

彰化縣國民中小學「素養導向教學與評量」設計案例表件

一、課程設計原則與教學理念說明

讓學生知道消費行為對環境的影響，理解健康消費的方法、資源與規範，可以認同健康消費的生活規範、態度與價值觀，自身願意培養健康消費的生活型態，運用生活技能「做決定」，做出健康消費的選擇，能運用多元的健康消費資訊、產品與服務，並落實綠色消費的信念和行動。

二、主題說明

領域科目	健體領域		設計者	林貞伶	
課程主題	第 1 課 健康消費選擇		總節數	共 4 節，160 分鐘	
教材來源	■教科書（ ☒ 康軒 ☐ 翰林 ☐ 南一 ☐ 其他） ☐ 改編教科書（ ☐ 康軒 ☐ 翰林 ☐ 南一 ☐ 其他） ☐ 自編（說明：）				
學習階段	☐ 第一學習階段（國小一、二年級） ☐ 第二學習階段（國小三、四年級） ☒ 第三學習階段（國小五、六年級） ☐ 第四學習階段（國中七、八、九年級）			實施 年級	六年級
學生學習 狀況分析	學生具備基本的邏輯思維和批判能力，能夠理解健康消費的基本概念，但在實際應用和行為改變上仍需要更多的引導與練習。他們在情感與社會發展上受到同儕和社會的影響較大，因此，課程設計應強調群體互動與實際情境，並針對不同背景的學生提供個別化的支持。				
設計依據					
學習 重點	學習表現	1a-Ⅲ-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-Ⅲ-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-Ⅲ-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-Ⅲ-2 願意培養健康促進的生活型態。 3b-Ⅲ-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。 4a-Ⅲ-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。 4b-Ⅲ-3 公開提倡促進健康的信念或行為。			
	學習內容	Ca-Ⅲ-3 環保行動的參與及綠色消費概念。 Eb-Ⅲ-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。			

學習目標	認知	知道消費行為對環境的影響。 理解健康消費的方法、資源與規範。				
	技能	運用生活技能「做決定」，做出健康消費的選擇。 運用多元的健康消費資訊、產品與服務。 落實綠色消費的信念和行動。				
	態度	認同健康消費的生活規範、態度與價值觀。 願意培養健康消費的生活型態。				
素養	總綱					
	領綱	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。				
議題融入	實質內涵	環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。				
	融入單元	1.描述消費行為對環境的影響。 6.運用多元的健康消費資訊、產品與服務。				
與他領域 / 科目連結		(非必要項目)				
教學策略		運用情境教學法、合作學習法、探索式學習法、角色扮演法、多元感官學習法、體驗學習法。				
教學設備 / 資源		1.教師準備健康消費相關影片。 2.教師準備第 208 頁「健康消費決定」學習單、第 209 頁「綠色消費行動」學習單、第 210 頁「綠色旅遊」學習單、第 211 頁「認識永續發展目標 (一)」學習單、第 212 頁「認識永續發展目標 (二)」學習單、第 213 頁「負責任的消費與生產」學習單、第 214 頁「綠色消費倡議」學習單。				
參考資料		1.影片：理財第 1 課——「想要」還是「必要」？ https://www.youtube.com/watch?v=67ctd6G5yA4&t 2. 影片：理財第 2 課——「想要」還是「必要」II？ https://www.youtube.com/watch?v=eIEFcqgbpC4				
教學架構	單元	節數	單元名稱	學習重點		學習目標
	1	4	健康消費選擇	學習表現	1a-Ⅲ-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-Ⅲ-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-Ⅲ-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-Ⅲ-2 願意培養健康促進的生活型態。 3b-Ⅲ-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	1.描述消費行為對環境的影響。 2.理解健康消費的方法、資源與規範。 3.認同健康消費的生活規範、態度與價值觀。 4.願意培養健康消費的生活型態。

					4a-Ⅲ-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。 4b-Ⅲ-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	5.運用生活技能「做決定」，做出健康消費的選擇。
				學習內容	Ca-Ⅲ-3 環保行動的參與及綠色消費概念。 Eb-Ⅲ-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	6.運用多元的健康消費資訊、產品與服務。 7.公開提倡綠色消費的信念和行動。

三、單元設計

教學單元活動設計			
單元名稱	第 1 課 健康消費選擇	時間	4 節
學習目標	1.描述消費行為對環境的影響。 2.理解健康消費的方法、資源與規範。 3.認同健康消費的生活規範、態度與價值觀。 4.願意培養健康消費的生活型態。 5.運用生活技能「做決定」，做出健康消費的選擇。 6.運用多元的健康消費資訊、產品與服務。 7.公開提倡綠色消費的信念和行動。		
學習表現	1a-Ⅲ-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-Ⅲ-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-Ⅲ-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-Ⅲ-2 願意培養健康促進的生活型態。 3b-Ⅲ-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。 4a-Ⅲ-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。 4b-Ⅲ-3 公開提倡促進健康的信念或行為。		
學習內容	Ca-Ⅲ-3 環保行動的參與及綠色消費概念。 Eb-Ⅲ-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。		
領綱素養	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。		
核心素養呼應說明			
議題融入說明			
教學活動內容及實施方式		教學資源	教學評量
《活動 1 》消費選擇 (一)教師帶領學生閱讀課本第 42 ~ 45 頁，並提問：如果你是薇			發表：說明消費的做法。 評量原則：能分享個人的消

