高雄市小港區太平國小《食在好健康》校訂課程教案

一、教學設計理念說明

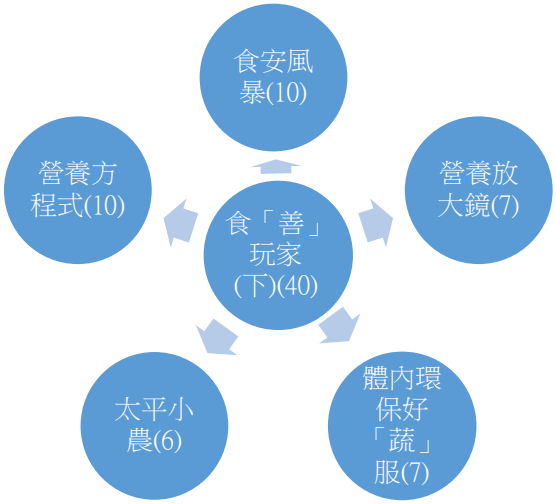
本課程旨在通過多樣化的教學活動，讓學生了解台灣重大的食安事件，同時提升學童對生活常見之食品有辨別營養價值之能力。透過認知這些日常食品的添加物及熱量，提升自身健康管理的能力及運動的重要性。通過系統的學習和實踐，讓學生更了解台灣多元的飲食文化的同時，也培養健康的飲食及運動的習慣。

二、教學活動設計

領域名稱 (統整領域)	自然、社會	設計者	六年級教學團隊
實施年級	六年級(下)	總節數	共 40 節
單元名稱	食「善」玩家(下)		

設計依據	
核心素養	
總綱核心素養	領綱核心素養
A2 系統思考與解決問題 B2 科技資訊與媒體素養	**自-E-A2** 能運用好奇心及想像能力，從觀察、閱讀、思考所得的資訊或數據中，提出適合科學探究的問題或解釋資料，並能依據已知的科學知識、科學概念及探索科學的方法去想像可能發生的事情，以及理解科學事實會有不同的論點、證據或解釋方式。 **社-E-A2** 敏覺居住地方的社會、自然與人文環境變遷，關注生活問題及其影響，並思考解決方法。 **社-E-B2** 認識與運用科技、資訊及媒體，並探究其與人類社會價值、信仰及態度的關聯。
核心素養呼應說明	
透過歷年事件來探討現存之食安問題及飲食文化，並從中學習食品添加物的影響，進而學習健康飲食，呼應總綱 A2、B2 及領綱自-E-A2、社-E-A2、社-E-B2 之核心素養。	

概念架構(跨領域用)	導引問題



1. 印象深刻的食安問題?
2. 什麼是原型食物?
3. 什麼是天天五蔬果?
4. 什麼是魚菜共生?

學習重點	學習表現	【社會領域】 2a-Ⅲ-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 【自然科學領域】 pc-Ⅲ-2 能利用簡單形式的口語、文字、影像（例如：攝影、錄影）、繪圖或實物、科學名詞、數學公式、模型等，表達探究之過程、發現或成果	學習內容	【自然科學領域】 tr-Ⅲ-1 能將自己及他人所觀 察、記錄的自然現象與習得的知識互相連結，察覺彼此間的關係，並提出自己的想法及知道與他人的差異。
議題融入	所融入之學習重點	融入《品德教育》(品 E3)的品德發展層面，透過溝通合作維繫和諧的人際關係。 融入《科技教育》(科 E4)的科技態度面向，體會動手實作的樂趣。		
教材來源		自編		
教學資源		電腦、電子白板、網路影片及資料、學習單、魚菜共生系統之材料、海報紙、便利貼、麥克筆、新鮮蔬果、有標示成分之食品		

學習目標

1. 認識台灣重大的食安問題事件。
2. 認識原型食物及常見的加工食品。
3. 認識魚菜共生的原理。
4. 認識各式蔬果並製作健康沙拉。

教學活動設計			
教學活動內容及實施方式	時間	教學資源	評量
活動一、食安風暴 【準備活動】 1.學生自由發表自己有印象的食安新聞 【發展活動】 1.帶領學生查閱歷年來台灣的重大食安事件	10節	(活動一)網路資料、網路影片、維基百科、便條貼、	口頭報告、分組討論、實作

