

南投縣北山國民小學 113 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	自我探索家		年級/班級	六年甲班
彈性學習課程類別	☒ 統整性(☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	每週 1 節，20 週，共 20 節
			設計教師	涂明延
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☒ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☒ 社會 ☒ 自然科學 ☒ 藝術 ☒ 綜合活動 ☒ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☒ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☒ 閱讀素養 ☒ 家庭教育 ☒ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☒ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☒ 生涯規劃教育	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	1. 勤奮負責 2. 主動探索 3. 健康活潑	與學校願景 呼應之說明	1. 能了解探索學習方法，培養思考自律解決問題 2. 透過主動探索家鄉的發展，培養愛家愛鄉的情懷。	
設計理念	北山位在國姓鄉，居民多由客家人組成，產業以農業與觀光為主，透過在地化課程設計，培養立足在地，展望世界的素養。			
總綱核心素養	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-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。	領綱核心素養 具體內涵	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。 客-E-C3 透過客家文化提升自我文化認同，關心本土與國際文化，理解文化的多樣性，進而提升尊重他人語言文化的涵養。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	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。 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。		藝-E-C2 透過藝術實踐，學習理解他人感受與團隊合作的能力 國-E-C2 與他人互動時，能適切運用語文能力表達個人想法，理解與包容不同意見，樂於參與學校及社區活動，體會團隊合作的重要性。 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-B3 覺察生活美感的多樣性，培養生活環境中的美感體驗，增進生活的豐富性與創意表現。 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
課程目標	1 體驗並認識在地文化與產業 2 學習運用資訊技能，搜尋相關材料資訊 3 能探索學習方法，培養思考自律解決問題 4 能尊重生命以及自然環境 5 與他人合作並能正向溝通討論		

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」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
二 十 一	泥土探索 去/10	【國語】5-III-11 大量閱讀多元文本，辨識文本中議題的訊息或觀點。	【國語】Cc-III-1 各類文本中的藝術、信仰、思想等文化內涵。	1. 能正確知道圖書館的使用方法。	引起動機 透過圖書館與網路搜尋泥土相關資訊	實作評量 1. 使用圖書館是否安靜輕放不影響別人	網路 書插(低中高年級製作)

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」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		【社會】2b-III-2 理解不同文化的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。 【綜合】3a-III-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。 【社會】2a-III-1 關注社會、自然、人文環境與生活方式的互動關係。 【防災】E5 不同災害發生時的適當避難行為。 【藝術】1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作。 【戶】E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 【環】E1 參與戶外學習與自然體驗，覺	【社會】Bc-III-1 族群或地區的文化能了解圖書館使用規則 能使用圖書館數位工具搜尋資料 能了解泥土的多樣性與重要性 能知道泥土對人類與環境的功用 能利用泥土行所各種基本形狀並組合黏接。 【社會】Bb-III-1 自然與人文環境的交互影響，造成生活空型態的差異與多元。 【藝術】E-III-3 設計思考與實作	2. 能清楚明白圖書館借閱規則，以及能正確使用書插。 3. 能在圖書館表現出合宜的行為(安靜輕放不影響別人)。 4. 能說出不同泥土種類 5. (陶土) 的特質。能舉例說明土與水的關係。 6. 能藉由動手玩土過程中，體會泥土的豐富性。 7. 能了解泥土與建築物防治地震災害。 8. 能尊重生命以及自然環境	說明示範重點 教師示範與說明 1. 透過多種類泥土去親近、接觸、感覺、發現泥土特質。 2. 了解土與水的比例，體驗泥土的可塑性。 3. 使用工具把泥土堆出各式形狀。 4. 講解陶土的濕度及可塑性關聯。 5. 示範雙手捏塑泥球、泥條基本成形。 學生模仿練習 6. 動手搓、捏、拍，做出各種造型變化。 7. 講解各式各樣的搓捏拍壓效果。	2. 正確使用書插 3. 說出泥土種類 4. 了解土與水的比例 5. 做出基本成行動作 6. 使用工具製作不同效果	

