

南投縣育樂國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	大象愛生活/育樂好食農		年級/班級	三年級
彈性學習課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 統整性( <input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程		上課節數	每週 1 節，21 週，共 21 節
			設計教師	劉淑如
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input checked="" type="checkbox"/> 自然科學 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	創 意	與學校願景呼應之說明	創意~推行創意教學，鼓勵學童從生活中仔細觀察人事物創新思變，發展永續生態教學。	
設計理念	「人文、樂觀、探索、創意」是本校的教育願景。 從領域既訂的課程內容出發，並將視野延伸到身邊隨手可得的廢棄果皮菜葉與保特瓶。教學目標緊扣著體驗農業生產、友善土地的耕種方式，並透過不同模式的種植（播種與菜苗）學習種植照顧的技巧，期待蔬菜種植變成休閒生活的小確幸。 三年級自然領域單元「種蔬菜」，提供學生實際種植蔬菜的經驗，從種子認識、播種到種植觀察等。本課程方案以此單元的自然知識與實作為基礎，將內涵延伸到日常生活中，以更務實且細緻的方式，體察食農教育與環境教育的重要，並透過美化生活環境的DIY創作來提昇美感素養。在活動過程中，以學校廚房剩菜葉果皮製作堆肥、以回收保特瓶創作小花盆，親手種下菜苗、照顧，成為日常生活中的「都會小農」接著收成到製作蔬菜卷，讓農業種植與生活零距離蔬菜從盤中飧成為生活調劑的休閒活動，同時體察產地直送低碳生活及友善耕種的食農教育意涵。 教導孩子穿越馬路或行進中可能發生的危險情境，演練生活周遭潛藏的危機處理，以減少發生事故的危險因子。			
總綱核心素養 具體內涵	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-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。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 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。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。	領綱核心素養 具體內涵	國-E-C3 閱讀各類文本， 培養理解與關心本土及國際事務的基本素養，以認同自我文化，並能包容、尊重與欣賞多元文化。 自-E-A2 能運用好奇心及想像能力，從觀察、閱讀、思考所得的資訊或數據中，提出適合科學探究的問題或解釋資料，並能依據已知的科學知識、科學概念及探索科學的方法去想像可能發生的事情，以及理解科學事實會有不同的論點、證據或解釋方式。 自-E-C1 培養愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力。 自-E-C3 透過環境相關議題的學習，能了解全球自然環境的現況與特性及其背後之文化差異。 藝-E-B3 善用多元感官，察覺感知藝術與生活的關聯，以豐富美感經驗。 社-E-A3 探究人類生活相關議題，規劃學習計畫，並在執行過程中，因應情境變化，持續調整與創新。 綜-E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	