<u>薇</u>，聽完同學購物的做法，你會怎麼想、怎麼做？為什麼？ 1.確認自己的儲蓄金額，有足夠的錢就買。 2.請家人買來當作自己的生日禮物。 3.隨時注意商家是否舉辦優惠活動，有優惠就買。 4.先跟家人借錢買，日後有錢再還給家人。 5.向家人提議，作為鼓勵成績進步的獎品。 6.偷拿家人的錢去買。 7.確認自己的需求，仔細思考是否需要後再行動。 (二)教師提問：除了上述的做法，你還有其他想法嗎？和同學分享你的做法，並討論彼此的做法是否適當。 (三)教師配合健康消費相關影片說明：消費前應先思考這項商品對自己來說是「想要」還是「需要」，能夠克制自己的欲望、節制消費，才是正確的消費態度。 (四)重點歸納：分享消費選擇方式。 《活動 2》想要與需要大不同 (一)教師帶領學生閱讀課本第 46～47 頁，並配合健康消費相關影片，引導學生理解「想要」和「需要」的差異。 1.想要：「想要」的物品通常與自己的欲望有關，如果沒有得到想要的物品，不會對生活造成太大的影響，例如：薇薇	健康消費相關影片	費做法，並和同學討論做法是否適當。 發表：說明「想要」和「需要」的差異。 評量原則：能說明「想要」和「需要」的差異，並舉例生活中因「需要」而買和因「想要」而買的物品。
---	-----------------	--

看到喜歡的運動鞋就想買，這屬於「想要」。 2.需要：「需要」的物品一般與實際生活狀況有關，如果少了需要的物品，通常會影響生活的正常狀態，例如：薇薇的運動鞋鞋底紋路已磨平，繼續穿著可能不安全，她選擇購買符合目前需求的運動鞋，這屬於「需要」。 (二)教師說明：買東西前想一想，符合下面這些條件，你才是真的需要它。 1.身邊找不到類似的替代品。 2.不購買此物品會影響生活。 3.購買此物品後，會經常使用。 4.不是因為打折或追求流行時尚才購買。 5.不是因臨時起意購買。 (三)教師提問： 1.想一想，你最近購買的物品中，哪些因「需要」而買？哪些因「想要」而買呢？ 2.如果毫無節制的購買「想要」的物品，可能造成什麼影響？ (四)重點歸納：理解消費情境中「想要」和「需要」的差異。 《活動3》健康消費決定	影片 影片	實作：完成「健康消費決定」學習單。 評量原則：能在生活中運用生活技能「做決定」，做出健康消費的選擇。 1.發表：說明綠色消費的做法。 評量原則：能舉例說明
---	---------------------	---

的綠色消費行為。 1.自備購物袋：減少使用塑膠袋等一次性用品。 2.選擇低度包裝的產品：購買蔬菜、水果或堅果時，優先選擇裸裝的食物。 3.消費減量：買真正需要的物品，避免衝動消費。 4.選用節能的環保產品，例如：節能標章、環保標章、省水標章等等。 (三)教師補充說明節能標章、環保標章、省水標章的意義。 (四)教師提問：你和家人做到了哪些居家綠色消費行為呢？教師請學生上臺分享綠色消費的做法。 (五)重點歸納：在生活中實踐綠色消費。	影片	做法。 評量原則： 能舉例說明綠色旅遊的做法，至少三項。 2.實作：完成「綠色旅遊」學習單。 評量原則： 能運用綠色旅遊概念，規畫家庭旅遊行程。
《活動 5 》綠色消費 (飲食篇) (一)教師帶領學生閱讀課本第 52 ~ 53 頁，並配合影片說明綠色飲食的做法。 1.選用當季食材：當季盛產的蔬菜、水果較不會殘留過多農藥。 2.選用當地食材：減少運輸時的碳排放。 3.選擇購買有機農產品。 4.吃多少點多少：珍惜食物，避免浪費。	影片	實作：完成「認識永續發展目標 (一)」學習單、「認識永續發展目標 (二)」學習單、「負責任的消費與生產」學習單。 評量原則 (1)能上網搜尋，了解永續發展