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」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		知自然環境的美、平衡、與完整性。 【綜合】2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。 【綜合】3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 【綜合】2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。	【綜合】Ab-III-1 學習計畫的規劃與執行。 【綜合】Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。 【綜合】Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。	9. 對校園有更深入的了解。	8. 示範捏塑技巧 搓、揉、捏、壓等基本動作。 學生獨立練習 9. 練習基本技巧。 製作陶板 製作陶盆		
十二—十六	在地食農蔬菜(5)	【綜合】3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 【綜合】2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感	【綜合】Cd-III-3 生態資源與環境保護行動的執行。 【綜合】Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	1. 認識北山的農業歷史，體會在地農業發展。 2. 瞭解不同農法與人類消費行為以生態環境之間的關係。	引起動機 一、回顧參與過的食農教育課程內容。 說明示範重點 討論設計 實作 除草、施肥、觀察紀錄	附件一 實作評量	https://dinglan.tw/knowledge-202001/ 各月份適合種植蔬菜 食農手冊

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」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		與創意的多樣性表現。 【社會】 2a-III-1 關注社會、自然、人文環境與生活方式的互動關係。 【綜合】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標。 2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策	【社會】 Bb-III-1 自然與人文環境的交互影響，造成生活空型態的差異與多元 【綜合】 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。 Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。	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，透過執行食農教育專題，反思個人的角色與可能的行動。 5. 能分析職業所需成本、工具、市場考量	問題討論後更正實作 教師示範與說明 二、閱讀附件「北山小農」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。 三、認識農事體驗基礎知識（育苗場、種苗肥料店、花店、農業工具店、農業機具店、網路電商） 四、基礎實作知識學習：包括「農事常用工具」、「基本技巧」、「栽種流程」及「環境護」。 五、分組練習農事技巧練習以下農事技巧： 1. 工具收納 2. 鬆土、和肥料。		

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」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		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。 Ac-III-2 職業興趣。			3. 認識菜苗（黑葉白菜、青江菜、萵苣、珠蔥）。 4. 瞭解栽種步驟與照顧觀察事項。 5. 確認班級盆栽放置區域。 六、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「北山小農觀察紀錄表」，持續每週澆一次環保酵素，幫助菜苗吸收養分，工具收納清理。		
十七 二十一	生活美學 烹飪跨域 蛋包飯 (5)	【健康與體育】 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-III-3 理解促進健康生活的方法。 1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求	【健康與體育】 Ca-III-1 健康環境的交互影響因素。 Ca-III-3 環保行動的參與及綠色消費概念。 Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。	能認識烹飪用具與正確安全使用方法 能了解火的特性與緊急處理 能了解安排料理先後順序	引起動機 利用煎蛋皮的影片來讓學生思考如何煎出一片完整的蛋片與炒飯。 發展活動		1. 小組工作分配。 2. 準備食物製備的器具。 3. 準備拍攝 ipad、食器皿。 4. 食材的準備 網路

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」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
		適用的健康和生活技能。 2a-III-1 關注健康議題受個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用影響。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 【綜合活動】 2b-III-1 參與活動，適切表現自己在	Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。 Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。 Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。 【綜合活動】 Bb-III-3 團隊合作的技巧。 Bc-III-1 各類資源的分析與判讀。 Bd-III-1 生活美感的運用與創意實踐。 Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。	能撿菜、洗菜、切菜 能正確操作瓦斯爐與不沾鍋具 能煎蛋皮 能了解五色蔬菜的概念、營養成份及對人體的益處 能使用 ipad 留下烹飪紀錄 能正確清洗用具	1. 先介紹烹飪教室的烹調器具及教室使用安全規則。 2. 煎蛋皮時的注意事項和評分標準。蔬菜如何切丁，炒飯後先盛至盤中，待蛋皮煎至完成覆蓋於炒飯上。 3. 教師先示範安全用火的方式和卡式爐與瓦斯罐更換使用安全規則。 4. 學生實際演練。在煎蛋皮的過程中，注意火候與翻面時機。蔬菜先清洗切丁後與白飯一同入鍋翻炒。 5. 擺盤與拍照記錄 綜合活動		