課程目標	1. 學生能觀察植物生長的規律性，知道成長需要能量（堆肥）以維持生命與活動。 2. 學生能觀察、辨識蔬菜種子的特徵、了解播種的步驟，動手實作, 享受種菜帶來的樂趣。 3. 學生能透過觀察、蒐集資料、討論，製作種菜心得過程的小書。 4. 能運用五官，敏銳的觀察周遭環境，保持好奇心、想像力持續探索自然。 5. 透過五官知覺觀察周遭環境的動植物與自然現象，知道如何欣賞美的事物。 6. 培養愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力。 7. 道路可能發生的危險情境之列舉及發生事故的原因。 8. 內輪差知識及行人「停」的安全位置。			

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂或參考領綱。				自選/編教材須經課發會審查通過
一	安全教育 ①【行人危險知多】 (1 節)	【綜】3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險危險的方法。 【社】3d-II-1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。 【安】E2 了解危機與安全。 【安】E4 探討日常生活應該注意的安全。 【安】E5 了解日常生活危害安全的事件。	【綜】Ca-II-1 生活周遭潛藏危機的情境。 【綜】Ca-II-2 生活周遭危機情境的辨識方法。 【綜】Ca-II-3 生活周遭潛藏危機處理與演練。 【社】Ab-II-1 居民的生活方式與空間利用，和其居住地方的自然、人文環境相互影響。 【交】A-II-2 了解使用交通工具的潛在危險。 【交】A-II-3 辨識各類道路環境的常見危險。 【交】B-II-1 遵守交通規則，培養謹慎的用路行為與尊重他人的態度。	1. 能分享行人穿越道路可能發生的危險情境，了解用路行為的重要。	● 引起動機 ▶活動一 馬路如虎口 （一）教師提問：「小蘋果有一天她看到書裡面提到『馬路如虎口，駕駛、行人當心走』，她不太懂『馬路如虎口』的意思是什麼？知道這個意思的同學，請用手比圈，不太知道的，請用手比叉。」教師邀請比圈的同學說說自己的想法。（二）學生自由發表想法。 （三）教師統整學生想法並歸納：馬路本身沒有危險，但如果我們自己或其他人沒有注意交通安全，馬路就像老虎的嘴巴，車輛就像牙齒，一咬（撞）下去就可能奪取我們的生命。 ● 發展活動 活動二 行人穿越道路的危險行為 （一）教師引導：「你曾經看過或聽過行人穿越道路時，有哪些危險的行為呢？這些危險行為可能導致事故發生的原因是什麼呢？」自己先思考 30 秒的時間，再進行分一得一的活動。 （二）學生運用「分一得一」的學習方法，彼此分享行人穿越道路時可能的危險行為。 1.教師發下「危險行為知多少」學習單（附件 II-1）。 2.學生於「自己想法」格子中，寫下自己曾經看過或聽過行人穿越道路時的危險行為、危險行為可能造成什麼事發生及什麼原因造成事故或受傷。 3.完成一格的書寫後，再完成其他三格「同學想法」的任務：找三個不同的人分享，並收集三個不同的想法。 ● 統整活動 活動三 思考與討論（8 分鐘） （一）教師引導全班學生討論與分享：要怎麼做才可以避免或減低危險發生？ （二）學生自由發表（如：遵守交通號誌、走行人穿越道、觀察左右來車再穿越道路等）。 （三）教師總結同學想法，並予以統整歸納： 1.保持專心過馬路，隨時觀察左右來往的車輛。 2.不任意衝進路中，讓駕駛有足夠的時間看見行人。 3.遵守交通規則、遵循號誌、指揮人員指示、走行人穿越道。	口語評量 【能分享行人穿越道路時可能發生的危險行為並能說出避免發生危險的作法。】	取自交通部（民 108）。大型車視野死角及內輪差宣導影片（完整版）。

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂或參考領綱。				自選/編教材須經課發會審查通過