2.深入了解 2014 年 9 月餿水油事件以及 2023 年 3 月蘇丹紅事件 3.學習尋找資料、整理資料以及重點歸納整理 【綜合活動】 1. 分組完成介紹蘇丹紅食安事件的海報。 ----------第 1～10 節結束---------- 活動二、營養放大鏡 【準備活動】 1.請學生列舉這兩天吃的食物 2.嘗試分類以上列舉的食物是原型食物還是加工食物 【發展活動】 1.認識原型食物及其營養成分 2.認識常見的食品添加物 3.觀看常見食品「熱狗」及「雞塊」的加工過程 【綜合活動】 1.發表認識加工食品後的心得 2.檢討自我的飲食習慣 ----------第 1～7 節結束---------- 活動三、體內環保好「蔬」服 【準備活動】 1.舉例常見的蔬菜水果並說明其營養價值 【發展活動】 1.認識衛生福利部國民健康署推廣的「天天五蔬果」 2.認識各式蔬果的營養價值 3.去全聯福利中心挑選食材並了解蔬果的時價 4.各小組製作一份創意蔬果沙拉 【綜合活動】 1. 記錄下餐點的製作過程、所有用到的食材及添加物並說明其營養價值 ----------第 1～7 節結束---------- 活動四、太平小農 【準備活動】 1.學生自由發表曾經種植過的植物及種植心得 【發展活動】 1.認識魚菜共生原理 2.動手製作魚菜共生系統 【綜合活動】 1. 繪製魚菜共生示意圖及成品，寫下本次實作的心得感想 ----------第 1～6 節結束---------- 活動四、營養方程式 【準備活動】	7 節 7 節 6 節	麥克筆、海報紙(活動二)網路資料、網路影片、學習單 (活動三)電子白板、簡報、新鮮蔬果、盛裝容器、各式沙拉醬、學習單 (活動四)圖畫紙、彩色筆、原子筆、魚菜共生系統之材料	口頭報告、分組討論、實作評量 口頭報告、分組討論、實作評量 口頭報告、分組討論、實作評量

1.複習 Scratch 軟體的角色、舞台、音效的使用方式 【發展活動】 1. 設計食物營養動畫腳本 2. 設計介紹食物營養所需的背景和角色。 3. 製作角色所需的動作和音效。 4. 運用程式語言設計動畫流程。 5. 上傳遊戲至作業繳交區。 【綜合活動】 1.組間互相欣賞評分，並提供其他組別修正意見。 ----------第 1～10 節結束----------	10 節	Scratch 電腦	實作評量、作品評量

附錄(一)教學重點、學習紀錄與評量方式對照表

單元名稱	學習目標	表現任務	評量方式	學習紀錄/評量工具
食安風暴	1. 認識台灣重大食安事件。	1.能舉例一項台灣重大食安事件以及後續影響。	1.口頭討論 2.實作評量	1.老師口頭問答 2.小組使用小白板發表及互評 3.學生製作食安事件海報
營養放大鏡	1. 認識原型食物及常見加工食品。 2. 了解人體需要以及食物裡的營養。 3. 了解添加物對人體的壞處。	1. 能分辨食物是原型食物還是加工食品。 2. 能說明原型食物裡人類所需要的營養成分。 3. 能說明食品添加物對人體的危害。	1.口頭討論 2.實做評量	1.網路資料、照片、影片 2.學習單
體內環保好「蔬」服	1. 認識天天五蔬果的原理 2. 了解各類蔬果的營養價值	1. 能說明天天五蔬果的重要性 2. 能說明蔬果中含有人體需要的營養	1.口頭討論 2.實作評量	1.簡報 2.學習單
太平小農	1.認識魚菜共生的原理	1.實際參與魚菜共生系統的製作	1.實作評量	1.簡報 2.實作評量
營養方程式	1.學習邏輯運算思維的方式。 2.了解如何操作積木式程式語言。	1.學會積木式程式語言軟體的操作。 2.透過積木式程式語言設計各類食物營養的動畫。	1.實作評量 2.作品評量	電腦、scratch 軟體

