

高雄市新興區七賢國民小學一年級第一學期校訂課程

【食尚生活】教學計畫

主題：食尚寰宇~食與節慶

一、教學設計理念說明

(一) 位於市區商業中心，生活一切之所需，自社區生活取得極為便利，其中「民以食為天」，飲食問題，迄今依然重要。在現代生活裡，食品製造工業與物流業提供了快速且大量的食品。而如何喚起學生對於日常生活的飲食有感，感知飲食與文化之間的關係、重視飲食健康、懂得自律管理，甚至走訪踏查，研究調查進而發現個人生活方式與世界的關係。

(二) 依據教育部「高級中等以下學校健康飲食教育指導內容及規畫範例」之六大面向及內涵，與本校課

程盤點後，一年級課程主題規劃為「食與節慶」。在此單元中，希望教學者藉由節慶與飲食的特色，

讓學習者了解到飲食文化與各地歷史風俗的關聯，進而也認知到食物的功能與功效，除了營養，還

能透過飲食增進人際互動關係。

二、教學活動設計

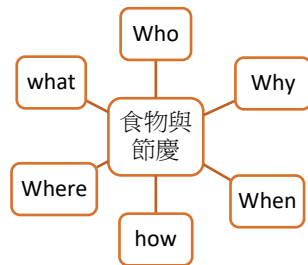
領域/科目	食尚生活彈性課程 (食尚寰宇~食與節慶)		設計者	一年級教學團隊
實施年級	一年級		總節數	22 節(按實際實施週次調整)
單元名稱	單元一：各國節慶真有趣 Festivals Around the World 單元二：米食文化大不同 Rice Culture Around the World			
設計依據				
核心素養				
總綱核心素養			領綱核心素養	
E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。			生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。 生活-E-B3 感受與體會生活中人、事、物的真、善與美，欣賞生活中美的多元形式與表現，在創作中覺察美的元素，逐漸發展美的敏覺。 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐。	
學習重點	學習表現	(生活 2-I-1) 以感官和知覺探索生活中的人、事、物，覺察事物及環境的特性。 (生活 6-I-3)	學習內容	生活 C-I-2 媒材特性與符號表徵的使用。 生活 C-I-5 知識與方法的運用、組合與創新

		覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。	生活 E-I-1 生活習慣的養成。 生活 E-I-2 生活規範的實踐。 生活 F-I-2 不同解決問題方法或策略的提出與嘗試。
學習目標		一、能認識鄰近國家節慶習俗、應景食物及用餐習慣禮儀方式的特色。 二、能表達出我最喜歡的節慶。 三、能了解稻米與我國傳統習俗的關係。 四、能認識各國的米食料理	
表現任務		一、能以畫圖、口語表達方式，在課堂中分享過節慶時愉快的家庭活動。 二、能認識生活中常見的米食料理，學習一種以上的簡易米食料理。	
議題融入	議題名稱	「 家庭教育/家人關係與互動 」	
	實質內涵	藉由節慶的來臨，觀察家人彼此間的互動情況，感受彼此間情感交流與節慶對家庭氣氛的影響，期待學生能從中體察到不同的變化，「 敏覺 」人際關係的情感交流。即使家中沒有特別的互動。	
教材來源		自編教材	
教學資源		世界地圖圖片、中西式餐具(利用塑膠替代製品亦可)、圖畫紙、學習單 教學 ppt、米食材、	

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
<p>----單元一開始---</p> <p>~第一、二節開始~</p> <p>一、引起動機：揭示地圖，請學生觀察 (一) 台灣在哪裡？ (二) 高雄在哪裡？你的家鄉在哪裡？</p> <p>二、發展活動 (一) 分享家鄉的印象—同學自由發表。 可以班上非本地同學為主，請他介紹家鄉的印象。 (二) 專心聆聽並給予適當的回饋與鼓勵 (三) 教師適時補充、提問。</p> <p>三、綜合活動 小組任務： (一) 觀察世界地圖，找出剛才同學說過的家鄉位置在哪裡。 (若班上沒有外地生，可由教師自行指派地點，先以熟悉的或鄰近的國家為原則) (二) 在學習單上描出該國家的形狀。</p> <p>四、作品分享</p>	<p>10</p> <p>30</p> <p>30</p> <p>10</p>	<p>世界地圖 圖片、 學習單</p>	<p>▲專注聆聽適時回應</p> <p>▲能清楚表達自己的想法，並能悅納尊重他人意見</p> <p>▲完成學習單</p> <p>▲能清楚表達自己的想法，檢視學習</p>