二	安全教育 ② 【停在安全的地方】 (1 節)	【綜】3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。 【社】3d-II-1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。 【安】E2 了解危機與安全。 【安】E4 探討日常生活應該注意的安全。 【安】E5 了解日常生活危害安全的事件。	【綜】Ca-II-2 生活周遭危機情境的辨識方法。 【綜】Ca-II-3 生活周遭潛藏危機處理與演練。 【社】Ab-II-1 居民的生活方式與空間利用，和其居住地方的自然、人文環境相互影響。 【交】A-II-2 了解使用交通工具的潛在危險。 【交】A-II-3 辨識各類道路環境的常見危險。 【交】B-II-1 遵守交通規則，培養謹慎的用路行為與尊重他人的態度。 【交】Ca-II-1 學習並演練安全穿越路口的方法。	1. 能表達車輛特性（內輪差）的知識，並提出行人避免潛藏危險的方法。	● 引起動機 ▶活動一 路口處有危險 （一）教師講述：「小蘋果與媽媽一起去超市買東西，走著走著，走到十字路口，小蘋果在路口處很興奮的跳來跳去，媽媽提醒小蘋果車輛轉彎時，有可能會撞上你 喔！小蘋果疑惑的問為什麼呢？」 「各位同學，你覺得小蘋果媽媽說話的內容同意的請比圈，不同意的請 比叉，請作答。 （二）教師請學生自由發表同意或不同意的原因。 （三）教師歸納：有些小朋友覺得車輛轉彎會撞上行人，有些小朋友覺得不會，接下來我們一起來做個實驗。 ● 發展活動 ▶活動二 認識內輪差 （一）內輪差實驗活動 1.準備教具：道路圖（海報紙），大小不一的玩具車（實驗不同車長的車輛的內輪差之差異），水彩或壓克力顏料（藍、紅）各一個。 2.玩具車前輪塗上藍色，後輪塗上紅色。 3.手持玩具車在道路圖上行駛（手抓車頭），緩緩轉彎後，看前後輪的印泥軌跡。 4.測量前輪（藍色）和後輪（紅色）軌跡之間，最大的寬度是多少。 （二）學生觀看影片，了解內輪差知識（車身愈長，前後車輪軸距的長度也就愈長，內輪差大）及可能帶來的危險。 ● 統整活動 ▶活動三 回顧與統整 （一）學生回想內輪差知識重點及避免危險的方法，並與同學分享。 （二）教師提問：「主角小蘋果等待過馬路時，停在哪裡才安全呢？」 （三）學生自由發表。 （四）教師統整歸納與補充： 1.在有人行道的路口等待穿越道路時，站在人行道上等待。 2.有些路口人行道有無障礙設計，路緣間設有緩坡，行人會下意識走至車道與人行道交界處，可能落入內輪差的範圍，遭車輛捲入。 3.在沒有人行道的路口等待穿越道路時，站在遠離車 道且能看見來車的地方等待。 ★參考影片-危險人行道大車右轉恐輾行人	實作評量 【能應用玩具車操作以理解車輛特性（內輪差）的知識及可能帶來的危險】	

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂或參考領綱。				自選/編教材須經課發會審查通過
三	蔬果變黑金 (2 節)	【自】po-Ⅱ-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。			活動一 蔬果變黑金 1 1. 提問與討論 ①小朋友是否有跟家人一起準備晚餐的經驗？ ②有那些蔬菜水果要去皮或切除一些部位？ ③切除下來的皮或部位家裡都怎麼處理呢？ 2. 小組進行分享。 小總結：家庭中的剩菜葉或果皮通常會倒廚餘桶，可是我們如果加一點巧思運用，它應該會有更好的運用哦！ 3. 老師介紹堆肥原理方式及堆肥的好處。 ①堆肥的方式如落葉堆肥、廚餘堆肥、生菜葉果皮堆肥等。 ②堆肥的好處如減輕環境負擔、製作有機肥料、增加大地有機質等。 ③請小朋友小組討論可以為大地做的有那些?或家人已經在進行的堆肥方式。 5. 小組分享問題	參與討論 【能參與討論並口頭報告自製堆肥的方法與步驟。】	自編
