

臺南市公立七股區三股國民小學 113 學年度(第一學期)五年級彈性學習 股動全世界 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)	食在健康	實施年級 (班級組別)	五	教學節數	本學期共(20)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	關係：探討飲食習慣與自我健康的關係。						
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-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的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	學生能探索飲食與健康的關係，能理解均衡飲食的原則與重要性，具備良好的生活習慣，促進身心健全發展。應用英語聽說讀寫能力，介紹並設計自己的健康餐盤與均衡飲食宣傳海報。						
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 checked="" 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 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	設計均衡飲食的海報介紹 1. 以英語說出五大類食物分類，並能以生活中常見的食物進行分類。 2. 認識健康餐盤，並能以學習過的英語食物單自設計自己的健康餐盤。 3. 以簡單英語認識週一無肉日，並了解如何運用飲食進行環保愛地球行動。 4. 歸納均衡飲食的好處，設計均衡飲食的海報，並能以簡單英語介紹。						
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)							
五大類食物(5) 能說出五大類食物的英語，並能根據日常飲食進行分類。		我的飲食計畫(5) 認識健康餐盤的概念，並能用學習過的食物英語單字設計自己的健康餐盤		週一無肉日(5) 以簡單英語認識週一無肉日，並了解如何從飲食作環保，愛地球。		食物停看聽(5) 從英語繪本歸納均衡飲食的好處，設計宣導均衡飲食的海報，並能以簡單英	

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

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 1-5 週	5	五大類食物	(英)1-III-6 能聽懂課堂中所學的字詞。 (英)1-III-9 能聽懂簡易句型的句子。 (英)2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。 (英)2-III-7 能作簡易的回答和描述。 (健體) 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。	1. 日常飲食的食物英語單字 2. 五大類飲食種類 3. What group does _____ belong to? It' s _____.	1. 能說出五大類食物的英語單字 2. 能以簡單英語區分日常飲食的種類。	1. 聆聽食物分類圖片介紹五大類飲食的英語單字，請學生依圖片內容能說出單字。 2. 聆聽教師以簡單英語介紹攝取各類食物的重要性，將種類與重要性的文字說明進行配對。 3. 將生活中常見的食物歸類至對的類別。 4. 選出自己喜歡吃的三種食物，以簡單英語句子進行提問並回答。	1. 說出五大類食物英語單字。 2. 聽懂並歸類文字說明。 3. 運用英語句型將食物分類正確。	1. 食物分類圖片 2. 常見食物圖片 3. 飲食分類ppt
第 6-10 週	5	我的飲食計畫	(英)1-III-6 能聽懂課堂中所學的字詞。 (英)1-III-9 能聽懂簡易句型的句子。	1. 健康餐盤的概念與英語口訣 2. _____ is not enough/too much.	1. 能說出健康餐盤中各類食物的分配比例 2. 能判斷及說出日常飲食是否健康	1. 觀看健康餐盤的影片，並能說出健康餐盤中的各飲食種類的正確比例與口訣 2. 在空白的 My plate 學習單上畫出食物的正確比例 3. 分辨各類餐盤是否符合 My	1. 說出健康餐盤口訣 2. 運用英語句型判斷健康餐盤原則	1. 健康餐盤影片 2. My plate 學習單 3. 各類型餐盤圖片

			<p>(英)2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)2-III-7 能作簡易的回答和描述。</p> <p>(健體) 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。</p>	3. 日常飲食的食物英語單字說出	<p>餐盤原則與原因</p> <p>3. 能以正確健康餐盤原則，規劃自己的飲食</p> <p>4. 以簡單英語介紹 my plate</p>	<p>plate 原則，並以片語 not enough / too much 講解判斷的標準與原因。</p> <p>4. 規劃自己的午餐或晚餐，並依照正確的比例，記錄在 My plate 學習單。</p> <p>5. 以簡易英語發表自己設計的 My plate。</p>	3. 以簡單英語介紹 My plate	
第 11-15 週	5	週一無肉日	<p>(英)1-III-6 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)1-III-9 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>(英)2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)2-III-7 能作簡易的回答和描述。</p> <p>(健體) 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概</p>	<p>1. 週一無肉日的緣由與理念</p> <p>2. 環保 3R: reduce, reuse, recycle</p> <p>3. We can save the earth by ... Because...</p>	<p>1. 認識 Meatless Monday</p> <p>2. 分析 Meatless Monday 的優缺點</p> <p>3. 發表運用飲食實踐環保理念的方法</p>	<p>1. 觀看影片，以簡單英語了解週一無肉日的緣由與理念</p> <p>2. 分析週一無肉日的優缺點，及對環境帶來的好處</p> <p>3. 聆聽教師以簡單英語介紹環保 3R 的概念。</p> <p>4. 小組討論及蒐集資料，以簡單英語發表，在生活中如何運用飲食實踐環保 3R 的方法，並如何達成。</p>	<p>1. 了解 Meatless Monday</p> <p>2. 說出環保 3R 代表的意義</p> <p>3. 發表運用飲食實踐環保的方法</p>	<p>1. Meatless Monday 影片</p> <p>2. 無肉日 ppt</p>