<p>說明觀察結果，包括該國家的形狀、位置、大小，並由這些訊息中判斷，說出自己對該國家的推論與發現</p>			<p>成果。</p>
<p>~第一、二節結束~</p>			
<p>~第三、四節開始~</p>			
<p>一、引起動機： Festivals Around the World 各國節慶大不同：中國人過農曆春節、西方人有感恩節跟耶誕節，各民族有不同的節慶文化，一起到世界各地過過不一樣的新年！</p>	15	網路資源	<p>▲專注聆聽適時回應</p>
<p>(一)【小主播看天下】20170208 - 第404集 觀賞瑞士新年祭典、伊朗諾魯茲節、保加利亞白袍會 https://www.youtube.com/watch?v=Pqk2nMU5JRM</p> <p>(二)世界上和食物有關的節日：番茄醬瓶節、起士節 https://www.youtube.com/watch?v=EPTNJr3Y5NI</p>	25		<p>▲能清楚表達自己的想法，並能悅納尊重他人意見。</p>
<p>二、發展活動 (一)認識各國的節慶活動：從網頁上點選有趣的節日，例如西班牙的番茄節、英國倫敦巧克力節 https://www.liontravel.com/event/festival/default.aspx。</p> <p>可以班上非本地同學為主，請他介紹家鄉的印象。</p>	40	世界地圖	<p>▲觀察世界地圖，圈出所述的節日位置在哪裡</p>
<p>(二)專心聆聽並給予適當的回饋與鼓勵 (三)教師適時補充、提問。</p>			
<p>三、綜合活動 小組任務： (一)觀察世界地圖，找出剛才說過的節日位置在哪裡 (二)將節日名稱分類：教師提供數個節日，請學生做分類，並說明分類原則，加深對該節日的印象。 (三)灑字遊戲~桌面卡牌大風吹：教師根據手上節日卡出題，與題目有相關的節日卡拋出，最先全數脫手者獲勝。</p>		網路資源	
<p>~第三、四節結束~</p>			
<p>~第五、六節開始~</p>			
<p>一、引起動機：台灣節慶食饗~特殊節日美食 Our Festivals and Food https://www.youtube.com/watch?v=8kp-H-Df4Zo</p> <p>*節慶食物配對： 結婚—喜餅、彌月—油飯紅蛋、除夕—年夜飯、清明—潤餅、端午—粽子、中秋—月餅……</p>	10	圖片	<p>▲專注聆聽適時回應</p>
<p>你還知道哪些節慶食物呢？</p> <p>二、發展活動： (一)食物與節慶的關聯：台灣糕餅之美 https://www.youtube.com/watch?v=fbfJkiHwhlk</p>	35	網路資源	<p>▲能清楚表達自己的想法，並能悅納尊重他人意見</p>
<p>(二)用六合法來思考探究原因。</p>	35		<p>▲能清楚表達自己的想法，檢視學習</p>

Who---孔明(7/23 孔明生日—糕餅節)、每個人、神明
 Why--1. 祭祀 2. 祈福 3. 祝賀 4. 生理需求 5. 時代演變
 When---生日、結婚、過年過節 Where---台灣各地
 What---米製(粿、糕)、麵粉
 How---煎、蒸炊、炸、鹹的、甜的



~第五、六節結束~

~第七、八節開始~

一、引起動機：

"正確合宜的餐桌禮儀，不僅可以給西方朋友們留下美好的第一印象，無形中也替自己在異國發展奠下良好的人際關係。這麼重要的生活小關鍵，你把握了多少？用餐時，有沒有什麼你一直以為理所當然的習慣，其實卻是失禮的？