四		【自】po -Ⅱ-2 能依據觀察、蒐集資料、閱讀、思考、討論 等，提出問題。 【自】ai-Ⅱ-3 透過動手實作，享受以成品來表現自構想的樂趣。 【自】tr-Ⅱ-1 能知道觀察、記錄所得自然現象的結果是有其原因的，並依據習得的知識，說明自己的想法。 【自】ai-Ⅱ-2 透過探討自然與物質世界的規律性，感受發現的樂趣。 【社】3d-Ⅱ-2 評估與選擇可能的做法，嘗試解決問題。 【環】E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。	【自】INd-Ⅱ-1 當受外在因素作用時，物質或自然現象可能會改變。改變有些較快、有些較慢；有些可以回復，有些則不能。 【自】INe-Ⅱ-2 溫度會影響物質在水中溶解的程度(定性)及物質燃燒、生鏽、發酵等現象 【社】Ab-Ⅱ-2 自然環境會影響經濟的發展，經濟的發展也會改變自然環境。 【環】E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。	1. 觀察生活中的廚餘，並能說出至少自製堆肥好處。 2. 能參與討論並口頭報告自製堆肥的方法與步驟。	活動二 蔬果變黑金 2 1. 認識堆肥的種類—化學肥料、有機肥料、自製肥料。 2. 介紹堆肥的步驟及堆肥的注意事項(一層一層堆疊、切細、密閉等) 3. 討論我們在學校可以利用那些方式來堆肥?引導學生發現運用學校剩菜葉果皮堆肥的可行性與好處。 4. 小朋友依組按照堆肥步驟進行第一層堆肥。 5. 未來一週每天到學校廚房提剩菜葉果皮進行處理及堆肥。		
五	大家來種菜 (3 節)	【自】ah-Ⅱ-1 透過各種感官了解生活週遭事物的屬性。 【自】tc-Ⅱ-1 能簡單分辨或分類所觀察到的自然科學現象。 【自】tr-Ⅱ-1 能知道觀察、記錄	【自】INb-Ⅱ-6 常見植物的外部形態主要由根、莖、葉、花、果實及種子所組成。 【自】INb-Ⅱ-7 動植物體的外部形態和內部構造，與其生長、	1. 能透過各種感官分辨果實內有種子，不同的果實其種子大小、顏色和形狀都不同。 2. 能知道觀察、記錄觀察記錄種	活動一 大家來種菜 1 1. 觀察蔬菜的種子：複習果實類的蔬菜，並說明果實內有種子，不同的果實其種子大小、顏色和形狀都不同。 2. 請學生觀察種子：大小、顏色、形狀。 3. 請學生在表格內紀錄內容—	實作評量 【能觀察、記錄種子的大小、顏色、形狀並將所得的結果紀錄下來】	自編

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂或參考領綱。				自選/編教材須經課發會審查通過
六		所得自然現象的結果是有其原因的，並依據習得的知識，說明自己的想法。 【自】ai-Ⅱ-1 保持對自然現象的好奇心，透過不斷的探尋和提問，常會有新發現。 【自】ai-Ⅱ-3 透過動手實作，享受以成品來表現自構想的樂趣。 【自】tr-Ⅱ-1 能知道觀察、記錄所得自然現象的結果是有其原因的，並依據習得的知識，說明自己的想法。 【藝】1-Ⅱ-2 能探索視覺元素，並表達自我感受與想像。	行為、繁衍後代和適應環境有關。 【自】INa-Ⅱ-7 生物需要能量（養分）、陽光、空氣、水和土壤，維持生命、生長與活動。 【自】INb-Ⅱ-4 生物體的構造與功能是互相配合的。 【視】A-Ⅱ-1 視覺元素、生活之美、視覺聯想。	子：大小、顏色、形狀。所得的結果紀錄內容 ①能畫出種子的形狀並塗色 ②能用尺量測種子的大小(長度公分) ③能寫出種子的形狀(水滴狀、橢圓形)	①畫出種子的形狀並塗色 ②用尺量測種子的大小(長度公分) ③寫出種子的形狀(水滴狀、橢圓形) 4. 各組發下 1 盒種子盒(約 36 種)，每生 1 個放大鏡觀察和紀錄，每生每次只拿 1 種觀察。（放大鏡） 三、統整活動 老師總結今日觀察的蔬菜種子，發現不同的種子大小、顏色和形狀都不同。 活動二 大家來種菜 2 1. 引起動機：提問與討論植物的生長需要哪些條件？--陽光、空氣、水、土壤、生長空間 2. 分組討論，種菜需要哪些器具？ 種子、土壤、澆水器、鏟子、告示牌 3. 老師介紹播種的方式--撒播、點播和條播 4. 各組書寫種菜資料及聽令種植順序 鬆土或挖土→放種子→覆土→澆水 5. 老師介紹施肥的方式-用量、時機、植物需求與吸收原理等 活動三 大家來種菜 3 1. 各組排好隊伍到育樂開心農場種菜 ①老師分組依序讓每生到菜園中種菜並適時指導。（鬆土或挖土、挖洞、放種子、覆土、澆水） 2. 請各組討論並安排輪值澆水和拔雜草的人員。		
