

彰化縣永靖鄉永靖國民小學 110 學年度入班觀課課程簡案

教學活動設計

| | | | | | | |
|-----------|---|---|---|------|-------|----------|
| 領域/科目 | 健康與體育 | | | 設計者 | 李季謙 | |
| 主題(單元)名稱 | 營養的食物 | | | | | |
| 實施年級 | 一年級 | 節次 | 第一節 | 教學時間 | 40 分鐘 | |
| 教材資源 | 康軒版健康與體育第一冊〔一上〕 | | | | | |
| 總綱核心素養 | A1 身心素質與自我精進 | 領綱核心素養 | 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 | | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 | | | | |
| | 學習內容 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物 | | | | |
| 學習目標 | 1. 認識食物的重要性。 2. 認識多樣化的食物。 | | | | | |
| 教學歷程/活動設計 | | | | | | |
| 學習目標代號 | 教 學 活 動 | | | 時間 | 教學資源 | 學習成效評量方式 |
| | 壹、準備活動 一、營養食物對對碰 1. 遊戲進行兩輪，由老師抽籤決定答題同學。 2. 勝利方可獲得加分。 | | | 10 | 電子書 | |
| | 貳、發展活動 一、食物好多種 1. 配合電子書，認識營養食物： 飯、蛋、青菜、牛奶、香蕉、肉、番茄蛋、魚 2. 詢問學生周末有吃了哪些種類食物？ 3. 飯—白米飯、紫米飯、糙米飯（配合圖片） 4. 青菜—請學生具體說出青菜名稱 | | | 25 | | 口頭發表 |

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| | <p>5. 牛奶—全脂奶、低脂奶、保久乳、奶粉</p> <p>6. 水果—請學生具體說出水果名稱</p> <p>7. 肉—雞肉、豬肉、牛肉、羊肉</p> <p>8. 魚—吳郭魚、鱈魚、鮭魚</p> <p>參、統整活動</p> <p>一、營養食物的重要</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 讓我們長高、長壯 2. 讓我們有精神，不容易累 3. 讓我們有力氣進行各種活動 4. 增加抵抗力，不容易生病 <p style="text-align: center;">【課程活動 結束】</p> | 5 | | |
|--|---|---|--|--|