(一)12 個意想不到的世界各地用餐禮儀

<https://www.youtube.com/watch?v=Ggrbl6zmv7E>

配合世界地圖，找出剛才說過的國家位置在哪裡

二、發展活動：不同國家的用餐時的禮儀方式 20'

(一)中餐餐具與禮儀 5'

<https://www.youtube.com/watch?v=mygv1FfEGaE>

(二)西餐禮儀 5'

<https://www.youtube.com/watch?v=49MTEQynFSs&list=PLjPkrXt04d9EKhC6nqLqw5ChouqceTvrL&index=2>

三、綜合活動：用餐禮儀示範

(一)僑愛國小_用餐禮儀示範(營養午餐)10'

<https://www.youtube.com/watch?v=iPREswjDs5Q>

(二)北成國小西餐禮儀示範教學影片(20')

<https://www.youtube.com/watch?v=13a8cK2j104>

(三)小小劇場~實作體驗：我是小客人 10'

由小朋友上台扮演用餐人，實際示範禮儀。

~第七、八節結束~

15

網路資源

▲專注聆聽
適時回應

20

中西式餐具(利用塑膠替代製品亦可)

▲觀察世界地圖，圈出所述的位置在哪裡

5

▲能表現出合宜的行為與態度
覺察生活中的規範與禮儀，並願意遵守

10

20

10

成果。

<p style="text-align: center;">~第九、十節開始~</p> <p>一、引起動機： 5個美麗的讓人 WOW 世界節慶 Festivals Around the World https://www.youtube.com/watch?v=EB-uLBKLaVM</p> <p>二、發展活動：畫出我最喜歡的節慶 經過這學期介紹的各式各樣的節慶，畫出其中印象深刻的節慶。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>(一) 分享繪畫作品—說明會話內容與理由。 (二) 專心聆聽並給予適當的回饋與鼓勵 (三) 整理桌面。</p> <p style="text-align: center;">~第九、十節結束~ ----單元一 結束---- ----單元二 開始---- ~第十一節開始~</p>	5 60 15	圖畫紙	<p>▲完成美術作品</p> <p>▲能清楚介紹作品特色與設計理念。</p>
<p>一、引起動機</p> <p>(1) 午餐食譜中的主食 主食大多是米飯，米與我們生活息息相關。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 各式各樣的米：(15 分鐘)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察各種米(外形、顏色、大小、香味……) 2. 口述分享各種米的不同 3. 認識各種米的名稱(對對碰) 4. 營養價值 VS 口感—超級比一比 <p>(二) 不同的米做不同的食物(認識米的特性)：(10 分鐘)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 午餐的白飯：蓬萊米 2. 油飯：糯米 3. 粿條：在菜米 	10 15	教學 ppt、米食材	<p>▲能從資料中，找出正確有用的訊息。</p> <p>▲能依照教師提問與指令要求，依序正確操作與回答問題。</p>
<p>三、綜合活動(10 分鐘) 每個人每種米裝一小袋米，貼在學習單上，帶回家跟家人介紹。</p> <p style="text-align: center;">~第十一節 結束~</p> <p style="text-align: center;">~第十二節開始~</p>	10	學習單	<p>▲完成學習單</p>
<p>一、引起動機(5 分鐘) Rice Culture Around the World</p>	5		

