

彰化縣國民中小學「素養導向教學與評量」設計案例表件

一、課程設計原則與教學理念說明（請簡要敘明）

運用閱讀欣賞過程中所得知識與文章分析歸納的能力，並結合記敘文「順敘法」的寫作技巧，以文字篇章呈現日常生活之活動的經過情形。透過多元檢核，於聆聽與發表過程中強化學生從文本中找證據，訓練其系統思考的素養，進而能應用於日常生活，以記敘文的方式書寫記錄活動情形。

二、教學活動設計

（一）單元

領域科目	健康與體育		設計者	林麗娟
單元名稱	東方米食料理大不同		總節數	共 3 節，120 分鐘
教材來源	<input type="checkbox"/> 教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input type="checkbox"/> 改編教科書（ <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他） <input checked="" type="checkbox"/> 自編（說明：）			
學習階段	<input type="checkbox"/> 第一學習階段（國小一、二年級） <input checked="" type="checkbox"/> 第二學習階段（國小三、四年級） <input type="checkbox"/> 第三學習階段（國小五、六年級） <input type="checkbox"/> 第四學習階段（國中七、八、九年級）		實施年級	三、四年級上學期
學生學習經驗分析	1. 會簡易的生活美語 2. 吃過壽司咖哩等異國料理			
設計依據				
學科價值定位	利用不同國家的食物呈現與飲食習慣，讓學生去體驗與了解，進而去探討背後的涵義，同時讓學生去比較與了解多元文化的所帶來的影響，最後養成學生欣賞與尊重的價值觀。			
領域核心素養	多元文化與國際理解			
課程學習重點	學習表現	2a-II -1 覺察健康受到個人、家庭、學校、等因素之影響 2c-II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度		
	學習內容	Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態 Ea -II-3 飲食選擇的影響因素		
課程目標	讓學生體驗與了解不同國家的食物呈現與飲食習慣，進而養成欣賞與尊重的價值觀。			
核心素養呼應說明	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-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。			
議題融入	實質內涵	（非必要項目）		
	融入單元	（非必要項目）		
與他領域／科目連結	（非必要項目）			
教學設備／資源				
參考資料				

(二) 規劃節次 (請自行設定節次, 可自行調整格式)

節次規劃說明			
選定節次 (請打勾)	單元節次		教學活動安排簡要說明
✓	1	第 1 節課	讓學生體驗與了解日本的食物呈現與飲食習慣, 並養成尊重他國文化的價值觀。
	2	第 2 節課	讓學生體驗與了解韓國的食物呈現與飲食習慣, 並養成尊重他國文化的價值觀。
	3	第 3 節課	讓學生體驗與了解印度的食物呈現與飲食習慣, 並養成尊重他國文化的價值觀。

(三) 各節教案 (授課節次請撰寫詳案, 其餘各節可簡案呈現)

教學活動規劃說明			
選定節次	第一節課		40
學習表現	2c-II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度		
學習內容	Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態		
學習目標	體驗與了解日本的食物呈現與飲食習慣, 並養成尊重他國文化的價值觀。		
情境脈絡	了解日本飲食國家文化 ⇨ 品嚐日本特色料理 並學習餐桌禮儀 ⇨ 品嚐後感想的發表		
教學活動內容及實施方式		時間	英語相關知識
第一節 【準備活動】 一、課堂準備 1. 教師: 1. 壽司 2. 學生: 準備餐具 二、引起動機 (一) 請同學猜一猜老師手上的圖片是什麼?(米飯), 並發表吃過經驗、所含醣類、卡路里及烹調方式。 (二) 猜一猜別的国家吃米飯嗎?是那個國家?(日本), 請同學說一說對日本的印象? 喜欢的日本食物為何? 吃過日本料理的米飯嗎?		5 分	Do you like to eat rice? Yes, it' s yummy. No, it doesn' t taste good. Where is it? Japan
【發展活動】 一、老師簡介日本的文化背景及壽司的由來 (一) 老師簡介日本的飲食文化背景 1. 传统的日本料理主食是米飯, 然後再配上其他菜餚, 例如魚, 肉, 蔬菜, 醬菜, 以及湯。 2. 由於日本是海島型國家, 日本人相當喜好海產品, 日本飲食文化的其中一項特色是生食, 大部份食物如鮪魚、鮭魚、河豚、章魚、牛肉、雞肉、雞蛋等		10 分	1. They eat rice. 2. They like to eat fish very much. 3. Sushi contains vinegar rice、 fish、 meat and

都可以生食入菜

3. 日本人進食的食具通常是小碗和改造過的筷子

4. 源自中國的麵條是日本料理很重要的一部份，當中蕎麥麵和烏冬麵這兩種傳統的麵條比較受歡迎，湯底通常是用魚類煮成的高湯加入醬油調味以及加上不同種類的蔬菜。另一種很受歡迎的麵類是在 20 世紀早期由中國傳入的拉麵（日語：ラーメン）。拉麵使用的湯底有許多種，比如用魚類和醬油煮成的高湯，或是豬肉和奶油煮成的高湯。

(二)老師播放影片讓學生瞭解壽司的由來(

<https://www.youtube.com/watch?v=FN7S-ZV9Xk>)

二、學習日本的餐桌禮儀

老師介紹日本的餐桌禮儀：

1. 日本人因為懷著對食物的感謝…

吃飯之前的招呼語いただきます

2 精緻、重材料原味、使用當季食材。

三、壽司的吃法介紹

(一)介紹壽司的吃法

老師介紹吃蝦壽司的方法(洗手—說感恩詞—把壽司翻過來，蝦子往下用拇指和食指、中指支撐沾醬油，把蝦子往舌頭上放是正確的吃法)

