

二、各年級彈性學習課程之課程計畫

(一)五年級

桃園市中壢區新明國民小學 112 學年度第一學期 五年級 彈性學習課程 【好市生活 Day & Night】課程計畫			
每週節數	1 節		設計者
核心素養	A 自主行動	○A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ●A3. 規劃執行與創新應變	五年級導師
	B 溝通互動	●B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 ○B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	○C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 ○C3. 多元文化與國際理解	
融入議題	<p>【科技教育】 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。 生命教育 生 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p>【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。 多 E7 減低或消除對他族文化的刻板印象或偏見。</p> <p>【國際教育】 國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。 國 E4 了解國際文化的多樣性。 國 E5 發展學習不同文化的意願。</p>		
學習重點	學習表現	<p>【健體領域】 4a-II-2 展現促進健康的行為。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。</p> <p>【社會領域】 3a-II-1 透過觀察與省思，對市場特色與文化提出感興趣的問題。 2b-III-1 體認人們對社會事物與環境有不同的認知、感受、意見與表現方式，並加以尊重。 2b-III-2 理解不同文化的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。 3b-III-1 透過適當的管道蒐集社會議題的相關資料，並兼顧不同觀點或意見。 3c-III-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能與他人討論。</p> <p>【綜合領域】 2c-II-1 蒐集與整理各類資源，處理個人日常生活問題。 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。 3c-II-1 參與文化活動，體會文化與生活的關係，認同與肯定自己的文化。 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。 3c-III-1 尊重與關懷不同的族群，理解並欣賞多元文化。</p> <p>【藝文領域】 1-III-3 能學習多元媒材與技法，表現創作主題。 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作。 2-III-2 能發現藝術作品中的構成要素與形式原理，並表達自己的想法。 2-III-5 能表達對生活物件及藝術作品的看法，並欣賞不同的藝術與文化。</p>	

		3-III-4 能與他人合作規劃藝術創作或展演,並扼要說明其中的美感。		
學習內容		<p>【健體領域】 Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。 Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。 Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。 Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p> <p>【社會領域】 Af-II-1 不同文化的接觸和交流,可能產生合作與創新,影響在地的文化。 Ba-II-1 人們對社會事物的認識、感受與意見有相同之處,亦有差異性。 Ab-III-1 臺灣的地理位置、自然環境,與歷史文化的發展有關聯性。 Bc-III-1 族群或地區的文化特色,各有其產生的背景因素,因而形塑臺灣多元豐富的文化內涵。</p> <p>【綜合領域】 Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。 Bc-II-3 運用資源處理日常生活問題的行動。 Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。 Cc-II-3 對自己文化的認同與肯定。 Cc-III-4 對不同族群的尊重、欣賞與關懷。</p> <p>【藝文領域】 視 E-III-2 多元的媒材技法與創作表現類型。 視 E-III-3 設計思考與實作。 視 A-III-2 生活物品、藝術作品與流行文化的特質。 視 A-III-1 藝術語彙、形式原理與視覺美感。 視 P-III-2 生活設計、公共藝術、環境藝術。</p>		
學習目標		認知: 能認識六大營養、認識學校廚房設備及衛生注意事項、了解營養午餐的難處 技能: 能學習畫家運用多元媒材與技法,進行設計思考與創意實作、能依照六大營養素設計一日午餐菜單、學會影片拍攝技巧,並利用剪映剪輯影片 態度: 能用不同的角度看待市場文化,並懂得尊重與包容、表現出對生命的關愛、在團隊合作中學習提升自信,並加以勇敢發表		
評量方式		口語表達、互動討論、動手實作		
週次日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	百「市」可樂-新明市場初體驗	活動一： 我「市」臺灣人-新明市場與我們的關係 *認識市場 *發表感受 活動二： 市場商品的種類及營養-認識市場	說出自己的經驗 認真觀看影片 了解傳統市場的重	互動表現 50% 口頭評量 50%

2		販售的商品 *商品介紹 *問答遊戲大考驗 活動三：均衡飲食金國王的環遊旅程-了解飲食均衡概念與知識 *認識均衡飲食 *了解飲食均衡重要性	要性	
3	百「市」可樂-蔬壓一下~蔬果拓印畫	活動一： 介紹拓印-認識創作手法與技術 *介紹媒材技法 *觀看示例	表達自己的看法 認真觀賞影片 發揮創意，完成一幅作品 分享自己的創作內容	手做作品 70% 互動表現 30%
4		活動二： 創意蔬果拓印畫-動手實作 *作品實作 *展示發表		
5	百「市」可樂-食物選擇 停看聽	活動一： 認識六大類食物的營養-營養大哉問 Kahoot 競賽 *知識考驗遊戲 *統整重點	說出六大類食物 認真觀看和學習 正確回答問題 繪製均衡飲食餐盤 反思感悟	互動表現 30% 設計作品 50% 討論回答 20%
6		活動二： 食物紅綠燈-營養卡牌分類遊戲 *營養卡牌遊戲 *統整重點		
7		活動三： 飲食餐盤-繪製心中的營養餐盤 *認識營養標準 *繪製作品		
8		活動四： 外食受歡迎-為什麼外食好吃? *經驗分享 *新聞事件分享		
		活動五： 真假湯頭比一比-餐廳的湯頭是真的嗎 *新聞事件分享 *反思與感悟		

