

南投縣中原國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	綠色生活/田間小旅人		年級/班級	五年級/甲/乙班
彈性學習課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 統整性(<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程		上課節數	4 節
			設計教師	簡倍諄
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康 實踐	與學校願景 呼應之說明	1. 透過綠色生活，培養健康飲食習慣。 2. 透過綠色生活，實踐與環境共生理念。	
設計理念	針對五年級學生，以「農業生產與環境」為本，融合「飲食健康與消費」及「飲食生活與文化」，發展「中原樂活小農夫」課程，共計 8 節課。將五年級的班級分為兩個班群，進行小組合作學習。課程分為兩大部分，一是「體驗活動」、二是「食物里程」，由體驗學習、發現問題、解決問題的歷程達成學習目標。			
總綱核心素養具體內涵	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意	領綱核心素養 具體內涵	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。 綜-E-B2 蒐集與應用資源，理解各類媒體內容的意義與影響，用以處理日常生活問題。 綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	義與影響。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。		際關係，與團隊成員合作達成團體目標。 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。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。
課程目標	引導學生進行體驗及專題製作，透過瞭解食物與農業的關係，覺察並肯定農業在生活中的重要與價值，養成飲食的選擇能力，體認自身對在地農業、環境永續的責任。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
七~十	單元一 體驗活動/4	1c-III-1 運用生涯資訊，初探自己的生涯發展。 1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作	Ac-III-2 職業興趣。 Ac-III-3 未來職業想像。 Ad-III-1 自然界生命現象與人的關係。 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動	1. 認識學區內的農業歷史，體會在地農業發展。 2. 瞭解不同農法與人類消費行為以及生態環境之間的關係。 3. 體驗農業耕種基本技巧。 4. 擬定友善環境的食農行動目標，透過執行綠色生活專題，反思個人的角色與可能的行動。	小農夫種菜趣（第一、二節） 一、綠色生活：溫故知新 1. 回顧四年級參與過的綠色生活課程內容。 2. 瞭解本學期的課程任務：包括多元的體驗活動內容與小組專題製作重點。 二、認識農事體驗基礎知識 基礎知識學習：包括「農事常用工具」、「基本技	口頭評量 能說出種植步驟	食農教材手冊(國小篇) 台北市文山區能源教育資源網 自編

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		達成共同目標。 2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略已解決日常生活的問題。 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 健 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 健 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 綜 1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態	的執行。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。		巧」、「栽種流程」及「環境維護」。 三、分組練習農事技巧練習以下農事技巧： 1. 鬆土、和肥料。 2. 認識菜苗(黑葉白菜、青江菜、萵苣、珠蔥)。 3. 瞭解栽種步驟與照顧觀察事項。 4. 確認班級盆栽放置區域。 四、栽種個人蔬菜盆栽 1. 一人一盆，依據菜苗生長大小分配 3-5 株，完成栽種、澆水。 2. 撰寫「小農夫觀察紀錄表」，持續每週澆一次環保酵素，幫助菜苗吸收養分。 中原農村生活(第三、四節)	實作評量 能種植蔬菜照顧並收成	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		度。			<p>一、想像中原學區的過往農村生活</p> <p>1. 透過影片，認識過去農業社會的臺灣、想像當時的農田與純樸的農村生活。</p> <p>2. 探索「中原農村生活」，思考：現居的社區哪裡有菜園？我們現在吃的菜從哪裡來？以前的人是去超市買菜嗎？</p> <p>二、認識中原栗南瓜</p> <p>1. 觀賞社區栗南瓜介紹相關影片及討論分享。</p> <p>2. 觀賞教師實際踏查拍攝的照片，認識目前社區重要的農產—栗南瓜。</p> <p>三、現代與過去、環境與農業</p> <p>1. 討論與分享下列問題： (1) 社區種植栗南瓜的歷</p>		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱/節數						
					<p>史發展。</p> <p>(2)社區適合種植栗南瓜的可能因素(例如：地形與氣候)。</p> <p>(3)栗南瓜農民可能運用栗南瓜來製作哪些產品?</p> <p>(4)現在社區的土地利用發生什麼改變?對人們的生活與自然環境造成什麼影響?</p> <p>2. 反思：過去人們的生活與農業息息相關，可能有的生活價值觀是什麼?現在我們藉由在學校中種菜，嘗試體驗農業生活，你希望可以在過程中學到什麼?</p> <p>四、認識常見農法</p> <p>1. 認識慣行農法、有機農法、自然農法，並比較各種農法的特色以及對環境</p>		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					的影響。 2. 瞭解酵素對植物生長的影响，連結農事體驗，反思照顧歷程。 3. 討論與分享：什麼是好的農產品？人們的消費行為與農夫選擇使用的農法，有什麼關係？ 4. 認識三章一 Q，瞭解農產品消費的重要原則。 5. 完成學習單		

