

本土雙語教育模式之建構與推廣：以臺灣國中小為現場之實踐 雙語課程教案設計

The Design of Bilingual Lesson Plan

※以下表格採中文或英文填寫皆可，然鼓勵以英文填寫。The blanks can be filled in Chinese or English, but English is encouraged.

※雙語教案撰寫時，請使用中字標楷體、英字 Times New Roman、字體 12、單行距，並以 Word 及 PDF 檔案進行繳交。

學校名稱 School	大西國小	課程名稱 Course	綜合活動
單元名稱 Unit	動滋懂吃好健康	學科領域 Domain/ Subject	綜合活動 ※彈性學習課程請填寫。Only applicable to alternative curricula.
教材來源 Teaching Material	自編教材	教案設計者 Designer	柯燕伶
實施年級 Grade	Grade 6	本單元共 <u>2</u> 節 The Total Number of Sessions in this Unit	
教學設計理念 Rationale for Instructional Design	高年級的孩子進入青春階段，正是由兒童轉變成大人的時期，此時也是生長發育較快速的階段，此時若能夠在日常生活中攝取充分的營養，搭配充分的體能運動，相信在其成長上有事半功倍之效果。希望藉由課程讓孩子認識可增加攝取的營養素，並配合活動設計進行體能訓練，以獲得生理及心理的良好改變。		
學科核心素養 對應內容 Corresponding to the Domain/Subject Core Competences	總綱 General Guidelines	A. 自主行動 A2 系統思考與解決問題	
	領綱 Domain/Subject Guidelines	綜-E-A2 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。	
	校本素養指標 School-based Competences	※若無則免填。Please skip if there is no school-based curricula.	
學科學習重點 Learning Focus	學習表現 Learning Performance	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。 1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。 ※請填寫最重要的二至三項。Please specify the most important two or three items.	
	學習內容 Learning Contents	Aa-II-1 自己能做的事。 Ab-III-1 學習計畫的規劃與執行。 Ab-III-2 自我管理策略。 ※請填寫最重要的二至三項。Please specify the most important two or three items.	
學生準備度 Students'	學科準備度 Readiness of Domain/Subject 1. 學生理解六大類食物的攝取對自己有益。		

Readiness	2. 學生初步了解運動對青春期的助益。 3. 學生具有資訊檢索及資料整理的相關能力。 4. 學生具有小組討論、發表意見的能力。				
	英語準備度 Readiness of English 1. 學生能理解教師常使用的課室英語，如 Good morning. / Raise your hand. / Look at the pictures. / Find your partner. / Go back to your seat. / Work in groups of three. 2. 學生理解 5W1H 所提問的簡單句及答句。 ※英語準備度指學生上課前已學習過的英語單字及句型，可參考計畫網頁的國中小 English readiness，或請教該年級的英語教師。Readiness of English means the vocabulary or sentences that students already learned. Check the Bilingual Taiwan website or ask the English teachers who teach students of this grade.				
單元學習目標 Learning Objectives	1. 能認識人生各階段的不同營養需求。。 2. 能藉由均衡的飲食來促進個人健康。 3. 能夠設計有益身體健康的菜單。 4. 能熟悉本單元所教授之英語單字與句型並加以應用。				
中／英文 使用時機 Timing for Using Chinese/ English ※請填寫清楚何時、何處使用中/英文。 Please describe in detail when and where you use Chinese/English.	教師 Teacher		學生 Students		
	使用時機 When： 1. T greeting Ss 2. T explaining rules of activities 3. T giving feedback 4. T managing the classroom Where： 1. slides 2. worksheets		使用時機 When： 1. Ss answering T questions 2. Ss working on worksheets 3. Ss having the presentation Where： 1. slides 2. worksheets		
教學方法 Teaching Methods	講述教學法、合作學習教學法、討論教學法				
教學策略 Teaching Strategies	互動式提問				
教學資源及輔助器材 Teaching Resources and Aids	1. PPT。 2. 小白板。 3. 學習單。 4. 平板。 5. 網路資源。				
評量方法 Assessment Methods	Students can work on the worksheets by themselves. Students can complete the group task such as show and tell.				
評量規準 Rubrics	A 優良	B 良好	C 基礎	D 不足	
	能運用所學與小組成員	能完成自己在小組內分	能說出六大類食物、青	能分享自己在活動中學	