9	舉「市」無雙-學校的午餐私廚	活動一： 午餐哪裡來-規劃廚房參觀事項 *設計參訪問題 *確立參訪守則	依據經驗及觀察網站圖片瞭解廚房衛生應注意事項	互動表現 40% 學習單設計 60%
10		活動二： 參觀午餐廚房- *觀察廚房設備、動向及流程 *訪問廚工-訪問製作營養午餐一日行程與想法		
11	舉「市」無雙-最心動的一日菜單	活動一： 設計一日菜單-親自動手來設計 *範例欣賞 *小組討論 *動手實作	依據營養素建議量設計菜單介紹菜單設計內容清楚評選菜單表準及理由	設計作品 70% 同儕回饋 30%
12		活動二： 心動就要行動~票選一日菜單-我最喜歡的菜單 *分享討論 *投票		
13	舉「市」無雙-設計我的第一名健康餐盤	活動一： 美味的健康餐盤設計-以哈佛大學「健康飲食餐盤」的設計理念，設計營養餐盤 *認識營養餐盤 *統整概念 *動手設計營養餐盤	回答問題並透過學習單複習六大類食物。 理解健康飲食餐盤的概念，並完成學習單。發表自己的健康餐盤設計作品。透過票選與觀摩修正自己的「健康飲食餐盤」。	設計作品 70% 同儕回饋 30%
14		活動二： 獎落誰家~第一名健康餐盤美食獎-票選具營養的美食餐盤 *分享討論 *票選		
15	武功蓋「市」-我是市集小達人	活動一： 了解傳統市場的歷史發展	分享經驗、分組介紹	互動表現 40% 討論發表

16		活動二： 多樣市場-眷村篇認識傳統眷村文化及對忠貞市場的認識	台灣市集、發表課程看法、聆聽同學報告	60%
17		活動三： 多樣市場客家篇-認識傳統客家文化及對南苗市場的認識 *緬甸文化概論 *思考分享		
18		活動四： 多樣市場緬甸篇-認識新移民文化及對華新緬甸市場的認識		
19	武功蓋「市」-年菜健康餐盤大挑戰	活動一： 做菜我最行-大廚怎麼做? *觀察註明廚師詹姆斯料理，記錄下步驟與祕訣 *制定料理筆記	回答問題並透過網站閱讀食譜 藉由健康飲食餐盤的營養素找出食譜，並完成學習單利用素材剪輯成一部影透過作業與觀摩修正自己的影片	筆記紀錄 20% 影片製作 60% 分享發表 20%
20		活動二： 美食紀錄趣-運用器材拍攝錄製與剪輯料理影片 *使用器材實拍 活動三： 美食大賞-分享發表影片作品 *分享討論 *回饋發表		
21	我「市」新明人-回顧省思	活動一： 是非跑馬燈-精彩回顧 *統整精彩片段 *總結小遊戲 活動二： 市場大會-分享討論，發表心得與感悟 活動三： 自省自察-書寫學習單，提升新明人與市場的情感連結	專心聆聽與同學討論看法完成學習單	互動表現 30% 討論發表 30% 學習單 40%

桃園市中壢區新明國民小學 112 學年度第二學期 五年級 彈性學習課程
【好市生活 Day & Night】課程計畫

每週節數	1 節	設計者	五年級導師
核心素養	A 自主行動	○A1. 身心素質與自我精進 ●A2. 系統思考與問題解決 ●A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	●B1. 符號運用與溝通表達 ●B2. 科技資訊與媒體素養 ○B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	○C1. 道德實踐與公民意識 ●C2. 人際關係與團隊合作 ○C3. 多元文化與國際理解	
融入議題	<p>【科技教育】 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。</p> <p>【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p>【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。</p> <p>【戶外教育】 戶 E2 豐富自身與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗與珍惜環境的好。</p> <p>【環境教育】 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。</p>		
學習重點	學習表現	<p>【健體領域】 4a-II-2 展現促進健康的行為。 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p> <p>【社會領域】 3a-II-1 透過觀察與省思，對市場特色與文化提出感興趣的問題。</p> <p>【綜合活動領域】 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。 3c-II-1 參與文化活動，體會文化與生活的關係，認同與肯定自己的文化。 3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。</p> <p>【藝文領域】 1-III-2 能使用視覺元素和構成要素，探索創作歷程。 1-III-3 能學習多元媒材與技法，表現創作主題。 1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作。 2-III-2 能發現藝術作品中的構成要素與形式原理，並表達自己的想法。 2-III-5 能表達對生活物件及藝術作品的看法，並欣賞不同的藝術與文化。 3-III-4 能與他人合作規劃藝術創作或展演，並扼要說明其中的美感。</p> <p>【語文領域-國語文】 1-III-3 判斷聆聽內容的合理性，並分辨事實或意見。 2-III-5 把握說話內容的主題、重要細節與結構邏輯。 6-III-1 根據表達需要，使用適切的標點符號。 6-III-2 培養思考力、聯想力等寫作基本能力。</p>	
學習	學習	<p>【健體領域】 Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。</p>	

