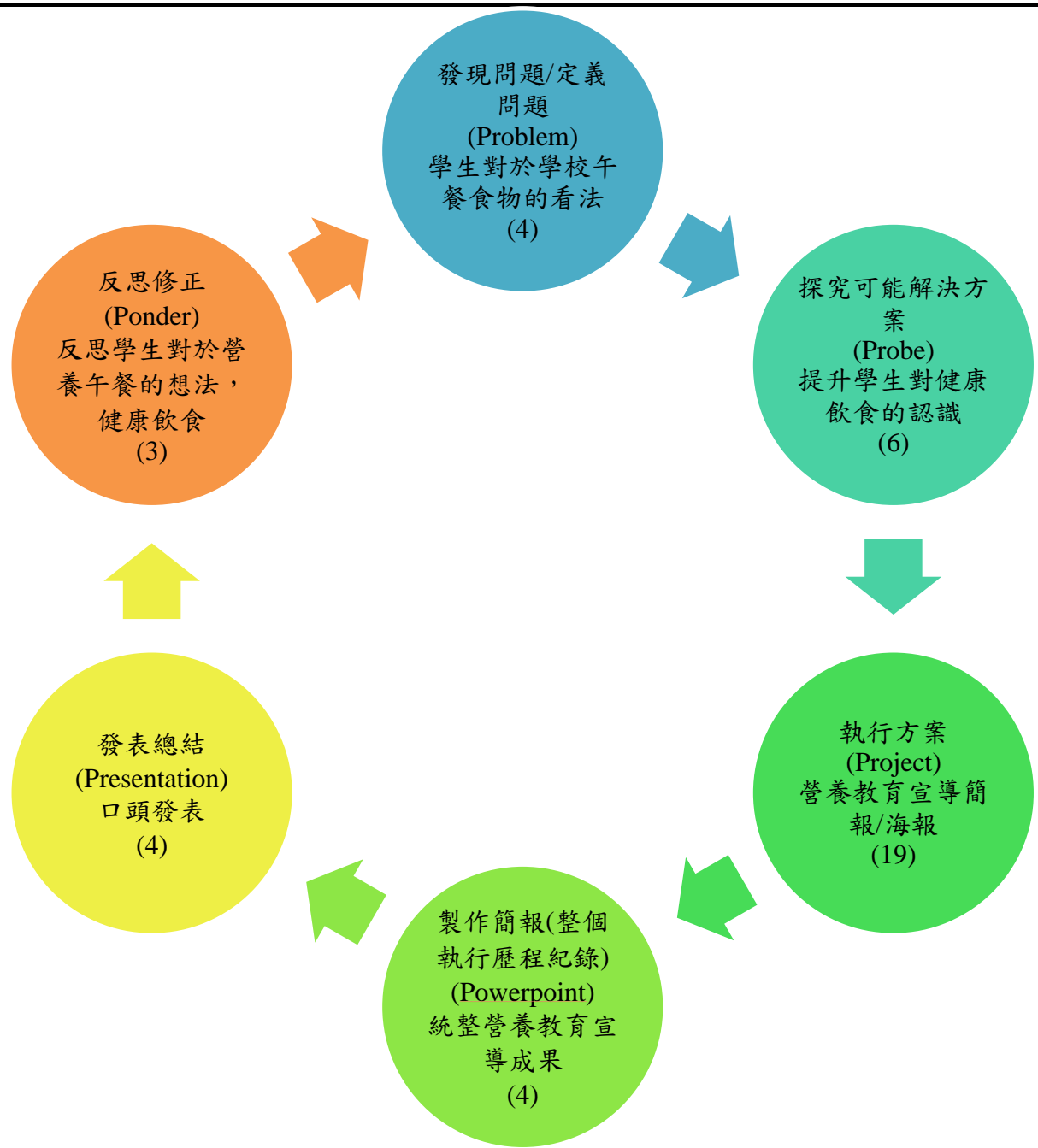


## 臺南市公立歸仁區大潭國民小學 113 學年度第一、二學期五年級【PBL 專題式學習】彈性學習課程計畫

專題名稱	綠色生活健康吃	教學節數	本學年共(40)節
學習情境	大潭國小五年級的學生中，許多學生對學校提供的營養午餐覺得不好吃、不夠美味。隨著對健康飲食的重視程度增加，學生和家長越來越關注午餐的營養價值。然而，大部分學生對健康飲食的具體內容和重要性了解不多。他們不清楚健康飲食的基本原則。透過 PBL 課程可以大潭國小學生了解健康飲食，並能在生活中會選擇吃下附有營養健康的食物。		
待解決問題 (驅動問題)	要如何讓大部分學生了解健康飲食的具體內容和重要性，選擇吃下附有營養健康的食物		
跨領域之 大概念	改變與穩定：透過實際調查與研究，讓學生分辨何謂營養的食物，進而改變自身的飲食習慣		
本教育階段 總綱核心素養	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-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	了解健康飲食原則，並能設計營養教育宣導內容，提升其對營養午餐的認識和選擇健康食物的能力。		
表現任務 (總結性)	任務類型： <input checked="" type="checkbox"/> 資訊類簡報 <input checked="" type="checkbox"/> 書面類簡報 <input type="checkbox"/> 展演類 <input type="checkbox"/> 作品類 <input type="checkbox"/> 服務類 <input checked="" type="checkbox"/> 其他問卷_____		
	服務/分享對象： <input checked="" type="checkbox"/> 校內學生 <input checked="" type="checkbox"/> 校內師長 <input checked="" type="checkbox"/> 家長 <input type="checkbox"/> 社區 <input type="checkbox"/> 其他_____		
學生能設計出宣導材料進行口頭發表並反思宣導改進之策略			
PBL 6P 學習架構與模式脈絡圖(各單元問題脈絡)			



C6-1 彈性學習課程計畫(第一類 PBL)

教學期程 (節數)	單元問題	學習內容(校訂)	學習目標	學習活動	單元任務 (學習評量)
<b>第一學期</b>					
