

臺南市公立北門區雙春國民小學 113 學年度第一學期三年級彈性學習 **雙春小學堂~家庭教育** 課程計畫 (普通班 特教班)

課程名稱	營養均衡 gogogo	實施年級 (班級組別)	三年級上	教學 節數	本學期共(3)節
彈性學習課程 四類規範	<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 checked="" 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 checked="" 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	交互作用：指導兒童認識六大類食物，進而了解每日的飲食狀況，是否符合均衡營養的攝取，學習如何掌握飲食生活，養成健康良好的飲食習慣。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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	讓學生體驗六大類食物的重要性、進而在日常生活中養成攝取各類食物的好習慣。				
配合融入之 領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input 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 checked="" 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. 能說出六大類食物的分類情形。 2. 能了解每日所需的六大類食物的攝取量。 3. 能完成每日飲食攝取量記錄表。				
課程架構脈絡					
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; background-color: #c0392b; color: white; padding: 20px; margin: 20px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em; margin: 0;">營養均衡gogogo</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.5em; margin: 0;">(3)</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.1em; margin: 0;">能說出六大類食物的分類， 完成飲食紀錄表。</p> </div>					

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

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	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 7-9 週	3	營養均衡 gogogo	家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作 (健體)1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 (健體)1a-II-2 了解促進健康生活的方法。	1. 了解健康食物的基本概念及意義。 2. 健康生活的方 式。	1. 能說出六大類食物的分類。 2. 了解每日所需食物的攝取量。 3. 能完成每日飲食攝取量記錄表。	1. 介紹六大類食品分類及兒童每日應攝取量 2. 每日飲食攝取量的記錄 3. 共同討論學習單記錄結果	口頭評量 能說出六大類食物的分類情形。 態度評量 能認真參與課堂討論。 學習單	董事基金會-金國王 我的飲食紀錄表

臺南市公立北門區雙春國民小學 113 學年度第二學期三年級彈性學習 **雙春小學堂~家庭教育** 課程計畫 (普通班 特教班)

課程名稱	均衡營養 DIY	實施年級 (班級組別)	三年級下	教學 節數	本學期共(3)節
彈性學習課程 四類規範	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 4. <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學				
設計理念	交互作用：指導兒童認識六大類食物，進而了解每日的飲食狀況，是否符合均衡營養的攝取，學習如何掌握飲食生活，養成健康良好的飲食習慣。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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	讓學生認識六大類食物的重要性並透過實際體驗進而在日常生活中製作簡易的均衡食物。				
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 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 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 checked="" 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. 能說出六大類食物的分類情形及每日攝取量。 2. 能根據均衡飲食的原則，完成營養三明治的製作。 3. 能參與小組活動，共同規劃活動內容，分工合作，完成營養三明治的製作。				
課程架構脈絡					
<div style="background-color: #c00000; color: white; padding: 20px; border-radius: 15px; margin: 0 auto; width: 80%;"> <h2 style="text-align: center; margin: 0;">均衡營養DIY</h2> <h3 style="text-align: center; margin: 0;">(3)</h3> <p style="text-align: center; margin: 0;">能了解健康食物的基本概念、意義 及健康生活的方式。</p> </div>					

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

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	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 7-9 週	3	均衡營養 DIY	家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作 (健體)1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 (健體)1a-II-2 了解促進健康生活的方法。	1. 了解健康食物的基本概念及意義。 2. 健康生活的方式。	1. 說出六大類食物的分類情形及每日攝取量 2. 能夠參與小組討論並製作出營養均衡的三明治	1. 營養均衡 GOGO!—我們都是一家人~以遊戲的方式加強學生的對六大類食物的記憶。 2. 分組討論營養三明治製作活動事宜 3. 營養三明治 DIY!!	1. 態度評量 能認真參與遊戲。 1. 實作評量 能找到正確的分類。 2. 態度評量 能認真參與分組堂討論。 3. 口頭評量 能說出準備材料與營養的關聯。 4. 實作評量 能分工完成營養三明治的製作。	活動規劃單