

## 彰化縣仁豐國小數學公開課・教學簡案

|   |  |  |                       |                         |
|---|--|--|-----------------------|-------------------------|
| 領域科目  | 健體領域   | 設計者  | 仁豐國小林義成               |                         |
| 單元名稱  | 健康飲食生活   | 課名   | 飲食安全與衛生               |                         |
| 教材來源  | 自編   | 教學時程   | 第二節(本單元共五節)           |                         |
| 教學班級  | 六年甲班   | 授課時間   | 112年5月16日/10:30~11:10 |                         |
| 學習階段  | 第三學習階段   |  |                       |                         |
| <b>設計依據</b>   |  |  |                       |                         |
| 領域<br>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。                                       |  |                       |                         |
| 核心素養<br>呼應說明  | <b>A1 身心素質與自我精進</b><br>具備身心健全發展的素質，擁有合宜的人性觀與自我觀，同時透過選擇、分析與運用新知，有效規劃生涯發展，探尋生命意義，並不斷自我精進，追求至善。 |  |                       |                         |
| <b>本<br/>課<br/>學<br/>習<br/>重<br/>點</b>  | <b>學習表現</b>  | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。<br>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 |                       |                         |
|   | <b>學習內容</b>  | Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。<br>Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。                                 |                       |                         |
| <b>學習目標</b>   | 1. 知道保存不當的食物可能引起腸胃炎或食物中毒。<br>2. 知道食物中毒的可能原因。<br>3. 能舉例說出正確處理及保存食物的方式。<br>4. 能檢視家中處理和保存食物的方式。 |  |                       |                         |
| <b>教學要點概述</b>   | 1. 能說出食物中毒的可能原因。<br>2. 能舉例說出正確處理和保存食物的方式。<br>3. 能檢視家中食物理和保存的方式。                              |  |                       |                         |
| <b>教學活動設計</b>   |  |  |                       |                         |
| <b>教學活動內容及實施方式</b>  |  |  | <b>時間</b>             | <b>評量方式/<br/>備註</b>     |
| -----第一節開始-----<br><br>壹、準備活動：<br><br>*討論食物中毒的案例(時間、地點、可能的原因)。<br>●影片欣賞探索<br>1、請學生發表自己吃壞肚子或食物中毒的經驗。是什麼原因造成的？為什麼夏天比冬天更容易食物中毒？<br>2、教師說明：食物如果直接暴露在空氣中，容易受到汙染而滋生細菌。當環境中的溫度越高、食物擺放的時間越長，細菌滋生的速度就越快，食用的安全性就越低。<br>3、教師統整：注意飲食安全與衛生，預防食物中毒。 |  |  | 12                    | ●態度檢核<br>●參與討論<br>●口頭發表 |
| 貳、發展活動：<br><br>*說明食物處理及保存方式<br>●影片欣賞探索<br>1、配合課本第 79 頁，教師引導學生討論不當的食物處理及保存方式可能會造成什麼後果？例如：將生食與熟食放在同一個砧板上處理、食物調理後長   |  |  | 11                    | ●態度檢核<br>●參與討論<br>●口頭發表 |

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p>時間放在室溫中、生食未經烹調的食物、烹調者手上有傷口。</p> <p>2、教師統整：食物的保存與處理方式不僅會影響食物的新鮮度、外觀及口味，如果吃到保存不當的食物還可能引起腸胃炎或食物中毒。</p> <p>*探討正確處理和保存食物的方法</p> <p>●影片欣賞探索</p> <p>1、教師說明食物保存方法：</p> <p>■冰品或冷凍食物必須放置在攝氏零下 18 度以下的冷凍設備。</p> <p>■需要冷藏的奶類食品或飲料，應放置在攝氏 7 度以下的冷藏設備中。</p> <p>■避免使用紙容器或塑膠袋盛裝熟食。</p> <p>2、教師說明食物處理與保存的方法，包括：徹底清潔、生熟食分開處理、分開儲存、儘快食用等。</p> <p>3、詢問學生的題目參考如下：</p> <p>■冷凍食品必須保存在攝氏幾度以下的冷凍設備中？(18 度以下)</p> <p>■食物煮熟後，放置在室溫下 24 小時內食用完即可，對嗎？(×)</p> <p>■烹調者的手部有化膿傷口，非常容易引起食物中毒，對嗎？(○)</p> <p>■將食物冷凍可以殺菌，不會有食物中毒的問題，對嗎？(×)</p> <p>■海鮮只要新鮮就可做成生食，煮不煮熟沒多大關係，對嗎？(×)</p> <p>■食物中毒只發生在悶熱的夏季，冬季則不會發生，對嗎？(×)</p> <p>參、綜合活動</p> <p>*檢視家中食物處理與保存方式</p> <p>1、教師介紹常見的保存食物容器，如：保鮮盒、保鮮袋、保鮮膜、真空罐等，並說明其使用方法。</p> <p>2、就家中食物處理和保存的方式，提出需要改進的事項及改善方法。</p> <p>3、教師統整：預防食物中毒的作法，並提醒學生對家中食物處理及保存方式進行改善。</p> <p>----第一節結束----</p> | <p>11</p> <p>6</p>   | <p>●態度檢核</p> <p>●參與討論</p> <p>●口頭發表</p> <p>●態度檢核</p> <p>●參與討論</p> <p>●口頭發表</p> |
| <p>參考資料</p>  | <p>一、翰林版健康與體育領域六下教師手冊</p> <p>二、網路資源：</p> <p><a href="https://youtu.be/0TEsynAV0hY">https://youtu.be/0TEsynAV0hY</a><br/>彰化 3 校食物中毒 70 童上吐下瀉</p> <p><a href="https://youtu.be/m_L9oXasNBc">https://youtu.be/m_L9oXasNBc</a><br/>海港餐廳突封館消毒 49 人食物中毒上吐下瀉</p> <p><a href="https://youtu.be/FliV0gzbrYE">https://youtu.be/FliV0gzbrYE</a><br/>乳酪蛋糕+「鹹蛋黃」 染沙門氏菌 16 人食物中毒</p> <p><a href="https://youtu.be/DLBsQNpJswA">https://youtu.be/DLBsQNpJswA</a><br/>嘉商 200 多人食物中毒 諾羅惹禍?!</p> <p><a href="https://youtu.be/O5Wne1gvUvw">https://youtu.be/O5Wne1gvUvw</a><br/>細菌致食物中毒 把握「高溫烹調、隔餐勿食」</p> <p><a href="https://youtu.be/-YgMAzhl3Xc">https://youtu.be/-YgMAzhl3Xc</a><br/>食物放冰箱就好？擺錯了細菌倍數增生！</p> <p><a href="https://youtu.be/XcOcn80MFAQ">https://youtu.be/XcOcn80MFAQ</a><br/>常備菜買多也不怕</p> <p><a href="https://youtu.be/Fy5sNPFRkac">https://youtu.be/Fy5sNPFRkac</a><br/>吃對全食物</p> <p><a href="https://youtu.be/OhqKEcklueM">https://youtu.be/OhqKEcklueM</a><br/>肉類蔬菜如何分裝保存</p> |   |