【第二學期】

課程名稱	綠色生活/田間小旅人		年級/班級	五年級/甲/乙班
彈性學習課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 統整性(<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程		上課節數	4 節
			設計教師	簡倍諄
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)		<input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康實踐	與學校願景呼應之說明	1. 透過綠色生活，培養健康飲食習慣。 2. 透過綠色生活，實踐與環境共生理念。	
設計理念	針對五年級學生，以「農業生產與環境」為本，融合「飲食健康與消費」及「飲食生活與文化」，發展「中原樂活小農夫」課程，共計 8 節課。將五年級的班級分為兩個班群，進行小組合作學習。課程分為兩大部分，一是「體驗活動」、二是「食物里程」，由體驗學習、發現問題、解決問題的歷程達成學習目標。			
總綱核心素養具體內涵	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。	領綱核心素養具體內涵	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。 綜-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德 規範，培養公民意識。 綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團 隊成員合作達成團體目標。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

			健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。
課程目標	引導學生進行體驗及專題製作，透過瞭解食物與農業的關係，覺察並肯定農業在生活中的重要與價值，養成飲食的選擇能力，體認自身對在地農業、環境永續的責任。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
七~十	單元二 食物里程/4	1c-III-1 運用生涯資訊，初探自己的生涯發展。 1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目	Ac-III-2 職業興趣。 Ac-III-3 未來職業想像。 Ad-III-1 自然界生命現象與人的關係。 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。 Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。 Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。	1. 能知道食物里程與食物碳足跡的觀念。 2. 能計算午餐食物碳足跡。 3. 能設計一份食物菜單並計算碳足跡。 4. 能動手烹調低碳料理。	活動一:食物里程 (一) 引起動機: 1. 我們吃的食物從哪裡來? 2. 請學生思考有無吃過國外進口的食物? 3. 請學生一組準備一分大賣場的廣告宣傳單。 (二) 發展活動: 1. 閱讀大賣場的廣告宣傳單，看一看食物的名稱，你可以知道他來自哪裡嗎?(以生鮮食物為主，因餅乾糖果較無法直接表示出產地。) *參考環保署綠色生活網	口頭評量 能說出食物的產地	食農教材手冊(國小篇) 台北市文山區能源教育資源網 自編

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		<p>標。</p> <p>2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略已解決日常生活的問題。</p> <p>3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。</p> <p>健 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。</p> <p>健 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。</p> <p>綜 1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。</p>	<p>Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。</p>		<p>2. 紐西蘭奇異果，台灣香蕉，美國蘋果……請學生剪下一樣從國外來的食品，和一樣來自台灣本土的食品，思考食品是如何來到我們手上。</p> <p>3. 討論食物里程的概念，利用 google 地圖可以查詢其他國家到台灣台北的距離。</p> <p>4. 哪一種食物的里程最長，花費最多的時間和人力物力?有可以取代的食品嗎?</p> <p>(三) 綜合活動:</p> <p>1. 討論食物里程所帶來的環境成本問題。 例如:本土農業衝擊，過度依賴外來食物，交通成本…</p> <p>2. 學生或許會提出”為什麼國外的食品比較貴?”，可以從大量機械化生產和精緻農業這一點切入。</p>	<p>口頭評量 能算出食物里程</p>	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					<p>活動二：我們的午餐碳足跡-計算食物里程</p> <p>(一) 引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 展示午餐菜單，念出今日菜色。 2. 請學生猜猜看，哪一道菜製造最多的碳足跡。 <p>台達電能源教育領航計畫-食物里程繪本</p> <p>(二) 發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師事先準備一道菜的食譜，簡單換算每樣食材單位後，全班一起計算所產生的碳足跡。 <p>(三) 綜合活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 如何降低碳足跡(下次設計菜單的參考)： <ul style="list-style-type: none"> *多用本土地食材，少用外國食材。 *多吃蔬果，少吃肉。 *避免食物浪費。 	口頭評量 能計算出食物的碳足跡	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
					<p>*多用煎和炒，少用燉和煮，所花費的瓦斯較少。</p> <p>2. 預告下回要設計菜單，請學生思考。</p> <p>活動三:設計美味低碳的菜單</p> <p>(一) 引起動機:</p> <p>1. 今天我們要來設計菜單，看看哪一組能設計出美味低碳的菜單。</p> <p>(二) 發展活動:</p> <p>1. 列出菜單(可事先參考食譜)，列出每樣菜所需的食材。</p> <p>2. 一組一樣菜，計算食物的食物里程及碳足跡。</p> <p>3. 完成菜單設計表。</p> <p>(三) 綜合活動:</p> <p>1. 發表各組的低碳食譜，下一次上課時將會一起來製作美味食物。</p>	實作評量 能設計出菜單並製作美味食物	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱/節數						
					<p>2. 分配工作，大家各自要準備適當的食材和工具。</p> <p>活動四: 低碳小廚師</p> <p>(一) 引起動機:</p> <p>1. 檢視上次完成之低碳菜單，各組準備之材料，齊全後便可開始製作低碳料理。</p> <p>(二) 發展活動:</p> <p>1. 按部就班，分工合作，進行食材的切洗，將食材準備好。</p> <p>2. 利用卡式爐進行煎、炒或煮的工作，可請愛心家長協助。</p> <p>3. 依序完成每一道菜，全班共同分享。</p> <p>(三) 綜合活動:</p> <p>1. 分享設計低碳菜單的困難，以及製作過程中會考慮的各種因素(例如使用瓦斯的過程)。</p>		

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					2. 討論減碳生活對環技的好處，並一起約定要進行低碳生活，可以一周實施一天的蔬食日，降低碳排放量。		

註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。