	們分工合作 完成任務並 展示成果。	配到的任務 內容。	春期應養成 的飲食習 慣、補充的 營養素及適 當的運動方 式。	習到的知識 感想。	
議題融入 Issues Integrated	※無則免填，若有，請填寫至多兩項。Please write down no more than two issues if there is any.				
教學流程 Teaching Procedures					
※以下欄位若活動內容是需要使用英文進行，請以英文撰寫，並須依據前面的中/英文使用時機撰寫。 Please use English to specify your teaching activities that are executed in English in the classroom based on the timing for using Chinese/English section.					
第一節	第一節：吃對增健康 準備階段 Preparation stage				時間 Time
	1. Greetings T: Good morning, everyone. S: Good morning, teacher. 2. 提問：早餐吃什麼？若根據PPT的圖片來選擇，哪些食物是適合做為早餐？為什麼？ T:Look at the pictures. What do you eat this morning ? Raise your hand and try to answer in English.				5mins
	發展階段 Development stage				
	1. 藉由觀察同學經過暑假後的變化，說明高年級進入快速生長的青春期的。利用3-5分鐘時間，在學習單上寫下健康課程曾學習過的六大類食物。讓學生透過PPT思考每天可以由哪些食物攝取？並依其早餐的食物選擇來分享自己所攝取的營養素是否充足。 六大類食物： (1) 全穀雜糧類 grains (2) 蔬菜類 vegetables (3) 豆魚蛋肉類 beans/ fish / eggs/ meat (4) 乳品類 milk and dairy (5) 水果類 fruits (6) 油脂與堅果種子類 oil , nuts and seeds 六大營養素： (1) 醣類carbohydrate (2) 蛋白質 protein (3) 脂肪 fats (4) 維生素 vitamins (5) 礦物質mineral (6) 水 water				10mins

	2. 學生分組討論不良飲食行為可能會造成的問題，各組在小白板上寫下一種問題並上台分享說明。 Work in groups of three .I will give 5 minutes to discuss and write the answer on the whiteboard. 學生在學習單記錄印象最深刻的問題。 例如： (1)增加慢性病的危險性：肥胖及其引起之糖尿病或心血管疾病 (2)維生素、礦物質的攝取不足，如：鐵質、鈣質、維生素B12 (3)含糖飲料攝取過多、喝水量不足；以飲料代替白開水的生活習慣，糖類攝取過多導致肥胖或蛀牙、鈣質不足引發骨質疏鬆的危險性。 (4)飲食障礙：飲食不規律、外食、不當節食、暴飲暴食。	10mins
	3. 各組使用平板查詢青春期的健康飲食概念或關鍵營養素，討論後寫出1~2項於白板上並上臺分享。 I will give 5 minutes to discuss and write the answer on the whiteboard. 學生在學習單寫出一項自己認為最需補充的營養素或一個重視的健康概念。 例如： (1) 蛋白質：蛋白質為生長發育所需營養素，也與增長肌肉、生理期血紅素、免疫球蛋白等生成息息相關。 (2) 鈣質：青春期是影響骨骼健康的重要階段，身體骨質量的45%是在此階段形成，可幫助青春期長高，儲存骨本，並減少老年骨質疏鬆的發生。 (3) 鐵質：青春期女性是貧血的高危險群，主要是會有月經的流失，使得身體對鐵質需求量增加。動物性鐵質的吸收較植物性佳。 (4) 攝取足夠的蔬果：蔬果中含有豐富的膳食纖維、維生素及礦物質，並且含有具備天然抗氧化、抗發炎能力的植化素，建議多元攝取以增加植化素，可補充水分、幫助新陳代謝、促進腸胃蠕動。 (5) 維持健康體態：每周維持運動習慣，透過有氧運動訓練心肺能力；無氧運動增加肌耐力。	10mins
	總結階段 Summary stage 1. 回顧今日所學六大類食物、健康的飲食概念。 Review the main points students have learned in today' s lesson. 2. 檢查學生學習單。Check students' worksheet. 3. 預習下次上課內容。Preview what are going to learn in the next lesson.	5mins

※期待雙語教師能逐年使用更多英文撰寫本教案。We are looking forward that you can use more and more English to write this lesson plan year by year.

吃對增健康

座號：____ 姓名：_____

1. 上學前先在家吃早餐，以下食物你怎麼選？(在圓圈中打✓)為什麼？

What do you eat this morning?

☐  香蕉	☐  牛奶	☐  布丁	☐  洋芋片
☐  烤土司	☐  炸雞	☐  珍珠奶茶	☐  飯糰
☐  提神飲料	☐  銅鑼燒	☐	☐

選擇原因：_____

2. 寫出六大類食物

1.	2.	3.
4.	5.	6.

3. 寫出六大營養素

1.	2.	3.
4.	5.	6.



3. 寫下一項印象深刻的不良飲食行為所造成的問題且簡述原因。

4. 寫出一項你較重視的健康飲食概念或想增加攝取的關鍵營養素且簡述原因。

環島品美食

座號：____姓名：_____

1. 寫下自己負責查詢的縣市、美食、購買地點，並在空白行政圖上著色。

(注意事項：食品必須容易保存、方便購買與寄送，盡量避免生鮮產品)

縣市：_____

美食名稱：_____

店家名稱：_____

地點：_____

此地點與學校的距離：_____公尺，換算操場_____圈。



2. 小組資訊：[(2)(4)點請寫在下一張的分組名單中]

(1)組員：_____ (寫下號碼即可)

(2)幫自己的小組取一個隊名

(3)幫自己設立一個小目標：

(4)組員共同為小組設立一個小目標(如：9月20日完成累積里程到第三個縣市)

[illegible]