5.選擇環保餐廳用餐：環保餐廳是以友善環境為理念，提供環保、低碳的用餐環境。 (二)教師播放影片，帶領學生複習有機產品標章的概念、認識環保餐廳。 (三)教師請學生課後和家人進行以下行動： 1.運用綠色消費原則選購食材，和家人共同製作健康餐點。 2.邀請家人一起實踐綠色消費行動，完成「綠色消費行動」學習單。 (四)重點歸納：在生活中實踐綠色飲食。 《活動 6》綠色消費 (旅遊篇) (一)教師說明：綠色旅遊是指在旅遊的過程中，選擇對環境友善的方式，依環保、低碳的角度規畫旅遊行程，降低環境負荷、維護自然景觀生態。 (二)教師帶領學生閱讀課本第 54 ~ 55 頁，並配合影片說明綠色旅遊的做法。 1.自備裝水容器：減少使用寶特瓶、紙杯等一次性用品。 2.騎乘低碳交通工具：減少運輸時的碳排放。 3.選擇環保旅店：旅客自備盥洗用品或續住房間不更換床單和毛巾，環保旅店即提供優惠。		目標 17 項目標的內涵。 (2)能了解 SDG12 相關行動，透過繪本閱讀進行反思。 1.發表：分析服飾生命週期的各個階段對環境造成的影響。評量原則：能說明服飾的生命週期從原料、製造、配送與銷售、使用、廢棄處理等各個階段，對環境造成的影響。 2.實作：完成「綠色消費
--	--	--

4.自備盥洗用品：一般旅店提供的多為一次性旅宿用品，自備盥洗用品能減少資源耗費。 (三)教師帶領學生運用淨零綠生活網查詢綠色旅遊行程、環保旅店。 (四)教師請學生嘗試運用綠色旅遊概念，規畫兩天一夜的家庭旅遊行程，完成「綠色旅遊」學習單。 (五)重點歸納：在生活中實踐綠色旅遊。 《活動 7 》認識永續發展目標 12 (一)教師配合影片帶領學生認識 SDGs 的由來與意義，以及和 SDGs 的 17 項目標，並請學生完成「認識永續發展目標 (一)」學習單、「認識永續發展目標 (二)」學習單，說明：為了解決全球各項問題，聯合國在 2015 年提出 17 項永續發展目標 (SDGs)，並將在 2030 年檢視各國的推動成效與作為。綠色消費的概念符合其中一項永續發展目標—SDG12 負責任的消費與生產。 (二)教師透過《永續發展目標 (SDGs) 教育手冊-臺灣指南》和 SDG12 相關網站、繪本，帶領學生了解 SDG12 相關議題與行動，完成「負責任的消費與生產」學習單，請學生上臺分享。		倡議」學習單。 評量原則：能運用創意方式向家人、朋友宣傳綠色消費行動。
---	--	---

(三)重點歸納：認識永續發展目標 12。

《活動 8》消費方式對環境的影響

(一)教師帶領學生閱讀課本第 57 頁，並配合影片說明快時尚的消費方式及其對環境的影響。

(二)教師說明：「快時尚」服飾流行又便宜，消費者常因衝動而消費，而非因需要才購買。如此衝動性消費嚴重影響環境，因為從服飾的原料、製造、配送與銷售、使用、廢棄處理等階段，都需要耗費大量資源，並可能對環境造成汙染。

(三)教師提問：想一想，因快速汰換而產生的大量廢棄衣物，最後會如何處理？

(四)教師統整學生的回答，說明：廢棄衣物會送到舊衣回收廠，若衣物無法被再利用，則會送進焚化爐或掩埋場處理；其他衣物則大部分會外銷到開發中國家。近年人們購衣習慣不佳，且多數衣物無法被再利用，廢棄衣物量屢創新高。

(五)重點歸納：了解消費方式對環境造成的影響。

《活動 9》服飾生命週期各階段的影響

(一)教師播放《最後一棵樹》系列動畫，引導學生覺察氣球變遷、環境汙染等問題。

(二)教師帶領學生閱讀課本第 58 頁，引導學生分析服飾生命週期的各個階段對環境造成的影響。 (三)教師提問：你有買了沒穿過或很少穿的衣服嗎？請思考當初選購的原因，並反思未來個人應表現的消費行為，和同學討論與分享。 (四)重點歸納：分析服飾生命週期的各個階段對環境造成的影響。 《活動 1 0》綠色消費倡議行動 (一)教師提問：服飾的生命週期從原料、製造、配送與銷售、使用、廢棄處理等各個階段，都需要耗費大量資源，並可能汙染環境，請你從「減少浪費」和「循環利用」的角度思考，怎麼做可以減少服飾對環境的危害？例如： 1.需要才買：購買前思考自己是否需要。 2.整理衣櫃：購衣前檢視衣櫃現有衣物。 3.修補衣物：延長衣物的使用壽命。 4.改造舊衣：讓衣物獲得新生命。 (二)教師請學生和同學討論，思考可以如何以具有創意的方式向家人、朋友宣傳綠色消費行動，完成「綠色消費倡議」學習單，並上臺分享。		
--	--	--

(三)教師說明：處理舊衣物時除了丟棄，還可以運用環境部「全國不用品藏寶地圖」，透過回收、捐送、改造、交換等方式，為舊衣物找到新價值。 (四)重點歸納：提倡綠色消費的信念和行動。		
--	--	--