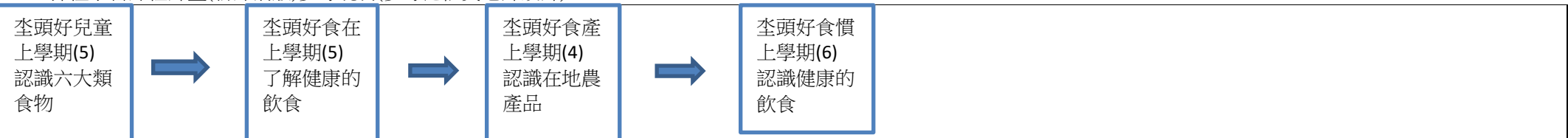


臺南市公立鹽水區埤頭港國民小學 114 學年度第一學期二年級彈性學習 在埤生態 課程計畫

課程名稱	坐頭綠野蹤	實施年級 (班級組別)	二年級上學期	領域教學 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	【關係與交互作用】：學校位於農產豐富的鹽水區，結合社區在地農作資源發展彈性課程，引導學童重視健康均衡飲食，並珍惜自己與家鄉土地的連結，養成愛鄉愛土的健康生活習慣。				
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，透過與外界的連結對自己有正向的看法，並對生活事物探索感受學習樂趣。 E-B1 具備基本健康生活素養，並具有生活所需的知能，能以同理心與人際溝通。				
課程目標	了解食物分類與營養並養成健康知能，並認識社區在地農作，珍惜自己與家鄉土地的互動。				
配合融入 之 領域或議 題	☐國語文 ☐英語文 ☒英語文融入參考指引 ☐本土語 ☐數學 ☐社會 ☐自然科學 ☐藝術 ☐綜合活動 ☒健康與體育 ☒生活課程 ☐科技 ☒科技融入參考指引 ☐性別平等教育 ☐人權教育 ☐環境教育 ☐海洋教育 ☐品德教育 ☐生命教育 ☐法治教育 ☐科技教育 ☐資訊教育 ☐能源教育 ☐安全教育 ☐防災教育 ☐閱讀素養 ☐多元文化教育 ☐生涯規劃教育 ☐家庭教育 ☐原住民教育☐戶外教育 ☐國際教育				
表現任務	能以口語和圖畫發表【我最喜歡吃的食物】，並分享自己和家人的健康飲食行為。				
課程架構脈絡					

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)參考說明(參考范信賢老師設計)



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週- 第5週	5	在埕生態-埕頭 好健康 第一單元 埕頭 好兒童	(健康與體育) 1a-I-1 認識基本的營養知識 2b-I-2 願意養成個人健康 習慣 (生活課程) 3-I-1 願意參與各種學習活 動，表現好奇與求知探究之 心。 7-I-1 以對方能理解的語彙 或方式，表達對人事物的觀 察與意見。	1.六大類食物金字 塔圖。 2.六大類食物圖片 -五穀根莖類，奶 類，肉、魚、豆、 蛋類，蔬菜類，水 果類，油脂類。 3.六大類食物(圖片 及實物)。	1.能分出六 大類食物。 2.能說出六 大類食物。	1.認識食物營 養。 2.認識六大類 食物。 3.運用圖片分 類六大食物。 你知道食物 可以分成哪 幾大類嗎？	運用口 語及圖 片說出 六大類 食物	1.翰林(2 上)一：吃得營養又健康 2.六大類食物金字塔圖\\120.116.103.8\26-校訂及部 定課程教學檔案區\埕頭港國小彈性課程自編教材\在埕 兒童\二甲\六大類食物金字塔圖.jpg 3.六大類食物圖片 \\120.116.103.8\26-校訂及部定課程教學檔案區\埕 頭港國小彈性課程自編教材\在埕兒童\二甲\六大類食 物圖片.jpg
第6週- 第10週	5	第二單元 埕頭 好食在	(健康與體育) 2a-I-1 發覺影響健康的生活 態度與行為 2b-I-1 接受健康的生活規 範 4a-I-2 養成健康的生活習慣 (生活課程) 3-I-1 願意參與各種學習活 動，表現好奇與求知探究之 心。 7-I-1 以對方能理解的語彙	1.「我的餐盤」唱 跳影片。 2.「我的餐盤」六 口訣-每天早晚一 杯奶、每餐水果拳 頭大、菜比水果多 一點、飯跟蔬菜一 樣多、豆魚蛋肉一 掌心、堅果種子一 茶匙)。	能說出飲食 健康六口訣	1.觀賞「我的 餐盤」影片。 2.唸唱「我的 餐盤」六口訣 及動作。 你記得『我的 餐盤』裡有哪 些食物嗎？	說跳「我 的餐盤」 -飲食健 康六口 訣	1.翰林(2 上)一：吃得營養又健康 2.「我的餐盤」影片 https://youtu.be/iTvMXWPpzs?si=TY1XSsU0NAIsTjDt

