

臺南市立東山區青山國民小學 115 學年度(第一學期)三年級彈性學習「食」在青山課程計畫

學習主題名稱 (中系統)	青「柑」寶貝	實施年級 (班級組別)	三	教學 節數	本學期共(21)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	結構與功能：探討在地農產「柑橘」的種類與營養價值與迷思，並善用柑橘製作相關飲品後與他人分享。				
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-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	學生能夠蒐集、整理、分析「柑橘」的相關資訊，並運用語文素養與藝文相關素養，列舉柑橘的種類及其營養價值，並能做出柑橘迷思的海報，進而運用柑橘製作相關飲品分享給同學及教師。				
配合融入之 領域或議題	☐國語文 ☐英語文 <input style="border: 1px solid red; color: red;" type="checkbox"/>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 <input style="border: 1px solid red; color: red;" type="checkbox"/>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				
總結性 表現任務	1、製作柑橘類營養價值比較表，內容包含文字、照片及營養價值差異。 2、迷思 Q&A 的海報製作，每組選定一項迷思概念，海報上要呈現迷思問題及正確解答，最後張貼至學校午餐公佈欄。 3、舉辦水果下午茶分享會，每組製作不同飲品後，邀請任課老師品嚐並給分。				
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)					
柑有這麼多 (5) 認識柑橘家族及相對應的特徵及口感 ➡ 柑橘營養師 (5) 了解柑橘的營養成分並分析比較製成圖表 ➡ 迷思大破解 (5) 食用柑橘的迷思知識解釋，做成 Q&A ➡ 來杯下午茶 (6) 以柑橘類為主，製作果茶，邀請科任老師品嚐並相互評分。					

本表為第 1 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		柑有這麼多	教學期程	第一週至第五週	教學節數	5 節 200 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 3c-Ⅱ-2 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。 綜 2c-Ⅱ-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。				
	學習內容(校訂)	柑橘的種類及外型特徵及相對應的產季、功能。				
學習目標		認識柑橘家族及相對應的特徵及產季、功能，並能進行品嚐並分類比較				
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 節	認識「柑橘的種類」 1. 家裡有種橘子的嗎？你知道柑橘有哪些種類嗎？ （橘、橙、柑等等） 2. 教師提供柑橘類圖卡，依序提問。 3. 柑橘圖卡認識及外型特徵配對。	分組或個人上台練習柑 橘圖片配對。	1. 可正確配對柑橘類圖 卡。 2. 青皮椪柑小卡外型特 徵紀錄表 3. 口感紀錄表	1. 柑橘品種大全： 柑橘季必吃的橘、 橙、柑、桔這篇一 次搞懂！ https://reurl.cc/aV5Wy3
		3 節	1. 老師介紹橘子各部件的功用： 橘子全果可用，除了果肉外，不吃的部分皆可製成 中藥。（橘皮做成了陳皮，果肉與皮之間的白絲橘絡 也是中藥，籽也是中藥『橘核』） 2. 將東山特產「青皮椪柑」做更深入的介紹。 3. 教師準備青皮椪柑，請學生觀察並針對果皮外 型、顏色及重量做詳細的紀錄與介紹。 4. 品嚐青皮椪柑，請學生觀察記錄外型與口感的關 係。	1. 學生仔細觀察青皮椪 柑將特徵記錄下來，完 成青皮椪柑小卡。 （可用拍照或繪圖） 2. 學生實際品嚐後將外 型與口感以表格記錄下 來	2. 農業主題館-柑橘 大宅門 https://kmweb.coa.gov.tw/subject/subject.php?id=258	