七							
八	好菜上桌（2 節）	【自】tr-Ⅱ-1 能知道觀察、記錄所得自然現象的結果是有其原因的，並依據習得的知識，說明自己的想法。 【自】tc-Ⅱ-1 能簡單分辨或分類	【自】INf-Ⅱ-2 不同的環境影響人類食物的種類、來源與飲食習慣。 【自】INg-Ⅱ-1 自然環境中有許多資源。人類生存與生活需依賴自然環境中的各	1. 能知道觀察、記錄種植的過程所得自然現象的結果是有原因的。 2. 能體會到種菜的辛勞，分辨所觀察到的自然科學現象。	好菜上桌 引起動機 1. 帶領孩子們一起將自己摘種的蔬菜採收，並清洗。 2. 請小朋友分享在這個種植的過程中有什麼特別的經驗?例如忘了澆水、遇到下大雨、種的菜死了…等。	口語評量 【討論與分享種菜心得與收穫。】  實作評量	自編

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂或參考領綱。				自選/編教材須經課發會審查通過
九		<p>所觀察到的自然科學現象。</p> <p>【自】po- II -1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。</p> <p>【自】po - II -2 能依據觀察、蒐集資料、閱讀、思考、討論等，提出問題。</p> <p>【社】2b- II -2 感受與欣賞不同文化的特色。</p> <p>【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。</p>	<p>種資源，但自然資源都是有限的，需要珍惜使用。</p> <p>【社】2b-III-2 理解不同文化的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。</p> <p>【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。</p>	<p>3. 能樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>4. 能在指導下完成改良式越南春捲。</p>	<p>3. 引導孩子體會到種菜的辛勞與生活樂趣。</p> <p>主要活動</p> <p>1. 老師介紹越南、印尼、台灣春捲美食特色，尤其在餅皮及醬料上的差異。</p> <p>2. 本次要製作的是改良式越南春捲(因為考量到製作程序上較簡易安全)。</p> <p>3. 介紹各種配料以及備料的流程及注意事項(生蝦、雞胸肉、蘋果、蔬菜的處理)。</p> <p>4. 讓小朋友分工進行備料：生蝦串竹籤燙熟剝皮，雞胸肉川燙後剝絲、蘋果切片)</p> <p>5. 備料全部完成後，介紹包越南春捲的方式，再由小朋友們開始製作。</p> <p>6. 每位小朋友都製作兩捲，並放入大盤擺捲，大家互相欣賞。</p> <p>7. 一起開動後品嚐美食、分享美味。</p>	<p>1. 能恰當使用工具製作一個春捲</p> <p>2. 主動收拾善後維持整潔</p>	
十	我的蔬菜小書 (2 節)	<p>【自】tr- II -1 能知道觀察、記錄所得自然現象的結果是有其原因的，並依據習得的知識，說明自己的想法。</p> <p>【藝】2-II-2 能發現生活中的視覺元素，並表達自己的情感。</p>	<p>【自】INb- II -6 常見植物的外部形態主要由根、莖、葉、花、果實及種子所組成。</p> <p>【視】 E-II-1 色彩感知、造形與空間的探索。</p>	<p>1. 能知道觀察、記錄菜園裡植物的生長狀，依據習得的知識，紀錄名、播種和觀察日期、說明自己的心得想法。