			或方式，表達對人事物的觀察與意見。					
第 11 週-第 15 週	5	第三單元 塋頭好食產	(健康與體育) 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為 2b-I-1 接受健康的生活規範 4a-I-2 養成健康的生活習慣(生活課程) 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人事物的觀察與意見。	1.社區踏查-認識在地農產(番茄及玉米、瓠瓜等)。 2.分享村莊農產種類。 3.了解在地低碳食材。	1.能分享村莊所見農產種類。 2.能說出常食用的在地食材。 3.能說出低碳食材的原因。	1.進行社區踏查，認識村莊農產。 2.進行圖片翻示，了解蔬菜及水果等食材。 3.認識低碳食材成因。你知道為什麼這些食材對地球比較好嗎？	1.說出兩項以上的在地的農產種類。 2.說出兩項以上常吃的在地低碳食材。	1.翰林(2 上)一：吃得營養又健康 2.番茄、玉米、瓠瓜等圖片 \\120.116.103.8\26-校訂及部定課程教學檔案區\塋頭港國小彈性課程自編教材\在塋兒童\二甲\在地農產圖片.jpg
第 16 週-第 21 週	5	第四單元 塋頭好食慣	(健康與體育) 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為 2b-I-1 接受健康飲食生活規範(生活課程) 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 4-I-2 使用不同的表徵符號	2.健康的飲食習慣(依六大類食物攝取營養素種類，多選用高纖維食物，少油、少鹽、少糖，並多喝開水)。 3.不同符號表徵(口語、繪畫)的使用。	1.能說出在家裡及學校常吃的在地蔬果。 2.能說出健康飲食的好行為。 3.能繪圖創作【我喜歡吃的食物】。	1.認識社區及校園中栽種的在地農產。 2.分享自己及家人的健康飲食行為。 3.繪圖創作【我喜歡吃的食物】你和家人平常都喜歡吃什麼樣的健康食物呢？你最喜歡吃	能以口語和繪圖發表自己和家人的健康飲食行為。	1.翰林(2 上)一：吃得營養又健康 2.在地農產圖片(番茄及玉米等) \\120.116.103.8\26-校訂及部定課程教學檔案區\塋頭港國小彈性課程自編教材\在塋兒童\二甲\在地農產圖片.jpg

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)參考說明(參考范信賢老師設計)

			進行表現與分享，感受創作的樂趣。 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人事物的觀察與意見。 7-I-2 傾聽他人的想法，並嘗試用各種方法理解他人所表達的意見。			的食物是什麼？可以把它畫出來嗎？		
--	--	--	--	--	--	-------------------------	--	--

臺南市公立鹽水區埤頭港國民小學 114 學年度第二學期二年級彈性學習 在埤生態 課程計畫

課程名稱	埤頭好健康	實施年級 (班級組別)	二年級下學期	領域教學節數	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	【關係與交互作用】：學校位於農產豐富的鹽水區，結合社區在地農作資源發展彈性課程，引導學童重視健康均衡飲食，並珍惜自己與家鄉土地的連結，養成愛鄉愛土的健康生活習慣。				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養	E-B1 具備基本健康生活素養，並具有生活所需的知能，能以同理心與人際溝通。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動。				
課程目標	了解食物分類與營養並養成健康知能，並認識社區在地農作，珍惜自己與家鄉土地的互動。				
配合融入之領域或議題	☐國語文 ☐英語文 ☒英語文融入參考指引 ☐本土語 ☐數學 ☐社會 ☐自然科學 ☐藝術 ☐ 綜合活動 ☒健康與體育 ☒生活課程 ☐科技 ☒科技融入參考指引 ☐性別平等教育 ☐人權教育 ☐環境教育 ☐海洋教育 ☐品德教育 ☐生命教育 ☐法治教育 ☐科技教育 ☐資訊教育 ☐能源教育 ☐安全教育 ☐防災教育 ☐閱讀素養 ☐多元文化教育 ☐生涯規劃教育 ☐家庭教育 ☐原住民教育☐戶外教育 ☐國際教育				
表現任務	能發表以圖文創作的「我的健康餐盤」。				
課程架構脈絡					