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。

本表為第 2 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		柑橘營養師	教學期程	第六週至第十週	教學節數	5 節 200 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	數 d-II-1 報讀與製作一維表格、二維表格與長條圖，報讀折線圖，並據以做簡單推論。 健體 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。				
	學習內容(校訂)	柑橘的營養價值及對人體的健康的影響。				
學習目標		學生能了解柑橘的營養價值及對人體的健康的影響，並繪製心智圖。				
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
		3 節	教師提問 1. 柑橘營養成分解析。 2. 柑橘的營養好處有哪些？ 3. 什麼樣的人不適合吃橘子？ 4. 橘子吃太多會怎麼樣？ 5. 教師引導學生針對問題上網搜尋解答，並且以學習單紀錄相關重點。	學生能回答問題並且知道上網搜尋的關鍵字，將討論問題紀錄在學習單上。	1. 心智圖 (檢視重點是否缺漏及上下位概念有無錯誤) 2. 柑橘營養相關學習單	1. 大「橘」大利！ 柑橘營養功效多！ 有熱量低、降血糖 4 大好處白色絲還能化痰 https://reurl.cc/DAvVGR 2. 便秘快看！營養師揭「橘子超狂 8 優點」：還能調節高血壓、保護呼吸道 https://reurl.cc/jDqAdv
		2 節	[製作柑橘健康營養-心智圖] 1. 教師教導學生心智圖的繪製技巧及資訊整理的重點。 2. 以柑橘的健康營養為主軸，請學生繪製心智圖。	學生需將之前紀錄的學習單內容，轉化成心智圖紀錄。		

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。

本表為第 3 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		迷思大破解	教學期程	第十一週至第十五週	教學節數	5 節 200 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	自 ti-II-1 能在指導下觀察日常生活現象的規律性，並運用想像力與好奇心，了解及描述自然環境的現象。 數 d-II-1 報讀與製作一維表格、二維表格與長條圖，報讀折線圖，並據以做簡單推論。 社 3c-II-2 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。				
	學習內容(校訂)	柑橘類的迷思概念及正確的食用知識。				
學習目標		學生能了解柑橘類的迷思概念及正確的食用知識並製作迷思 Q&A 海報。				
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 節	教師提問： 1. 橘子內的白絲可以吃嗎？ 2. 柑橘類會加速骨質流失？ 3. 柑橘類與用藥的知識。 4. 教師引導學生針對問題上網搜尋解答，並且以學習單紀錄相關重點。	學生能回答問題並且知道上網搜尋的關鍵字，將討論問題紀錄在學習單上。	迷思 Q&A 設計單	1. 吃柑橘類水果別配藥！2 食物與血脂藥併服恐「腎衰竭」 https://reurl.cc/ID0156 解開迷思：檸檬、橘子等酸性食物會加速骨質流失？ https://reurl.cc/ID081A
		3 節	[迷思 Q&A 海報製作] 1. 利用設計思考工具箱-「5X 為什麼」簡報，並加以講解使用方法。 2. 指派個人任務：學生完成迷思 Q&A 設計單。 3. 指派小組任務：小組討論共學，寫出最後迷思 Q&A 設計單。 4. 小組發表小組迷思 Q&A 設計單。接著老師同學給予回饋。 5. 老師歸納總結	1. 學生寫下個人的 Q&A 設計單。 2. 小組討論迷思 Q&A 設計單，並完成小組提問單。 3. 依據老師學生回饋調整 Q&A 設計單。		

本表為第 4 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		來杯下午茶	教學期程	第十六週至第二十一週	教學節數	6 節 240 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 3c-II-2 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。 綜 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。				
	學習內容(校訂)	柑橘飲品的製作配方及舉辦下午茶的活動流程。				
學習目標		學生能完成柑橘飲品的製作及舉辦下午茶分享會。				
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 節	教師提問： 1. 柑橘類飲品的種類有哪些？ 2. 請學生思考飲品原料的取得方便性 3. 將學生分組，並請各組決定要製作的飲品 4. 上網搜尋製作的步驟及流程並在學習單紀錄下來 5. 構思下午茶活動進行流程。(教師提問：舉辦日期、邀請對象、飲品發表介紹詞、邀請卡)	1. 學生要上網搜尋要做 什麼飲品。 2. 進行任務分工 3. 全班完成下午茶分 享會的細節討論。	1. 飲品製作步驟紀錄單 2. 用品原料準備檢核表 3. 教師評分表及小組飲 料品嚐評分表(數字 1-5)	1. 喝出免疫力～居 家做 3 款「柳橙夢 幻漸層飲料」蘋果 柑橘冰茶網友超 推！一起補充起來 https://reurl.cc/3xNz5L
		3 節	舉辦「水果下午茶」品嚐會 1. 發給學生原料用品檢核單，請他們回家準備後帶 至學校 2. 在課堂上先試做，請同組學生進行任務分工。 (包含製作組、行銷組、紀錄組) 3. 教師引導學生進行飲品說明的介紹稿，各組分別	1. 學生需準備製作飲品 的原料及用具，並實際 製作。 2. 小組需完成飲品介紹 稿。 3. 試做時要相互評分，		