</p>	<p><b>我的蔬菜小書</b></p> <p>一、引起動機</p> <p>老師詢問學生菜園裡植物的生長狀況為何？</p> <p>二、主要活動</p> <p>1. 請學生討論觀察紀錄蔬菜成長的表格內容應包括哪些項目？(蔬菜名、播種和觀察日期、問題、解決方法)</p> <p>2. 討論小書的內容可以包括哪些</p> <p>三、統整活動</p> <p>3. 學生將種植的心得、想像與觀察畫在小書上。</p>	<p>口語評量</p> <p>【分享種菜心得】</p> <p>實作評量</p> <p>【完成小書的製作】</p>	
十一				<p>2. 能簡單分辨、問題、解決方法)或分類所觀察到的自然科學現象。</p> <p>3. 能透過各種感官了解生活週遭事物的屬性。</p> <p>4. 能專注聆聽同學報告，提出疑問或意見。並能對小書紀錄、過程結果，進行檢討。</p>			



教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂或參考領綱。				自選/編教材須經課發會審查通過
十二	食物小達人（2 節）	【國】5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。	【國】Ca-II-1 各類文本中的飲食、服飾、交通工具、名勝古蹟及休閒娛樂等文化內涵。	1. 能具備聆聽不同媒材的基本能力。	一 食物小達人－認識食物種類、功用及特點 1. 播放影片，介紹食物的種類 2. 各類食物營養對人體的功用 3. 認識飲食供應鏈的特色食物里程和碳足跡對環境的衝擊	文本理解 【能正確選擇與食物營養相關議題之文本，以認識不同食物的營養價值，並理解各類營養對身體各個部分的重要性】	自編
十三		【自】pe-II-1 能了解一個因素改變可能造成的影響，進而預測活動的大致結果。在教師或教科書的指導或說明下，能了解探究的計畫。	【自】INg-II-2 地球資源永續可結合日常生活中的低碳與節水方法做起。	2. 能針對議題閱讀文本，食物營養對人體的功用。  3 能了解食供應鏈一個因素改變可能造成的影響，進而預測活動的大致結果。在教師或教科書的指導或說明下，能了解碳足跡對環境的衝擊。			
十四	均衡飲食珍惜食物資源（2 節）	【自】pa-II-2 能從得到的資訊或數據，形成解釋、得到解答、解決問題。並能將自己的探究結果和他人的結果（例如：來自老師）相比較，檢查是否相近。	【自】INg-II-1 自然環境中有許多資源。人類生存與生活需依賴自然環境中的各種資源，但自然資源都是有限的，需要珍惜使用。	1. 能從得到的資訊或數據學會攝取六大類食物，形成解釋、得到解答、解決以達到均衡飲食的目標。	1. 教師講解適量的攝取六大類食物以達到均衡飲食的目標 2. 學生分組討論想出珍惜食物的構想並於表格紙寫下 3. 學員上台發表分享内容 4. 教師總結活動	實作評量 【能與同學討論完成六大類食物表格】  口語評量 【能上台與大家分享同組的發現與心得】	
十五		【綜】3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。	【綜】Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 【綜】Cd-II-2 環境友善的行動與分享。	2. 能仔細聆聽他人意見能讓對方充分表達意見。  3. 能上台發表運用適當詞語、正確語法表達想法。			
十六	健康飲食奇蹟（2 節）	【自】r-II-1 能知道觀察、記錄所得自然現象的結果是有其原因的，並依據習得的知識，說明自己的想法。 【自】po-II-1 能從日常經驗、學習活動、自然環	【自】INe-II-2 溫度會影響物質在水中溶解的度(定性)及物質燃燒、生鏽、發酵等現象。 【社】2a-III-2 表達對在地與全球議題的關懷。	1. 能利用水果天然食材製作體內環保食用酵素、記錄所得的結果，並依據習得的知識，說明自己的想法。  2. 能從日常經驗學習酵素的功	三 健康飲食奇蹟-利用水果天然食材製作體內環保食用酵素 1. 教師講解:酵素的功用 2. 學生分組 3. 製作材料比例：蜂蜜：水果：礦泉水＝1:3:10 4. 將水果各自切成小塊備用	實作評量 【能與同學合作完成環保酵素並討論製作環保酵素的心得】  口語評量	自編

