

彰化縣大榮國民小學 113 學年度第一學期健康與體育領域—體育科

十二年國教素養導向教學設計

領域/科目	健康與體育領域－健康科		設計者	王兆民
實施年級	五年級		總節數	共 1 節， 40 分鐘
單元名稱	減糖好好玩			
設計依據				
學習重點	學習表現	1a- III -3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 4a-III-3 主動的表現促進健康的行動。	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。 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。
	學習內容	Da- III-1 衛生保健習慣的趕盡方法。 Fa- III -1 自我悅納與潛能探索的方法。		
教材來源		自編		
教學設備/資源		顯示器、PPT、空牛奶盒		

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
一、準備活動 1. 集思廣益：從長高的話題開始.....	10	
二、發展活動 1. 身長三階段介紹 2. 影響生長的因素 3. 糖對身體的影響 4. 學習生活中控制糖份的攝取量 (學會看產品外包裝) 5. 減糖小技巧	20	

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
三、綜合活動 分組進行比賽。 將小朋友分成兩兩一組，依答題先後順序給分來進行比賽，最後分數最高者獲勝。	10	

試教成果：
參考資料：
附錄：