歪頭好食客
下學期(5)
表現正確用餐
的禮儀與行為

歪頭好營養
下學期(4)
了解食物的
營養

歪頭好食味
下學期(4)
認識食物名
稱

歪頭好食譜
下學期(7)
製作健康餐
盤

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週- 第5週	5	第一單元 歪頭 好食客	(健康與體育) 2a-l-1 發覺影響健康的生 活態度行為 2b-l-1 接受健康飲食生活 規範 (生活課程) 3-l-1 願意參與各種學習活 動，表現好奇與求知探究 之心。 7-l-1 以對方能理解的語彙 或方式，表達對人事物的 觀察與意見。	1.用餐禮儀規則。 2.中西餐餐具使 用。	1.能遵守用餐 禮儀。 2.能正確使 用中西餐餐 具。	1.用餐情境 中遵守用餐 禮儀。 2.練習正確 的中西餐餐 具使用。 吃飯的時 候，我們應 該要注意哪 些禮貌呢？	1.說出正 確的用 餐禮儀。 2.正確使 用中西 餐餐具。	1.翰林(2下)三：健康快樂行。 2.用餐禮儀示範圖片。 \\120.116.103.8\26-校訂及部定課程教學檔案區\ 歪頭港國小彈性課程自編教材\在歪兒童\二甲\用 餐禮儀示範圖片.jpg 3.中西餐餐具

第 6 週- 第 9 週	4	第二單元 歪頭 好營養	(健康與體育) 2a-l-1 發覺影響健康的生活態度與行為 2b-l-1 接受健康飲食生活規範 (生活課程) 3-l-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 7-l-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人事物的觀察與意見。	1.學校營養午餐中六大類食物。 2.學校營養午餐廚餘的處理。	1.能說出營養午餐中六大食物分類。 2.認識廚餘的處理方式並珍惜食物。	1.認識學校營養午餐六大類食物。 2.知道廚餘的處理。 吃不完的食物應該怎麼處理才對呢？	1.說出每天的營養午餐中的六大類食物。 2.說出廚餘的處理方式。	1.翰林(2 下)三：健康快樂行。 2.六大類食物金字塔圖片 \\120.116.103.8\26-校訂及部定課程教學檔案區\歪頭港國小彈性課程自編教材\在歪兒童\二甲\六大類食物金字塔圖.jpg
第 10 週 - 第 13 週	4	第二單元 歪頭 好食味	(健康與體育) 2a-l-1 發覺影響健康的生活態度與行為 2b-l-1 接受健康飲食生活規範 (生活課程) 3-l-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 7-l-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人事物的觀察與意見。	1.每週營養午餐食譜。 2.營養午餐實物照片。	1.能說出營養午餐中常吃的食物 2.能分享營養午餐中自己愛吃的菜色。	1.認識學校營養午餐每週食譜。 2.分享自己愛吃的菜色。 你最喜歡午餐裡的哪一道菜？為什麼？	能說出五種以上營養午餐的菜色。	1.翰林(2 下)三：健康快樂行。 2.每週營養午餐食譜(含實物照片) https://www.hnes.tn.edu.tw/modules/tad_lunch3/
第 14 週 - 第 21 週	7	第三單元 歪頭 好食譜	(健康與體育) 2a-l-1 發覺影響健康的生活態度與行為 2b-l-1 接受健康飲食生活規範 (生活課程) 3-l-1 願意參與各種學習活	1.製作個人健康美味午餐食譜(加入在地食材)。 2.不同符號表徵(口語、繪畫)的使用。	1.能分享自己的健康菜單。 2.能以圖文創作【我的健康餐盤】。	1.能依六大類食物原則自己製作美味食譜。 2.翻翻書-圖文創作【我的健康	圖文創作【我的健康餐盤】	翰林(2 下)三：健康快樂行。

		動，表現好奇與求知探究之心。 4-I-2 使用不同的表徵符號進行表現與分享，感受創作的樂趣。 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人事物的觀察與意見。 7-I-2 傾聽他人的想法，並嘗試用各種方法理解他人所表達的意見。			餐盤】 你想怎麼畫出屬於自己的健康餐盤呢？		
--	--	---	--	--	--	--	--