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			念。					
第 16-20 週	5	食物停看聽	<p>(英)1-III-6 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)1-III-9 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>(英)2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)2-III-7 能作簡易的回答和描述。</p> <p>(健體) 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。</p>	<p>1. 繪本 Why should I eat well</p> <p>2. 健康與均衡飲食的原則與方法</p>	<p>1. 能列出均衡飲食的益處</p> <p>2. 小組合作畫出介紹均衡飲食的海報</p> <p>2. 小組發表創作的海報</p>	<p>1. 聆聽教師講解英語繪本 Why should I eat well</p> <p>2. 從繪本中歸納均衡飲食的益處，與反之帶來的影響</p> <p>3. 整理本學期所學，小組完成均衡飲食宣傳海報，並以簡單英語進行發表</p>	<p>1. 以簡易英語發表均衡飲食宣傳海報</p>	<p>1. 繪本 Why should I eat well by Claire Llewellyn</p> <p>2. 均衡飲食 ppt</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。

臺南市公立七股區三股國民小學 113 學年度(第二學期)五年級彈性學習 股動全世界 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)	海好有你	實施年級 (班級組別)	五	教學節數	本學期共(20)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	關係：探討海洋與人類生活的關係。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的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。 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。				
課程目標	學生能探索海洋與人類生活的關係，了解維護海洋資源的方法與重要性。透過與討論與實作，應用英語聽說讀寫能力，記錄下友善海洋的實踐行動與同學分享，培養公民意識，關懷生態環境。				
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 checked="" 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 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	記錄友善海洋的實踐行動用簡易英語進行分享 1. 說出常見海洋生物的單字，並能依據《台灣海鮮指南》進行分類。 2. 能從影片歸納過度捕撈海洋生物的結果，並認識海洋之星生態標章意涵。 3. 覺察海洋塑膠的危害，並以簡易英語介紹減塑妙招 4. 規劃、實踐、紀錄維護海洋資源的方法，並能以簡易英語進行介紹。				
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)					
海下的世界(5) 從英語繪本認識常見海洋生物單字，並能依據《台灣海鮮指南》分類		永續海洋(6) 透過英語影片歸納過度捕撈海洋生物的結果，並認識 MSC 永續海洋標章。	餐桌上的危機(6) 從圖片覺察海塑對海洋生物的危害，規劃並以簡單英語介紹減塑妙招	維護海洋資源(3) 規劃並實踐維護海洋資源的方法，並能以簡單英語介紹之。	

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

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 1-5 週	5	海下的世界	(英)1-III-6 能聽懂課堂中 所學的字詞。 (英)1-III-9 能聽懂簡易句 型的句子。 (英)2-III-2 能說出課堂中 所學的字詞。 (英)2-III-7 能作簡易的回 答和描述。 (綜)3d-III-1 實踐環境友善 行動，珍惜生 態資源與環 境。	1. 繪本 The hole in the bottom of the sea 2. 七股常見的海 洋生物的英語單 字 3. 臺灣海鮮選擇 指南	1. 能唸出故 事中的英語 韻文 2. 辨識並說 出海洋生物 單字 3. 分辨海鮮 選擇指南中 的不同燈號 涵義 4. 依據指南 歸類七股常 見海洋生物	1. 聆聽教師講解英語繪本 The hole in the bottom of the sea，並學習念出故事 中的英語韻文 2. 看圖學習七股常見海洋生 物的單字，並能辨識圖片說 出正確答案 3. 將七股海洋生物單字代入 繪本韻文中，並能唸出改編 的韻文。There' s a ___ on the hole in the bottom of the sea. 4. 聆聽教師講解臺灣海鮮選 擇指南，了解不同燈號的涵 義，並能將學過的海洋生物 單字進行以簡單英語進行分 類。說出 It' s red/ yellow/ green.	1. 唸出繪 本韻文 2. 辨識海 洋生物並 說出單字 3. 說出海 洋選擇指 南中不同 燈號的意 思 4. 歸類常 見海洋生 物至正確 分類	1. 繪本 The hole in the bottom of the sea 2. 海洋生物 PPT 3. 臺灣海鮮 選擇指南圖片
第 6-11 週	6	永續海洋	(英)1-III-6 能聽懂課堂中 所學的字詞。 (英)1-III-9 能聽懂簡易句 型的句子。	1. 過度捕撈海 洋生物的成 因與後果 2. 句型 Overfishing makes _____.	1. 了解何為 過度捕撈與 其後果 2. 能以簡易 英語說出過 度捕撈的後	1. 觀看影片 Ending Overfishing，教師提 問，引導學生了解過度捕 撈的意思。 2. 依據影片統整過度捕撈的 後果，並用句型描述。 Overfishing makes	1. 說出過 度捕撈的 後果 2. 說出過 度捕撈的 後果	1. 影片 Ending Overfishing 2. 永續海洋環 境 ppt 3. 海洋小學堂

