

社寮國小 113 學年度家庭教育融入「綜合活動」領域教學活動設計

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                          |                                                                                      |           |      |        |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|--------|
| 單元名稱                                                                                | 我是烹飪高手                                                                                                                                                                                   |                                                                                      |           |      |        |
| 融入議題                                                                                | <input checked="" type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 健康教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育<br><input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育                 |                                                                                      |           |      |        |
| 設計者                                                                                 | 葉哲奇老師                                                                                                                                                                                    |                                                                                      |           |      |        |
| 適用年級                                                                                | 國小六年級                                                                                                                                                                                    | 日期                                                                                   | 113.10.18 | 教學節數 | 120 分鐘 |
| 教材來源                                                                                | <input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 選改編 (翰林 版本) <input checked="" type="checkbox"/> 其他 參自 新盛國小張睿娟老師教案                                                        |                                                                                      |           |      |        |
| 教學研究與構想                                                                             | 一、設計理念：以課本的「生活高手」作延伸教學，希望從日常生活中常用器具的認識使用及營養料理的烹調食用，建立學童正確的飲食習慣及烹飪技巧。<br><br>二、教學方式：1. 事先分組討論欲烹煮的菜色，並分配應攜帶之烹調物品。<br>2. 討論烹調時應注意的防災安全觀念及處理原則。<br>3. 實地烹調料理，並收拾善後。<br>4. 書寫回饋單，為以後規劃設計活動參考。 |                                                                                      |           |      |        |
| 具體目標                                                                                | 一、能操作簡單的切菜工具及烹飪器具。<br>二、能安全的烹飪簡單的食物。<br>三、能知道有關每一道菜色的營養成份。<br>四、能具備簡單的營養均衡觀念。<br>五、能具備簡單的廚房防災及處理觀念。<br>六、能與同學合作完成簡單的料理。<br>七、能與同學分享美味的食物。<br>八、會主動收拾用過的廚具及廚餘。                            |                                                                                      |           |      |        |
|  |                                                                                                                                                                                          |  |           |      |        |
| 我會炒高麗菜                                                                              |                                                                                                                                                                                          | 一起來品嚐努力的成果~四菜一湯                                                                      |           |      |        |
| 能力指標                                                                                | 學 習 活 動                                                                                                                                                                                  |                                                                                      | 時間        | 教學資源 | 評量方式   |

|       |                               |      |    |    |
|-------|-------------------------------|------|----|----|
| 綜合    | (一) 引起動機                      |      |    |    |
| 1-2-1 | 播放幾道美味菜色圖片，討論食材內容，烹調方         | 20 分 | 電腦 | 討論 |
| 1-2-2 | 式 及營養成份                       |      | 單槍 | 分享 |
| 1-3-1 | 老師拿出蒐集的營養常識資料與學童一起討論，如        |      |    |    |
| 1-3-3 | 何吃才營養？並提醒學生均衡飲食對發育的重要         |      |    |    |
| 1-3-5 | 性。                            |      |    |    |
| 1-4-2 | (二) 發展活動                      |      |    |    |
| 3-2-2 | 1. 先將桌椅配合組別，排成分組座位。           |      |    |    |
| 4-3-1 | 2. 請學童拿出準備的器具及材料。             |      |    |    |
| 家政教育  | 3. 動手前先討論烹飪中可能遇到的問題：油如        | 70 分 |    | 實做 |
|       | 何放？ 放多少？鹽要放多少？火候要如何           |      |    |    |
|       | 控制？萬一火太大，油鍋起火怎麼辦？             |      |    |    |
| 1-3-5 | 4. 大家都有基本概念後，再討論各組的料理要        |      |    |    |
| 1-3-7 | 如何烹調？順序大概如何？並指定經驗豐富           |      |    |    |
| 3-1-3 | 者為小組長，協助組員進行烹調。               |      |    |    |
|       | 5. 互相幫助動手實做。                  |      |    |    |
|       | 組別一～咖哩雞、麻婆豆腐、蕃茄炒蛋、<br>炒白菜、金針湯 |      |    |    |
|       | 組別二～炒麵、花椰菜、玉米蛋、炒高麗菜、<br>玉米湯   |      |    |    |
| 生涯教育  | (三) 綜合活動                      |      |    |    |
| 1-3-1 | 1. 一起來享受努力的成果。                |      |    |    |
| 1-3-2 | 2. 發表待改進的地方及心得。               | 30 分 |    | 討論 |
| 3-1-1 | 3. 主動分配善後處理。                  |      |    | 分享 |
| 3-2-2 | 4. 填寫回饋單                      |      |    |    |