

彰化縣二林國小素養導向教案撰寫示例

一、課程設計原則與教學理念說明

認識六大類食物，透過實際操作食物的分類，讓學生清楚明瞭食物的類別及功用，並能落實於生活中，吃出健康均衡的飲食。

二、主題說明

領域/科目	健康與體育		設計者	洪慧靜
實施年級	二年級		總節數	共2節，80分鐘
主題名稱	健康飲食			
設計依據				
學習重點	學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。		
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。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。		
議題融入	實質內涵	能 E8 於家庭、校園生活實踐節能減碳的行動。		
	所融入之單元	能源教育		
與其他領域/科目的連結				
教材來源		翰林二上健康與體育課本		
教學設備/資源		教用版電子教科書、學習單及廣告單		

三、單元一設計

教學單元活動設計				
單元名稱	健康飲食			
主要設計者	洪慧靜			
學習目標	1.能養成良好的飲食習慣。 2.認識六大類食物的類別。			

	<p>3.認識每天吃六大類食物的重要性。</p> <p>4.願意養成均衡攝取各類食物的習慣。</p> <p>5.願意做到珍惜食物、不浪費。</p>
學習表現	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。</p>
學習內容	<p>Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。</p> <p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p>
領綱核心素養	<p>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。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。</p>
第一節：教學活動內容及實施方式	
	備註
<p>一、準備活動</p> <p>教師複習六大類食物的類別及功用；展示圖卡請學生判斷該食物的類別。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)教師配合課本頁面，說明食物分成全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、乳品類、蔬菜類、水果類、油脂與堅果種子類等六大不同種類的食物。</p> <p>(二)教師在黑板展示六大類食物之海報，利用課前收集到的食物廣告單，進行小組食物分類競賽：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.全班分成四組，進行食物分類剪貼競賽。 2.利用學習單及生鮮食材廣告單，讓學生判斷食物的類別並貼在正確的區塊內。 3.最後看哪一組的黏貼數量較多及正確率較高，即為優勝。 <p>三、綜合活動</p> <p>教師透過小組完成的作品進行討論與歸納。</p>	<p>5分鐘</p> <p>30分鐘</p> <p>5分鐘</p>