國民小學及國民中學學生成績評量準則

第 五 條

國民中小學學生成績評量，應依第三條規定，並視學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，採取下列適當之多元評量方式：

一、紙筆測驗及表單：依重要知識與概念性目標，及學習興趣、動機與態度等情意目標，採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表或其他方式。

二、實作評量：依問題解決、技能、參與實踐及言行表現目標，採書面報告、口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、作品製作、展演、鑑賞、行為觀察或其他方式。

三、檔案評量：依學習目標，指導學生本於目的導向系統性彙整之表單、測驗、表現評量與其他資料及相關紀錄，製成檔案，展現其學習歷程及成果。

特殊教育學生之成績評量方式，由學校依特殊教育法及其相關規定，衡酌學生學習需求及優勢管道，彈性調整之。

附錄(二) 評量標準與評分指引

學習目標		1.認識台灣重大食安事件。			
學習表現		1.能舉例一項台灣重大食安事件以及後續影響。			
評量標準					
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足
食安風暴		能清楚說明一件台灣重大食安事件以及後續影響，並合作完成小組海報。	能簡要說明一件台灣重大食安事件以及後續影響，並合作完成小組海報。	能說出一件台灣重大食安事件的關鍵字，闡述其嚴重性，並合作完成小組海報。	未達C級
評分指引		能清楚說明食安事件的起因及後續發展、影響，並積極參與海報製作。	能簡要說明食安事件為何，該事件後續的發展、影響，並積極參與海報製作。	認識食安事件的關鍵字，能闡述其嚴重性，並積極參與海報製作。	未達C級
評量工具		1.老師口頭問答 2.小組海報發表 3.小組互評			
分數轉換		90-100	80-89	70-79	69以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。

附錄(二) 評量標準與評分指引

<table>
<tr><td colspan="2">學習目標</td><td colspan="5">1.認識原型食物及常見加工食品。
2.了解人體需要以及食物裡的營養。
3.了解添加物對人體的壞處。</td></tr>
<tr><td colspan="2">學習表現</td><td colspan="5">1.能分辨食物是原型食物還是加工食品。
2.能說明原型食物裡人類所需要的營養成分。
3.能說明食品添加物對人體的危害。</td></tr>
<tr><td colspan="7">評量標準</td></tr>
<tr><td>主題</td><td rowspan="2">表現描述</td><td>A
優秀</td><td>B
良好</td><td>C
基礎</td><td colspan="2">D
不足</td></tr>
<tr><td>營養放大鏡</td><td>1. 能清楚分辨原型食物及常見加工食品。
2. 能說明原型食物內含人體所需之營養。
3. 能說明食品添加物對人體的危害。</td><td>1.能大致分辨原型食物及常見加工食品。
2.能理解原型食物裡的營養成分多半多於加工食品。
3.能理解食品添加物對人體的危害。</td><td>1.能理解自己愛吃的食品是原型食物或是加工食品
2.能理解原型食物裡的營養成分多半多於加工食品。
3.能理解食品添加物對人體的危害。</td><td colspan="2">未達C級</td></tr>
<tr><td colspan="2">評分指引</td><td>1.能分辨八成以上教師列舉出的原型食物及常見加工食品。
2.能說明教師列舉出的原型食物內含人體所需之營養。
3.能說明教師列舉出的食品添加物對人體的危害。</td><td>1.能分辨五成左右教師列舉出的原型食物及常見加工食品。
2.能說明原型食物內含人體所需之營養多於加工食品。
3.能說明幾項食品添加物對人體的危害。</td><td>1.能分辨自己愛吃的食品是原型食物或是常見加工食品。
2.能說明原型食物內含人體所需之營養多於加工食品。
3.能理解食品添加物對人體的危害。</td><td colspan="2">未達C級</td></tr>
<tr><td colspan="2">評量工具</td><td colspan="5">1.老師口頭問答
2.學習單</td></tr>
<tr><td colspan="2">分數轉換</td><td>90-100</td><td>80-89</td><td>70-79</td><td colspan="2">69以下</td></tr>
</table>