第 2 週～第 5 週	學生對於學校午餐食物的看法	學校午餐的現狀與問題	1.學生對午餐的看法和改進建議。	1.討論學校午餐的營養成分和食材來源。 2.小組討論學生對午餐的看法和改進建議。 3.撰寫午餐回饋表。	撰寫午餐滿意表
第 6 週～第 8 週	健康飲食的基本原則	健康飲食金字塔、均衡飲食	1.理解健康飲食金字塔的結構和功能。 2.掌握基本的均衡飲食概念。 3.能夠評估自己的飲食習慣。	1.討論健康飲食金字塔。 2.分析日常飲食是否符合飲食金字塔。	飲食金字塔報告
第 9 週～第 11 週	提升學生對健康飲食的認識	營養素的功能與重要性	1.瞭解主要營養素的功能和對身體的影響。 2.掌握營養素在食物中的來源。	1.研究不同營養素(蛋白質、碳水化合物、脂肪、維生素等)的功能和食物來源。 2.分析典型飲食中可能存在的營養不足或過剩問題。	營養素報告
第 12 週～第 21 週	營養教育宣導準備	設計宣導計劃	1.能夠設計符合目標需求的宣導計劃。 2.掌握製作宣導材料的基本技巧。 3.能夠運用數位工具製作宣導材料。	1.小組討論，制定符合學校需求和學生興趣的宣導計劃。 2.學習使用電腦軟體(如 PowerPoint)製作簡報和海報。 3.設計並準備宣導材料的初稿。	宣導材料初稿
<b>第二學期</b>					
第 22 週～第 27 週	營養教育宣導練習	營養教育宣導	1.進行練習宣導。 2.評估和調整宣導策	1.製作最終版本的宣導材料，進行試講和修正。	練習活動記錄與評估

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類 PBL)

			略。 3.宣導的表達能力。	2.在教室內進行宣導活動，收集反饋和評估效果。	
第 28 週～第 30 週	營養教育宣導實施	營養教育宣導	1.進行學生朝會宣導。 2.學習團隊合作和溝通。	1.準備好最終的宣導材料。 2.在學校公開場合進行宣導活動	最終宣導材料成品
第 31 週～第 34 週	營養教育宣導效果評估	宣導效果評估	1.能夠分析和評估宣導活動的成效和影響。 2.彙整宣導活動的成果。	1.討論宣導活動的效果和反饋。 2.彙整宣導活動的成果，撰寫宣導效果報告。	宣導效果報告
第 35 週～第 38 週	發表總結	學生發表成果	1.培養良好的口頭表達能力。 2.能夠展示宣導成果。 3.接受反饋和提問。	1.將宣導成果向全班或家長進行清晰而有力的簡報。 2.接受反饋和提問，進行互動交流。	簡報發表
第 39 週～第 41 週	反思與修正	反思與改進	1.能夠自我反思整個宣導過程。 2.掌握從反思中學習和改進的能力。 3.能夠撰寫反思報告。	1.分組討論和撰寫反思報告，探討宣導過程中的挑戰和成功。 2.提出改進建議，改進未來的宣導計劃。	反思報告