內容	<p>Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。 Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 【社會領域】 Af-II-1 不同文化的接觸和交流，可能產生合作與創新，影響在地的文化。 Ba-II-1 人們對社會事物的認識、感受與意見有相同之處，亦有差異性。 【綜合活動領域】 Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。 Bc-III-3 運用各類資源解決問題的規劃。 Cd-II-1 生活中環境問題的覺察。 Cd-II-2 環境友善的行動與分享。 【藝文領域】 視 E-III-1 視覺元素、色彩與構成要素的辨識與溝通。 視 E-III-2 多元的媒材技法與創作表現類型。 視 E-III-3 設計思考與實作。 視 E-III-3 設計思考與實作。 視 A-III-2 生活物品、藝術作品與流行文化的特質。 視 A-III-1 藝術語彙、形式原理與視覺美感。 視 P-III-2 生活設計、公共藝術、環境藝術。 【語文領域-國語文】 Ac-III-4 各類文句表達的情感與意義。</p>			
學習目標	<p>認知：能明確說出自己的觀點、能列舉傳統市場的優點與缺點、能提出對傳統市場缺點的改善方法、了解在地市場其中的優缺點 技能：實際運用國、閩客語和市場攤販溝通、運用有限經費，購買家人指定之市場食材、實踐健康飲食、設計計劃書 態度：感受家鄉與自己感受的關聯性</p>			
評量方式	口語表達、互動討論、動手實作			
週次 日期	單元名稱	課程內容	表現任務	學習評量
1	「市」如珍寶-我是市場探險家	活動一： 市場巡禮-餐訪市場行前規劃 *應注意事項 *需觀察什麼項目	設計參訪調查表 遵守參訪規範 完成學習單 參與遊戲活動	設計調查表 30% 學習單 40% 互動參與 30%
2		活動二： 市場巡禮-參觀調查各市場攤位 *完成調查表格		
3		活動三： 傳統市場的優缺點分析 *優缺學習單		
4		活動四： 市場優缺蹦蹦跳遊戲-以遊戲歸納傳統市場優缺點		

5	「市」在必行-講客語也行	活動一： 逛市場前的準備-買家經驗大分享	分享市場 購買經驗 用客語說 出食材名 稱 用客語購 買食材 討論挑選 食材秘訣 了解與人 互動禮儀	互動表現 30% 口說回答 50% 演練彩排 20%
6		活動二： 用客語說食材-學習食材的客語說法		
7		活動三： 我「市」「客」人-用客語演練與攤商的互動		
8		活動三： 火眼金睛我最強-了解挑選食材的技巧		
9	「市」在必行-市場採買大挑戰	活動四： 挑選食材的禮儀-討論市場選購禮儀事項	熟悉如何 挑選食材 熟悉市場 方言並實 際運用 同儕合作 討論 理解採買 注意事項 並遵守 合作完成 採買任務	任務分配表 30% 互動表現 40% 心得發表 30%
10		活動一： 市場採買任務分配-規劃市場採買種類及動線 *任務分配表-完成分組任務分配 *行前說明		
11		活動二： 市場採買大挑戰-用 100 元完成挑戰任務 *提醒規範及注意事項 *使用閩客語對話 *完成購買挑戰		
12		活動三： 採買成果及心得分享 *分組討論 *全班發表回饋		
13	好「市」多魔-施點小魔法	活動一： 從「心」出發-分享逛市場感受 *討論發表 *回饋總結	根據自己的 感覺發表 想發， 說出自己 所觀察到 的現象 用繪畫的 方式表現 出自己眼 中的新明	互動表現 25% 討論發表 25% 計畫制定 50%
14		活動二： 給點顏色-彩繪新明市場 *繪出心中的新明市場 *小組欣賞發表 活動三：		

15	<p>改造新明市場大作戰- 優缺改進 來獻策 *討論市場優缺點 *製作筆記，統整想法</p>	市場	
16	<p>活動四： 改造新明市場大作戰-制定計策 *討論可行方案 *將想法製成報告書</p>	根據新明 市場狀況 分析優缺 點	
17	<p>活動五： 幫助新明市場大變身-票選方案 *報告分享改造方案 *投票選出最佳組合</p>	制定改良 計畫	
18	<p>活動六： 改造新明市場大作戰-研究篇 *分組討論執行方案 *分享報告 *統整全班執行解決方案</p>	分享報告	
19	<p>活動七： 新明市場大變身-模擬篇 *模擬新明市場改善工程 *評估改善前後效益</p>		
20	<p>活動八： 新明市場大變身-執行篇 *前進新明市場 *拜訪新明市場管理委員會 *報告新明改善計畫 *分享感悟</p>		