			<p>(英)2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)2-III-7 能作簡易的回答和描述。</p> <p>(綜)3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。</p>	<p>3. MSC 永續海洋標章的涵義</p> <p>4. 句型 This is ocean friendly/ not ocean friendly.</p>	<p>果</p> <p>3. 認識 MSC 標章及其涵義</p> <p>4. 能依據所學對過度捕撈及永續海洋環境的英語文字敘述分辨對錯</p>	<p>——.</p> <p>3. 教師介紹 MSC 永續海洋標章，引導學生了解為何要優先選購 MSC 標章產品。</p> <p>4. 搜尋其他海洋友善的標章，並以簡單英語進行介紹。</p> <p>5. 進行海洋小學堂活動，教師出題，用簡易英語進行海洋友善的提問，請學生分辨文字敘述的對錯，並用句型 This is (not) ocean friendly 回答。</p>	<p>3. 辨識 MSC 標章並能說出代表涵義</p> <p>4. 分辨文字敘述的對錯</p>	<p>題目</p>
第 12-17 週	6	餐桌上的危機	<p>(英)1-III-6 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)1-III-9 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>(英)2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)2-III-7 能作簡易的回答和描述。</p> <p>(綜)3d-III-1</p>	<p>1. 海廢的成因及危害</p> <p>2. 單字 plastics, plastic bag, plastic bottle, straws, pollution, garbage,</p> <p>3. 3R(Reduce, reuse, recycle)</p>	<p>1. 了解何為海廢及成因</p> <p>2. 能說出塑膠英語單字，與常見的塑膠製品單字</p> <p>3. 依 3R 原則擬定改善行動計畫</p>	<p>1. 教師展示海廢汙染圖片，請學生發表看到什麼，並歸納出塑膠是造成海洋生物死亡的最大原因。</p> <p>2. 觀看影片 How does plastic end up in our oceans? 引導學生了解一次性塑膠對海洋造成的危害。</p> <p>3. 紀錄生活中一天所用的塑膠製品，完成學習單。</p> <p>4. 小組依據學習單進行討論，目前使用的塑膠製品可以減少使用，或以更環</p>	<p>1. 說出海廢的成因及危害</p> <p>2. 對自己使用塑膠的生活習慣進行檢視並擬定改善方法。</p>	<p>1. 海塑汙染圖片</p> <p>2. 影片 How does plastic end up in our oceans?</p> <p>3. 生活中的塑膠學習單</p>

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類)

			實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。			保的方式替代。以 3R 原則進行規劃。		
第 18-20 週	3	維護海洋資源	<p>(英)1-III-6 能聽懂課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)1-III-9 能聽懂簡易句型的句子。</p> <p>(英)2-III-2 能說出課堂中所學的字詞。</p> <p>(英)2-III-7 能作簡易的回答和描述。</p> <p>(綜)3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 維護海洋的方法 2. 單字： protect our ocean, clean the beach, use less plastic product, eat sustainably 3. 句型：We can _____ to protect our ocean. 	1. 能報告自己維護海洋環境的方法並實踐	<p>5. 小組發表報告</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 討論維護海洋環境的方法，身為小學生可以完成什麼？ 2. 練習用簡單英語組織想法與句子。We can _____ to protect our ocean. 3. 寫友善海洋學習單，並定下實踐目標，執行並記錄一週。 4. 用簡易英語進行個人分享及發表。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以簡單英語描述保護海洋的方法 2. 實踐定下的目標行動 	1. 友善海洋學習單

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎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。