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。

附錄(二) 評量標準與評分指引

學習目標		1.認識天天五蔬果的原理 2.了解各類蔬果的營養價值			
學習表現		1.能說明天天五蔬果的定義及重要性 2.能說明蔬果中含有人體需要的營養			
評量標準					
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足
體內環保好「蔬」服		1. 能清楚說明「天天五蔬果」的定義及原理 2. 能詳細說明各類蔬果所含人體所需之營養	1. 能簡單說明「天天五蔬果」的定義 2. 能簡單說明各類蔬果所含人體所需之營養	1.了解什麼是「天天五蔬果」 2.能理解蔬果對人體的好處	未達C級
評分指引		1. 能清楚說明「天天五蔬果」的定義及原理 2. 能說明教師列舉的蔬果所含人體所需之營養	1.能簡單說明「天天五蔬果」的定義及原理 2.能說明教師列舉的其中幾項蔬果所含人體所需之營養	1.了解什麼是「天天五蔬果」 2.能簡易說明教師列舉的蔬果中對人體的好處	未達C級
評量工具		1.老師口頭問答 2.學習單			
分數轉換		90-100	80-89	70-79	69以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。

附錄(二) 評量標準與評分指引

學習目標		1.認識魚菜共生的原理			
學習表現		1.實際參與魚菜公升系統的製作			
評量標準					
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足
太平小農		1. 能清楚說明魚菜共生的原理 2. 積極參與魚菜共生系統的製作	1.能簡單說明魚菜共生的原理 2.積極參與魚菜共生系統的製作	1.了解什麼是魚菜共生 2.積極參與魚菜共生系統的製作	未達C級
評分指引		1.能清楚說明魚菜共生的原理並完成學習單 2.積極參與魚菜共生系統的製作	2.能簡單說明魚菜共生的原理並完成學習單 2.積極參與魚菜共生系統的製作	1. 了解什麼是魚菜共生並完成學習單 2. 積極參與魚菜共生系統的製作	未達C級
評量工具		1.老師口頭問答 2.學習單及心得 3.參與魚菜共生系統製作時的態度			
分數轉換		90-100	80-89	70-79	69以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。

附錄(二) 評量標準與評分指引

<table>
<tr><td colspan="2">學習目標</td><td colspan="4">1.學習邏輯運算思維的方式。
2.了解如何操作積木式程式語言。</td></tr>
<tr><td colspan="2">學習表現</td><td colspan="4">1.學會積木式程式語言軟體的操作。
2.透過積木式程式語言設計各類食物營養的動畫。</td></tr>
<tr><td colspan="6">評量標準</td></tr>
<tr><td>主題</td><td rowspan="2">表現描述</td><td>A
優秀</td><td>B
良好</td><td>C
基礎</td><td>D
不足</td></tr>
<tr><td>營養方程式</td><td>自己會使用積木式程式語言設計一個好玩的介紹食物營養的動畫。</td><td>透過協助會使用積木式程式語言設計一個好玩的介紹食物營養的動畫。</td><td>會使用積木式程式語言模仿範本設計一個介紹食物營養的動畫。</td><td>未達
C級</td></tr>
<tr><td colspan="2">評分指引</td><td>自己會使用積木式程式語言設計一個好玩的介紹食物營養的動畫。</td><td>透過協助會使用積木式程式語言設計一個好玩的介紹食物營養的動畫。</td><td>會使用積木式程式語言模仿範本設計一個介紹食物營養的動畫。</td><td>未達
C級</td></tr>
<tr><td colspan="2">評量工具</td><td colspan="4">動畫作品
互評表</td></tr>
<tr><td colspan="2">分數轉換</td><td>90-100</td><td>80-89</td><td>70-79</td><td>69以下</td></tr>
</table>

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。