

## 台灣剩食之旅教案(簡案)

單元名稱	台灣剩食之旅	教材來源	天下雜誌
適用年級	二年級	設計者	南湖國小 張雅如
總教學時間	40 分鐘	相關領域	健康與體育、生活、閱讀
設計簡介	◎本教學單元設計包含（ 2 ）個活動： 1. 影片欣賞 2. 填寫學習單 ◎本單元教學活動設計理念如下： 1. 從影片中找出造成食物浪費的原因。 2. 從影片中了解飲食習慣會影響健康。		
教 學 活 動			
標題	台灣剩食之旅		
能力指標	生活-E-A3 藉由各種媒介，探索人、事、物的特性與關係，同時學習各種探究人、事、物的方法、理解道理，並能進行創作、分享及實踐。 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。 國-E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨、發展學習及解決問題策略、初探邏輯思維，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。		

活動名稱	活動內容、流程	時間	教學準備 (教學資源)	能力指標代號	評量方式	說明
	一、準備活動 由課程及學校午餐中引導出社會中的剩食問題。	10 分鐘	康軒健康與體育課本	生活-E-A3	聆聽與發表	從生活中引發課程討論。
	二、發展活動 影片欣賞 【台灣剩食之旅： 我們可以不再浪費】舌尖上的浪費 (1) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5giQbJfHR6U">https://www.youtube.com/watch?v=5giQbJfHR6U</a> 【台灣剩食之旅： 我們可以不再浪費】舌尖上的浪費 (2) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=C44R6QPv8oI">https://www.youtube.com/watch?v=C44R6QPv8oI</a>	20 分鐘	Youtube 影片	健體-E-B2	在影片中尋找重點、關鍵詞	理解報導有關惜食與健康內容的意義與影響。
	三、綜合活動 填寫學習單，思考課程中的問題，並提出想法。	10 分鐘	學習單	國-E-A2	適切回答學習單的問題	透過體驗與實踐，處理問題

## 五色蔬果好營養(簡案)

單元名稱	五色蔬果好營養	教材來源	網路資料
適用年級	二年級	設計者	南湖國小 張雅如
總教學時間	40 分鐘	相關領域	健康與體育、生活
設計簡介	◎本教學單元設計包含（ 2 ）個活動： 1. PPT 簡報介紹蔬果及營養 2. 親手觸摸體驗真實蔬菜 ◎本單元教學活動設計理念如下： 1. 認識常見蔬果及營養。 2. 提倡每日 3 份蔬菜 2 份水果。 3. 養成良好的飲食習慣。		
教 學 活 動			
標題	五色蔬果好營養		
能力指標	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 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。 生活 2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處，並養成動手做的習慣。		

活動名稱	活動內容、流程	時間	教學準備 (教學資源)	能力指標代號	評量方式	說明
	一、準備活動 介紹惜食活動的菜單	5 分鐘	午餐照片	生活 3-I-1	聆聽與發表	從生活中引發課程討論。
	二、發展活動 PPT 簡報介紹惜食菜單內的蔬菜及常見的蔬果，並介紹每日 3 份蔬菜 2 份水果飲食習慣。	25 分鐘	網路資料	健體-E-A2	聆聽與發表	認識蔬菜並培養良好飲食習慣。
	三、綜合活動 讓學生親手觸摸體驗蔬菜，引起對蔬菜的興趣並更了解生活中的食物。	10 分鐘	蔬菜本體	生活 2-I-5	手作體驗	養成動手做的習慣。

# 台灣剩食之旅學習單

\_\_\_年\_\_\_班 姓名:\_\_\_\_\_

1. 請寫出你不喜歡的食物: \_\_\_\_\_

2. 如果午餐遇到不喜歡的食物，你會怎麼做？

- ☐ 配著其他菜一起吃
- ☐ 留在便當盒帶回家
- ☐ 不吃直接丟掉
- ☐ 裝可以吃完的量不浪費
- ☐ 一點點開始練習吃

2. 請寫出你最喜歡的午餐菜色: \_\_\_\_\_

4. 如果有喜歡的菜色你會怎麼做？

- ☐ 裝很多到吃不完
- ☐ 先吃完一些，還吃得下再去裝一次
- ☐ 除了喜歡的食物外其他菜也要吃
- ☐ 為了可以吃多一點早餐都不吃

5. 如果有剩下的食物或廚餘可以做什麼？

## 健康五蔬果