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂或參考領綱。				自選/編教材須經課發會審查通過
十七		境，進行觀察，進而能察覺問題。 【自】po - II -2 能依據觀察、蒐集資料、閱讀、思考、討論等，提出問題。 【社】2a-II-2 表達對居住地方社會事物與環境的關懷。 【環】E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。	【環】E5 人類的生活型態對其他生物與生態系的影響。	用，進行觀察，進而能察覺問題，打開盒蓋透氣，避免累積太多氣體爆開，6 個月後即可過濾取出食用。  3. 能依據觀察、蒐集資料、討論酵素製作過程，提出問題。	5. 酵素桶裝入礦泉水、將切好的水果裝入酵素桶倒入天然蜂蜜 6. 均勻攪拌 7. 蓋上盒蓋，前 1 個月須每天打開盒蓋透氣，避免累積太多氣體爆開，6 個月後即可過濾取出食用 8. 學生討論如何管理酵素製作過程。	【能清楚說明環保酵素對人體的優點】	
十八	健康小廚師-DIY 自製健康蔬果手捲（2 節）	【自】ai-II-3 透過動手實作，享受以成品來表現自構想的樂趣。 【自】ah-II-1 透過各種感官了解生活週遭事物的屬性。 【綜】2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。	【自】INb- II -1 物質或物體各有不同的功能或用途 【綜】Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。 【綜】Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。	1. 透過動手實作 DIY 自製健康蔬果手捲，享受以成品來表現自構想的樂趣。  2. 透過各種感官了解生活週遭事物的自製手捲的營養素。	健康小廚師-DIY 自製健康蔬果手捲 1. 準備糙米飯 2. 燒海苔片從中間剪成大小一樣的兩片，平放乾淨的桌上，取一些糙米飯平均鋪在海苔片的左邊，擠上沙拉醬，陸續將切成長條狀的食材放在糙米飯飯上。 3. 從左下角的海苔片開始向右捲起，一邊捲一邊注意捏住下緣成甜筒狀 4. 簡單的手捲就成型了。 5. 成品品嚐	實作評量 【能與同學合作完成一個以上的健康手捲並討論製作心得】  口語評量 【能清楚說明自製手捲的營養要素】	自編
十九							
二十	健康餐盤（2 節）	【自】ai-II-1 保持對自然現象的好奇心，透過不斷的探尋和提問，常會有新發現。 【自】ai-II-3 透過動手實作，享受以成品來表現自己構想的樂趣。 【藝】1-II-6 能使用視覺元素與想像力，豐富創作主題。	【自】INf- II -3 自然的規律與變化對人類生活應用與美感的啟發。 【視】E-II-3 點線面創作體驗、平面與立體創作、聯想創作。	1. 保持對自然現象的好奇心，選擇六大類食物圖案之餐巾紙，拼貼出均衡飲食圖案的餐盤。  2. 展現自己能力 蝶谷巴特拼貼出餐盤並表達自己的想法和感受。  3. 透過動手實作，塗上蝶古巴特黏膠後將整理好之餐巾紙貼上，享受以成品來表現自己構想的樂趣。	五 健康餐盤--利用蝶谷巴特拼貼出均衡飲食圖案的餐盤 1. 選擇六大類食物圖案之餐巾紙 2. 比對餐具，將餐巾紙裁剪成平均可以鋪滿餐盤之大小 3. 輕輕塗上蝶古巴特黏膠後將整理好之餐巾紙貼上 4. 塗上亮光劑完全覆蓋紙巾，放置風乾即完成作品 5. 成品欣賞	實作評量 【能規劃並完成自己的六大類蔬果餐盤圖案】	自編
二十一							