

彰化縣和美鎮和美國民小學 112 學年度教學活動設計單

授課 教師	溫俐璋	學 習 目 標	一、能理解消費資訊對個人健康消費選擇的影響。 二、能理解 3 章 1Q 等健康標章的內涵及運用於健康消費。 三、能善用各項資源，了解對健康有益的消費資訊，並做出健康的消費行為。	
授課 年級	五年級			
教學 領域	健康與體育 ——健康	學 生 先 備 經 驗 或 教 材 分 析	核心素養： 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。 一、活動主題：： 透過採買食材的生活情境，引導學生關注消費資訊，從而運用這些訊息做出健康的消費。 二、活動要點： (一)了解消費資訊的管道 (二)消費活動中的注意事項 (三)過度消費的影響 (四)媒體影響消費的因素 (五)了解 3 章 1Q 及其他健康消費標章。 (六)善用資源了解其他有益的消費訊。 三、綜合歸納： 透過平板電腦掃描 QRcode 及遊戲測驗，認識健康訊息及各種食品標章的意義。	
教學 單元	飲食放大鏡 1.消費資訊停看聽			
教材 來源	健康與體育課本 南一出版社			
教學 日期	民國112年10月11日 上午第三節			
教學活動			時間	評量方式
一、教學準備：電子書、播放設備、有各種食品標章的包裝盒或包裝袋、掃描 QRcode 的平板設備、課後學習單。 二、發展活動 (一)老師提問 1. 平常購買食材會透過哪些管道得到消費訊息？ 2. 消費前會做規劃或寫購買清單嗎？ 3. 到了賣場買食物時會注意哪些事項？ (二)歸納並說明消費活動從媒體獲得消費資訊的方法，以及如何運用這些資訊做健康的消費。			5 分 2 分	口頭評量

(三)說明過度消費的影響： 1. 造成資源浪費，丟棄造成地球生態的危害。 2. 增加支出，無法積蓄財富。 3. 沒有規劃胡亂購買，容易養成購物癮。	3 分	
(四)說明媒體會影響消費的因素： 1. 盲從心理:別人有我就要有的心態。 2. 對節日的渲染:父親節、母親節、情人節等 3. 對增進健康的需求:乳酸菌、維他命、鈣片、人參、雞精…等。 4. 靠名人代言宣傳或親友口碑相傳。 5. 效益最大化:贈品、買一送一、收集點數。 6. 滿足擁有的心理需求:想嘗鮮、名牌產品、流行時尚。	5 分	口頭評量
(五)介紹政府認證的 3 章 1Q 標章的內涵及運用時間點。	5 分	
(六)說明可善用資源，了解其他有益的消費資訊。 如:查看賣場 DM 是否有 3 章 1Q 標章、上網搜尋健康訊息、詢問賣場服務人員產品訊息、商品本身之標示…等等。	5 分	
三、綜合活動 1. 學生利用平板，掃描食品包裝袋之 QRcode 以了解訊息。 2. 教師設計 Kahoot 遊戲，加深認識各種食品標章的健康訊息。	15 分	觀察評量 實作評量
—————第一節結束—————		