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」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				
		團體的角色，合作達成共同目標。 2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。 2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。			1. 發表自己的感想與心得。 2. 教師總結：		

南投縣北山國民小學 113 學年度彈性學習課程計畫

【第二學期】

課程名稱	自我探索家		年級/班級	六年甲班
彈性學習課程類別	☒ 統整性(☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	每週 1 節，18 週，共 18 節
			設計教師	涂明延
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☒ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☒ 社會 ☒ 自然科學 ☒ 藝術 ☒ 綜合活動 ☒ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☒ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☒ 閱讀素養 ☒ 家庭教育 ☒ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☒ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☒ 生涯規劃教育	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	1. 勤奮負責 2. 主動探索 3. 健康活潑	與學校願景 呼應之說明	1. 能了解探索學習方法，培養思考自律解決問題 2. 透過主動探索家鄉的發展，培養愛家愛鄉的情懷。	
設計理念	北山位在國姓鄉，居民多由客家人組成，產業以農業與觀光為主，透過在地化課程設計，培養立足在地，展望世界的素養。			
總綱核心素養	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-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。	領綱核心素養 具體內涵	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。 客-E-C3 透過客家文化提升自我文化認同，關心本土與國際文化，理解文化的多樣性，進而提升尊重他人語言文化的涵養。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	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。 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。	藝-E-C2 透過藝術實踐，學習理解他人感受與團隊合作的能力 國-E-C2 與他人互動時，能適切運用語文能力表達個人想法，理解與包容不同意見，樂於參與學校及社區活動，體會團隊合作的重要性。 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-B3 覺察生活美感的多樣性，培養生活環境中的美感體驗，增進生活的豐富性與創意表現。 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
課程目標	1 體驗並認識在地文化與產業 2 學習運用資訊技能，搜尋相關材料資訊 3 能探索學習方法，培養思考自律解決問題 4 能尊重生命以及自然環境 5 與他人合作並能正向溝通討論	

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 可學校自訂 若參考領綱，必須 至少 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						
一 十	在地食農 梅子 豬籠板 (10)	【綜合】 2d-III-2 體察、 分享並欣賞生活中 美感與創意的多樣 性表現。 【戶】E1 善用教 室外、戶外及校外 教學，認識生活環 境（自然或人 為）。 【環】E1 參與戶 外學習與自然體 驗，覺知自然環境 的美、平衡、與完 整性。	【綜合】 Bd-III-2 正向面對 生活美感與創意的 多樣性表現。 【健體】 Ba-III-2 校園及休 閒活動事故傷害預 防與安全須知。	1. 能認識探詢 鄰近的山。 2. 能對家鄉在 地文化與傳統 農業產生更深 認識與情感。 3. 透過網路搜 尋相關資料 4. 能實作食品 製作流程 5. 能操作廚具 與清洗 6. 能了解當季 節令食材並配 合節日 7. 能對食品製 作衛生有了解	引起動機 家鄉的環境與美食有哪些？ 透過圖書館及網路搜尋資料 討論製作流程、工具、材料 說明示範重點 教師示範與說明 豬籠板 磨漿： 將已浸泡軟化的米，倒 入機器中磨成米漿。 壓板： 磨好的米漿裝入布製的 米袋中、綁緊。 以重物壓擠，將米漿中的水分 擠出。從前的人會將米漿袋置 於長板凳上，上面用扁擔壓 住，並且用繩子分別將扁擔兩 頭與板凳之間綁緊，利用擠壓 的力量將米漿中的水分瀝出。 炒餡： 將新鮮蘿蔔絲加上油 蔥、香菇絲及胡椒粉等辛香料 一起拌炒至入味且香氣四溢， 即可起鍋放涼。新鮮蘿蔔絲也	實作評量	網路 https://zh.wikipedia.org/zhtw/%E5%AE%A2%E5%AE%B6%E8%8F%9C 客家料理 https://food.ltn.com.tw/article/99 食譜自由配 豬籠板 梅子季節 3 月至 5 月 https://www.52313.com.tw/home/public/township?id=5 脆梅做法 信義鄉農會

