

寶山國小110年素養導向教學設計

領域/科目	健康與體育		設計者	施妙玲
實施年級	一年級		總節數	4節(教授節數-第3節)
單元名稱	第四單元 活力加油站--選擇食物有原則			
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。 2a-I-1發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1接受健康的生活規範。 2b-I-2願意養成個人健康習慣。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活習慣，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。		
議題融入	實質內涵	人、食物與健康消費		
	所融入之學習重點	無		
教材來源		南一版健康與體育一上 第四單元 活動3		
教學設備/資源		課本、電子白板、教學簡報、食物圖片、紅綠燈食物學習單。		
學習目標				
1. 食物可以提供我們活力 2. 能選擇對身體健康有益的食物。				

親愛的小朋友，食物也有區分紅黃綠燈哦！請大家想想看下列哪些食物是屬於紅燈、黃燈、綠燈呢？紅色貼紙代表紅燈區食物，黃色貼紙代表黃燈區食物，綠色貼紙代表綠燈區食物，請將適合它的貼紙貼在食物圖卡上。



1. 牛奶



2. 豆腐



3. 青菜



4. 冰淇淋



5. 荷包蛋



6. 魚



7. 薯條



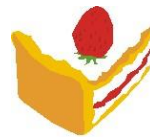
8. 漢堡



9. 白飯



10. 熱狗



11. 蛋糕



12. 香蕉



13. 白開水



14. 洋芋片



15. 棒棒糖



16. 烤雞