C6-1 彈性學習課程計畫 (第一類-單元活動設計)

		上台練習。 4. 實際舉辦下午茶分享會。	並改進。		
--	--	-------------------------	------	--	--

臺南市立東山區青山國民小學 115 學年度(第二學期)三年級彈性學習「食」在青山課程計畫

學習主題名稱 (中系統)	青「柑」寶貝	實施年級 (班級組別)	三	教學 節數	本學期共(21)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	結構與功能：探討在地農產「柑橘」的挑選與保存並能實際挑選，最後能向全校師生講解宣傳柑橘小知識。				
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-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	學生能夠蒐集、整理、分析「柑橘」的相關資訊，並運用語文素養與藝文相關素養，列舉出柑橘挑選及保存重點，實際至市場進行挑選並能做出柑橘相關知識的海報，進而運用海報向他人分享。				
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				
總結性 表現任務	1、透過實際採買柑橘，參與柑橘選美大會，能進行個人評分(外型、重量、香氣、甜度)。 2、能以自己製作的柑橘小知識海報，向全校師生宣導。(內容須包含種類、保存法、迷思、營養價值及挑選重點)				

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)

柑橘的挑選與保存 (5)
認識柑橘類水果的挑選及保存重點，並分享家中保存法



柑橘選美會 (5)
實際到附近果攤進行採買及選購，回校後進行選美大會



宣導海報製作 (5)
製作柑橘相關知識介紹海報，包含營養、保存、迷思。



健康五分鐘 (6)
學生分組練習，朝會時間向全校師生宣導柑橘小知識。

本表為第 1 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		柑橘的挑選與保存	教學期程	第一週至第五週	教學節數	5 節 200 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	自 pa-II-1 能運用簡單分類、製作圖表等方法，整理已有的資訊或數據。 健體 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。				
	學習內容(校訂)	柑橘類水果的挑選及保存重點及家中保存法。				
學習目標		學生能認識柑橘類水果的挑選及保存重點，並分享家中保存法				
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 節	1. 教師提問並教導學生，柑橘的挑選準則： 1-1 小顆比較甜，較大顆的橘子味道稍微淡。 1-2 扁平狀的橘子比起圓形的品質佳 1-3 蒂頭小，表面呈深橘色，顏色鮮麗的較新鮮 1-4 橘皮柔軟，緊貼果肉生長的比較新鮮，風味保存較佳 1-5 果皮硬、外表凹凸不平的比較不甜，外皮紋理較細緻口感較好 2. 柑橘的保存方法： 2-1. 不用放在冰箱保存，以免被冰乾，只要裝在紙箱，打開封口通風即可。 2-2. 偏酸的橘子，放在陰涼處保存還可消除酸味，增加甜度。 2-3. 橘子若有損傷或發霉的情形，要立刻取出，因為發霉會讓周圍的橘子加速腐敗。 2-4. 表面附有白粉時，注意上面可能殘留化學成分。 3. 完成柑橘挑選保存心智圖	將有關挑選原則及保存方法學習單上的問題完成，分組討論並以心智圖記錄下來。	1. 柑橘保存學習單 2. 柑橘挑選重點紀錄 3. 柑橘挑選保存心智圖 (檢視重點是否缺漏及上下位概念有無錯誤)	1. 怎麼挑橘子？桶柑、椪柑、茂谷柑怎麼分辨？一文搞懂橘子種類/挑選法 https://reurl.cc/1lg5Rm 2. 柑橘、柳橙怎麼分？不同品種挑選、甜度口感大解密 https://food.ltn.com.tw/article/5100
		2 節	1. 教師設計柑橘保存紀錄單，請學生回家記錄自己家中是如何保存柑橘的。 2. 請學生拍下照片及寫下文字紀錄後回學校與同	學生拍照並記錄文字訪問家中長輩並寫下來回校分享。		

C6-1 彈性學習課程計畫 (第一類-單元活動設計)

