

110 學年度彰化縣富山國小學校教師公開授課教學方案

領域/科目	生活領域		設計者	洪詩玲
實施年級	一年級		總節數	三節課
單元名稱	均衡飲食金國王的環遊旅程 資料來源：董事基金會			
學習重點	學習表現	1-I-4 <u>珍視</u> 自己並 <u>學習照顧</u> 自己的方法，且能適切、安全的行動。	核心素養 總綱：A1 身心素質與自我精進	領綱：生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對 <u>生活事物的探索與探究</u> ，體會與感受學習的樂趣，並能 <u>主動發現問題及解決問題</u> ，持續學習。
	學習內容	A-I-3 <u>自我省思</u> 。		
學習目標				
<p>1. 觀看影片<u>認識</u>六大類食物，<u>運用問答</u>來<u>探究</u>自己平常對於六大類食物的認識。(第一節課)</p> <p>2. 透過活動了解六大類食物，<u>並實際檢視</u>營養午餐，分析營養午餐的食材進行六大類食物<u>分類</u>。(公開課-第二節)</p> <p>3. 使用學習單<u>畫出</u>食物金字塔的顏色，<u>並列出</u>自己一餐的飲食與<u>同學討論</u>。(第三節)</p>				
教學活動內容及實施方式				評量方式
<p>本節為第二節，授課重點：1. 複習上節所學。2. 進行前線支援活動，練習六大類食物分類。3. 聆聽「吃飯了」歌曲，熟悉六大類食物各自的優點。4. 實際檢視營養午餐找出營養午餐的優缺點。</p> <p>課前準備：均衡飲食金國王地圖、六類大類食物村村長、食物圖卡。</p> <p>一、準備活動：5分鐘</p> <p>1. 透過問答，複習六大類食物。</p> <p>二、發展活動：25分鐘</p> <p>1. (15') 支援前線活動：老師出題，如教師提出需求：我要三種五穀根莖類、五種蔬菜、二種水果…各組需立即提供正確的食物圖片。以此類推。</p> <p>2. (15') 教師帶學生至教室後方觀察今日營養午餐菜色，回到座位進行問答：</p> <p>(1) 說一說你看到那些食物？</p> <p>(2) 這些食物分別屬於哪一類？六大類食物都有嗎？</p> <p>(3) 若午餐少吃某一類的食物，怎麼辦？</p> <p>三、綜合活動：10分鐘</p> <p>(1) 播放「吃飯了」歌曲，讓學生聽一聽六大類的食物有那些優點。</p> <p>(2) 學生拿出準備好的餐具並分批洗手。</p> <p>(3) 教師課間巡視，提醒學生檢視自己有沒有營養均衡或是挑食。</p>				<p>能<u>說出</u>食物屬於哪個分類</p> <p>能找出缺少的六大類食物</p> <p>能<u>覺察</u>自己平時的<u>用餐習慣</u>。</p>