<p>米食不只是國人的主要食糧，更深深影響我們，人出生、結婚、過壽，還有一年到頭各種節慶，米食都佔有重要角色。米食跟人民生活息息相關。</p> <p>二、發展活動(25 分鐘)</p> <p>(一) 傳統節慶米食</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 各節慶吃什麼 2. 節慶食物大多是米製品 <p>(二) 人生大事與米食</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 結婚吃湯圓 2. 孩子滿月吃油飯 <p>三、綜合活動(10 分鐘)</p> <p>請學生分享最喜歡的節慶米食。</p> <p style="text-align: center;">~第十二節結束~</p> <p style="text-align: center;">~第十三節開始~</p>	25	米食物	▲能從資料中，找出正確有用的訊息。
<p>一、引起動機(5 分鐘)</p> <p>Rice Cuisines Around the World</p> <p>(一) 日常生活中接觸的米食料理</p> <p>壽司、飯糰……</p> <p>(二) 各種米食料理的享用經驗分享</p>	5		
<p>二、發展活動(25 分鐘)</p> <p>(一) 不同國家米食文化的異同</p> <p>日本：壽司</p> <p>韓國：拌飯</p> <p>西班牙：海鮮飯</p> <p>(二) 各國年糕大不同</p> <p>韓國人辣炒年糕</p> <p>台灣年糕</p> <p>日本年糕</p> <p>三、綜合活動(10 分鐘)</p> <p>(一) 從多樣的米料理中知道米食文化的多元性，並從中發現其中有許多米料理是從國外傳入台灣，由不同的米食文化進行交流。</p> <p>(二) 請學生回家收集有關米製成品。下次帶來進行米食饗宴。</p> <p style="text-align: center;">~第十三節結束~</p> <p style="text-align: center;">~第十四節開始~</p>	25	米食物	▲能從資料中，找出正確有用的訊息。
<p>一、引起動機(5 分鐘)</p> <p>Food Made of Rice</p> <p>(一) 展示各種米製品的食物，討論這些食物的名稱，並說一說什麼時候吃過它，味道如何認識用米做的食物。</p>	5		

<p>二、發展活動(25 分鐘)</p> <p>(一) 米食大觀園： 學生輪流當主廚介紹帶來的米食。</p> <p>(二) 米食分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 將各種米製品切成塊狀，一起分享 2. 小朋友最喜歡吃哪一種米製品呢？ 3. 這些食物吃起來的感覺如何？ 	25	米食 物	
<p>三、綜合活動(10 分鐘)</p> <p>了解米和米製品之間的連結與變化。 任何米製品的完成, 是由許多人共同努力研發製作, 才有豐富的米食文化饗宴!</p> <p style="text-align: center;">~第十四節結束~</p> <p style="text-align: center;">~第十五~二十二節開始~</p>	10		
<p>一、引起動機</p> <p>Field Trips to Meinong 高雄美濃有綠油油的稻田，藉由戶外教學實地體驗舂條的製作，及親自搗麻糬後，品嚐美味的舂條料理和吃麻糬。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 行車安全宣導</p> <p>(二) 窗外景觀稻田解說</p> <p>(三) 搗麻糬吃麻糬</p> <p>(四) 體驗舂條的製作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 石磨磨米漿 2. 吃舂條 	40	美濃 景點 探 勘、 規劃 行程	▲能依照 教師提問 與指令要 求，依序 正確操作 與回答問 題。 ▲完成學 習單
<p>三、綜合活動</p> <p>分享戶外教學的收穫與心得。</p> <p style="text-align: center;">~第十五~二十二節結束~</p> <p style="text-align: center;">----單元二結束----</p>	40		

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。

評量標準與評分指引

表現任務		一、能以畫圖、口語表達方式，在課堂中分享過節慶時愉快的家庭活動。 二、能認識生活中常見的米食料理，學習一種以上的簡易米食料理。				
評量標準						
主題	表現描述	A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
		總能因應不同情境與場合調整行為，展現合宜的禮儀、行為與態度。	經常能因應不同情境與場合，展現合宜的行為與態度。	有時能因應不同情境與場合，展現合宜的行為與態度。	在他人的協助下，能因應不同情境與場合，展現合宜的行為與態度。	未達 D級
	評分指引	透過實際操作、參觀體驗過程，認識三種以上生活中常見的米食料理以及食用方式。	透過實際操作、參觀體驗過程，認識二種以上生活中常見的米食料理以及食用方式。	透過實際操作、參觀體驗過程，認識一種以上生活中常見的米食料理以及食用方式。	透過實際操作、參觀體驗過程，認識一種生活中常見的米食料理以及食用方式。	未達 D級
	評量工具	米食學習單、課堂表現				
	分數轉換	95-100	90-94	85-89	80-84	79以下

