引導	學生的學習活動 學生要做甚麼	學習評量 掌握關鍵檢核點，透過什麼工具或形式+要看到什麼？	學習資源
		2	鹽水區，有哪些鹽水在地小吃？利用影片跟學生介紹鹽水美食，我們可以從其中探討所看的那些美食是否含糖？	1. 了解鹽水有哪些在地美食。 2. 尋找在地美食中那些含糖。	透過紀錄、地圖繪製，完成屬於鹽水地區的美食含糖指南。	
		2	試著跟大家分享你們對於鹽水區美食，你們很喜歡吃的店家以及店家內的哪些美食？	1. 學生分享喜歡哪些鹽水在地的美食。		



	2	如果遇到外地朋友來訪，想了解你們所介紹的美食，可以如何與他們介紹呢？ 請學生上台分享自製的路線圖與同學分享，同學給予回饋。	2. 利用資料整理、繪製街道圖，並規劃路線等。 3. 自製路線表上台與同學分享。		
本表為第二單元教學流程設計/(本學期共三個單元)					
單元名稱		健康吃糖	教學期程	第七週至第十三週	教學節數 7 節 分鐘
學習重點	學習表現 校訂或相關領域 與參考指引或 議題實質內涵	國 5-II-6 運用適合學習階段的摘要策略，擷取大意。 國 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。 國 6-II-4 書寫記敘、應用、說明事物的作品。 資議 c-II-1 體驗運用科技與他人 互動及合作的方法。			
	學習內容 (校訂)	1. 糖的需求與對身體健康影響的認知 2. 科技媒體的運用			
學習目標		1. 運用摘要策略閱讀糖對身體健康影響的文章，並瞭解減糖的此項議題。 2. 書寫糖對身體健康的新聞報導。 3. 利用科技工具紀錄並傳達自身的研究結果，並發表。			
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源	時間規劃 (節數)	教師的提問或引導	學生的學習活動 學生要做甚麼	學習評量 掌握關鍵檢核點，透過什麼工具或形式+要看到什麼？	學習資源
	2	你知道糖是什麼嗎？它對健康有什麼影響？除了對牙齒有危害，糖對身體的其他影響有哪些？	1. 認識糖對健康的影響。 2. 牙齒危害，還有什麼其他影響。	能產出糖對身體影響的報告。	. <a href="#">BBC 紀錄片《糖的真相》</a>
	2	你知道什麼是摘要嗎？摘要的目的是什麼？在閱讀一篇文章時，你會如何應用摘要策略，以取得文章的主要信息？	1. 了解摘要的目的。 2. 閱讀文章找其摘要主信息。		
	3	當糖對我們健康有影響，可以如何將所知道的知識，告訴我們身旁的人呢？ 請學生上台分享，由其他學生給予回饋。	1. 糖對健康有影響，可如何得知。 2. 試著分析自己資料，運用平板書寫關於健康知識報導並上台分享。		

本表為第三單元教學流程設計/(本學期共三個單元)

單元名稱		糖的大小事	教學期程	第十四週至第二十週	教學節數	7 節 分鐘
學習重點	學習表現 校訂或相關領域 與參考指引或議 題實質內涵	健 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 國 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。				
	學習內容 (校訂)	飲食搭配、攝取量等相關知識				
學習目標		將健康知識轉換成海報宣導活動，讓更多人能了解糖對於健康的影響。				
教師提問/學習活動 學習評量/學習資源	時間規劃 (節數)	教師的提問或引導	學生的學習活動 學生要做甚麼		學習評量 掌握關鍵檢核 點，透過什麼 工具或形式+ 要看到什麼？	學習資源
	3	探討飲食中糖分攝取。 糖的攝取量過多對健康有哪些影響？ 為什麼要限制攝取量？ 在日常飲食中，有哪些常見的食物或飲食含有高糖分？	1. 探討飲食中糖分攝取。 2. 了解糖攝取過多對健康有什麼影響及為何要限制攝取量。 3. 請學生判斷有哪些食物或飲品含有高糖。		學生設計宣導 糖對健康的影 響海報	吃糖容易變 老 <a href="https://health.tvbs.com.tw/review/321827">https://health.tvbs.com.tw/review/321827</a> 怎樣吃糖才健康？ <a href="https://www.youtube.com/watch?v=6Y6u9ym3Kj4">https://www.youtube.com/watch?v=6Y6u9ym3Kj4</a>
	4	請學生設計宣導活動的方式，上台分享，並由其他同學給予回饋。	1. 請學生設計海報宣導。 2. 上台分享自製海報宣導內容。			

教學期程請敘明週次起訖，各個單元以教學期程順序依序撰寫，每個單元需有一個單元學習活動設計表，表太多或不足，請自行增刪。