附件 3-3 (國中小各年級適用)

				可換成乾蘿蔔絲或是醃過的蘿蔔塊。 揉版（攪拌）：將步驟 2 已脫水的版倒入攪拌機內，加上「殺青」（汆燙後急速冷卻）過的艾草，一起攪拌至糯米糰筋性完全出來為止。 包餡、蒸熟：將餡料包入版中，於中間抓起一條線，捏塑成豬籠形狀，最後放入鍋中蒸熟即可。 脆梅 1. 殺菁：除蒂後與粗鹽搓揉 10-15 分鐘，直至果皮顏色變深，見澀水排出為止。 2. 敲裂：用木槌稍微敲裂梅子表皮，只要有裂痕即可，切勿敲碎。 3. 鹽漬：加入冷水與鹽巴(水 10:鹽 1)，浸泡 6 至 8 小時，水面需高過梅子，保持空氣流通以利發酵，期間可稍微攪動梅子 2-3 次讓鹽分均勻。	https://www.52313.com.tw/home/public/township?id=4 紫蘇梅做法 信義鄉農會 https://www.youtube.com/watch?v=h577szzCMxc 吃貨家的廚房 脆梅做法 工具 打蛋盆或不鏽鋼盆 15 個/人 玻璃容器 15 個/人 棉布袋 15 個/人 塑膠手套 15 個/人
--	--	--	--	--	---

附件 3-3 (國中小各年級適用)

					4. 漂水：以活水(水龍頭開小水慢慢滴)方式清洗約 2 小時，洗滌梅子過多鹽分及苦澀。 5. 瀝乾：將梅子用洗衣袋裝好後放入脫水機脫水約 3 分鐘(盡量減少水份殘留，以免後續發酵變質)。 6. 糖漬：將煮好的糖水放涼後，共需糖漬三次，每次冷藏浸泡時間為一天，前二次糖水必須換新，第三次浸泡 10 天後即可食用。		
十一 十三	工藝之美 木製杯蓋 (3)	【綜合】 2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。 【戶】E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境(自然或人為)。 【環】E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。	【綜合】 Bd-III-2 正向面對生活美感與創意的多樣性表現。 【健體】 Ba-III-2 校園及休閒活動事故傷害預防與安全須知。	能運用網路蒐集資料 能學會設計杯蓋形狀 能使用雕刻器具 能判斷砂紙號數適切性 能判斷表面是否光滑	引起動機 校園的林木可以做成那些物品 說明示範重點 教師示範與說明 搜尋資料設計杯蓋圖樣，運用在地學校後山素材。 認識工具 雕刻杯蓋 砂磨杯蓋 上漆 砂磨杯蓋 800 號 上漆 砂磨杯蓋 2000 號	實作評量	網路資源