	學、老師分享。 3. 訪問家中長輩水果保存的小撇步。			
--	-------------------------------	--	--	--

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。

本表為第 2 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		柑橘選美會	教學期程	第六週至第十週	教學節數	5 節 200 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	自 pa-II-1 能運用簡單分類、製作圖表等方法，整理已有的資訊或數據。 健體 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 社 3c-II-2 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）				
	學習內容(校訂)	不同種類柑橘的挑選重點(外型、重量等)				
學習目標		實際到學校附近果攤進行採買及選購，回校後進行選美大會				
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 節	1. 教師替學生複習柑橘挑選的重點，從外型大小、果皮光滑度、蒂頭大小、顏色鮮艷等挑選重點來挑選極柑。 2. 學生進行分組並分工。 3. 規劃要到哪一個果攤進行挑選及購買。 4. 採買水果的禮貌教學。 5. 教師帶領學生實際進行水果採買，每人都需挑選一顆。	1. 了解挑選原則 2. 實際到果攤挑選並注意購買禮節	1. 挑選檢核表 2. 組間評分表	1. 怎麼挑橘子？桶柑、極柑、茂谷柑怎麼分辨？一文搞懂橘子種類/挑選法 https://reurl.cc/1lg5Rm 2. 柑橘、柳橙怎麼分？不同品種挑選、甜度口感大解密 https://food.ltn.com.tw/article/5100
		2 節	極柑選美大會 1. 教師請每一個人先將自己挑選那顆極柑的原因寫下來，並與同學分享。 2. 在教室展示每個人的極柑，讓每人先就外型進行評選大會。	1. 紀錄並說明自己挑選的重點 2. 實際品嚐並給予同學回饋		

3.評選出的前五名讓大家進行品嚐，記錄下口感與型的關係，最後給予第一名獎勵。

本表為第 3 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		宣導海報製作	教學期程	第十一週至第十五週	教學節數	5 節 200 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	綜 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。 健體 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 社 3c-II-2 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。				
	學習內容(校訂)	柑橘相關方面的知識(包含種類、保存法、迷思、營養價值)				
學習目標		能製作柑橘相關知識介紹圖表，分析比較其營養、保存、迷思等圖表內容海報。				
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 節	1. 蒐集柑橘類的相關知識、包含營養、保存、營養價值等素材。 2. 整理分析所蒐集柑橘類的相關素材。 3. 搜尋海報美編設計風格並參考。	學生能整理相關知識並決定海報設計風格。	1. 柑橘知識心智圖 (檢視重點是否缺漏及上下位概念有無錯誤) 2. 海報風格 3. Q&A 互動提問單 4. 重點歸納講稿	網路簡報設計參考 Canva https://www.canva.com/zh_tw/create/posters/
		3 節	教師提供海報給小組製作 1. 注意重點的呈現及內容有無錯誤 2. 海報的美編可參考網路資源 3. 針對「柑橘」宣導海報內容設計提問互動環節	學生能將相關重點做講稿安排，並且分組練習口說表達能力。		

C6-1 彈性學習課程計畫 (第一類-單元活動設計)

		4. 各組完成上台的講稿			
--	--	--------------	--	--	--

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。

本表為第 4 單元教學流程設計/(本學期共 4 個單元)

單元名稱		健康五分鐘	教學期程	第十六週至第二十一週	教學節數	6 節 240 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	自 pa-II-1 能運用簡單分類、製作圖表等方法，整理已有的資訊或數據。 健體 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。				
	學習內容(校訂)	柑橘相關方面的知識(包含種類、保存法、迷思、營養價值)，口說講解的態度及技巧。				
學習目標		製作柑橘相關知識介紹圖表，分析比較其營養、保存、迷思等內容，並以口語表達其成果。				
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		學習評量	學習資源
		3 節	1. 教師確認學生圖表呈現柑橘比較的內容並無錯誤，並檢視學生對「柑橘」宣導海報所設計提問的問題。 2. 教師指導學生上台報告的重點技巧並讓小組分組練習。		掌握關鍵檢核點，透過什麼工具或形式+要看到什麼？	重點講稿
		3 節	各組分三次於朝會時間上台報告，再回到課堂的時間時，再請老師或小組給予講評與鼓勵 1. 主要報告者需要展現重點式報告，並且記錄自己報告有什麼優點及缺點。 2. 聽眾需要給予報告組好評與建議，並且記錄下來。		學生能將相關重點做講稿安排，並且分組練習口說表達能力。 學生能熟悉自己的報告內容並上台分享。	

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。