十四 十六	生活美學 粽香傳千里 (3)	【國語】 2-III-5 把握說話內容的主題、重要細節與結構邏輯。 【綜合】 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標。 【綜合活動】 2b-III-1 參與活動，適切表現自己在團體的角色，合作達成共同目標。 2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。 2d-III-2 體察、分享並欣賞生活中美感與創意的多樣性表現。	【國語】 Ba-III-1 順敘與倒敘法。 【綜合】 Bb-III-2 團隊運作的問題與解決。	能將收集到的內容適切的表達出來。 能記住包粽子的步驟 準備器具 準備材料 烹製材料 包粽子 蒸煮	引起動機 粽子的介紹 教師提問：端午節曾看過或吃過什麼種類的粽子呢？家裡的粽子都是誰準備的呢？是自己包的還是買的呢？請學童上臺發表最喜歡吃哪一種粽子？裡面有包什麼餡料？ 台灣肉粽（北部粽）、台灣肉粽（南部粽）鹼粽、粿粽、北平粽、廣東粽、湖州粽… 說明示範重點 教師示範與說明 學生模仿練習 包粽子：透過影片欣賞，認識包粽子所需的材料與流程，挑選兩片粽葉，粽葉光滑面朝上，兩片粽葉相疊小張的在上面（如果用到粽葉的粗糙面包裹糯米，糯米就有可能會黏在葉子上）。 步驟 2： 將粽葉從三分之二處折起來，交叉形成漏斗狀，轉著處末端要折一個折角，糯米才不會掉出去。 步驟 3：	實際操作 能記住包粽子的步驟 準備器具、準備材料、烹製材料、包粽子、蒸煮 行為觀察	網路 https://foodieat.tw/%E5%8D%97%E9%83%A8%E7%B2%BD/ 食貨誌 https://www.youtube.com/watch?v=Soe3v2Wg6BU 示範影片 每年的農曆五月初五 約五月初至五月中執行
------------------------	-------------------------------	--	--	--	---	---	--

附件 3-3（國中小各年級適用）

				底部先裝一湯匙糯米，接著壓一下讓糯米扎實。 步驟 4： 加入豬肉、魷魚、鹹蛋黃等配料，再用兩匙糯米蓋起來，一樣用湯匙將糯米壓緊。 步驟 5： 左手按住粽子的兩邊保持外型，右手將粽葉蓋下來，再將粽葉往下包覆兩個邊角。（特別要注意兩個角落，要往內壓緊，煮的時候才不會漏米出來） 步驟 6： 前面多餘的粽葉順著粽子向右或向左折（往哪邊摺都可以，粽葉好折、繩子綁的到為主）。 步驟 7： 最後用粽繩將粽子繞兩圈扎緊，綁上活結，就完成了。 市面上賣的粽繩子通常都是 20 顆一串，龐家的粽子都會拆成 10 顆一串。 一方面方便計算，一方面在用壓力鍋煮粽子的時候也比較好放、比較好拿，才不會因為一大串粽子互相擠壓，導致粽子破掉		
--	--	--	--	--	--	--

附件 3-3 (國中小各年級適用)

					學生獨立練習 獨立完成所有流程		
十七 十八	紙龍舟競賽 (2)	【健體】 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 【藝術】 1-III-1 能透過聽唱、聽奏及讀譜，進行歌唱及演奏，以表達情感。 【藝術】 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作。	【健體】 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 【藝術】 E-III-1 視覺元素、色彩與構成要素的辨識與溝通。 【藝術】 E-III-3 設計思考與實作。	2. 觀賞及畫龍舟競賽之後(1)覺察龍舟造形的特徵和人物的動作姿態。(2)能運用線條表現龍舟競賽的情景。(3)體會同心協力的重要性。 3. 進行龍舟競賽活動之後，能以團隊合作的方式，配合節奏龍舟擊鼓節奏的動作。	畫龍舟 1. 觀賞龍舟的造形後，運用線條創作有關龍舟競賽的作品。 2. 進行繪畫。 陸上龍舟競賽 1. 分組並說明遊戲規則。 2. 進行陸上龍舟競賽。 3. 宣布比賽結果;鼓勵優勝隊伍及安慰輸的隊伍 3. 作品分享。	口語評量 實際操作 行為觀察	教學 CD、八開圖畫紙、粉蠟筆、彩色筆、蠟筆、水彩用具 哨子、遊戲龍舟、手鼓