(二)讓學生品嚐壽司的方法，並發表感想。

【總結活動】

教師總結米飯是許多人的主食，但烹煮的方式不同，可試著吃吃看，但不可批評。

第二節

【準備活動】

一、課堂準備

1. 教師：1. 拌飯

2. 學生：準備餐具

二、引起動機

1. 複習日本的米食料理及飲食文化。

2. 猜一猜韓國吃米飯嗎？，請同學一說說對韓國的印象？喜歡的韓國食物為何？吃過韓國料理的米飯嗎？

【發展活動】

一、老師簡介韓國的文化背景及拌飯的由來

老師簡介韓國的飲食文化背景

1. 韓國料理中多以米食為主食，另有麵食、蕎麥、菜、肉等，

vegetables.

5 分

They say thanks before eating.

15 分

Step

1. wash your hands

2. turn cooked shrimp Sushi

over

3. dip Sushi into soy sauce

5 分

Many people eat many kinds of rice food, you can taste it, but don' t criticize.

5 分

Where is it?

Korea

10 分

1. They eat rice.

除了炊煮熟食的飯之外，另外常伴隨熱湯同食。而冬天，醃漬的韓國泡菜是飯桌上常見的配菜，以白菜、蘿蔔、黃瓜等各食材發酵而成，種類齊全而成為飯饌（반찬）。

2. 韓國三面臨海，因此海鮮也是韓國人青睞的食物，例如朝鮮海苔（김）、韓式膾（회），甚至韓式活章魚（신낙지）等奇特的食品。朝鮮冷麵、補身湯一般使用狗肉。

3. 和雜糧是韓國人最普遍的主食。石鍋拌飯（돌솥비빔밥）、是韓國料理中常見的主食。

二、學習韓國的餐桌禮儀

老師介紹韓國的餐桌禮儀：

1. 吃飯時不要隨便發出聲響，更不許交談。
2. 不能把飯碗端起來吃飯或喝湯。

三、拌飯的吃法介紹

(一)介紹拌飯的吃法

老師介紹拌飯的吃法

<https://www.youtube.com/watch?v=eec-jaN7wz4> (<https://www.youtube.com/watch?v=FN7S-ZV9Xk>)

(二)讓學生品嚐拌飯的方法，並發表感想。

【總結活動】

教師總結米飯是許多人的主食，但烹煮的方式不同，每個國家飲食習慣也不盡相同，要尊重不批評。

第三節

【準備活動】

一、課堂準備

1. 教師：1. 印度料理
2. 學生：準備餐具

二、引起動機

1. 複習日本韓國的米食料理及飲食文化。
2. 猜一猜印度吃米飯嗎？請同學說一說對印度的印象？喜歡的印度食物為何？吃過印度料理的米飯嗎？

【發展活動】

一、老師簡介印度的飲食文化背景

1. 大多是素食文化。印度虔誠的佛教徒和印度教徒都是素食主義者，耆那教徒更是嚴格吃素，吃素的人占印度人口一半以上，因此，可以毫不誇張地

2. They like fish and kimchi very much.

Rice 、noodle 、 seafood 、 kimchi

Don' t talk when you eat.
Don' t take out your bowl when you eat.

Step

1. put rice 、 vegetables 、 an egg 、 kimchi into your bowl

2. stir

Many peole eat many kinds of rice food, you can taste it, but don' t criticize.

Where is it?

india

1. There are many vegetarianism in india.
2. They don' t eat beef and

說，印度是素食王國，素食文化是印度飲食文化中最基本的特色之一。

2. 大多數印度餐館的菜單上不會出現任何牛肉或豬肉的料理。

3. 常用咖哩粉。印度人做菜用得最多、最普遍的是咖哩粉。咖哩粉是用胡椒、薑黃和茴香等 20 多種調料合成的一種香辣調味品，呈黃色粉末狀。在某種意義上說，印度飲食文化也可以稱為咖喱文化，這種飲食文化以香辣味道為特色。人們談到印度飯，首先想到的十之八九是咖哩飯。咖哩飯可以是素食，也可以是葷食；可以是米飯，也可以是麵食。印度人對咖哩粉可謂情有獨鍾，幾乎每道菜都用，咖哩雞、咖哩魚、咖喱咖哩土豆、咖哩菜花、咖哩湯等等，每個經營印度飯菜的餐館都飄著一股咖哩味。

二、學習印度的餐桌禮儀

1. 老師介紹印度的餐桌禮儀：用右手吃飯

印度人吃飯的方式還保留著某些傳統的習慣。雖然在較正式的場合，人們吃飯使用叉和勺，但在家中，用手抓更來得痛快：每人面前擺放一個大盤子，把米飯盛上，再澆上菜和湯，然後用手稍加混合，捏成團，就抓著送進嘴裡。

印度人吃飯還有一個規矩，無論大人還是孩子，一定要用右手吃飯，給別人遞食物、餐具，更得用右手。這是因為人們認為右手乾淨，左手髒。這又與印度人的另一個習慣有關。印度人如廁以後，不用手紙擦，而是用水沖洗，沖洗時，用左手，不用右手。在餐館或印度人家裡吃飯，當快吃完的時候，主人往往會給每人端上一小碗溫水，上面還漂著一塊檸檬，這水可千萬不能喝，它是用來洗手的。飯後，還會端上一

盤綠色麥粒狀的香料，供大家咀嚼，以消除口中的異味

2. 欣賞影片：印度人為什麼用手吃飯？

<https://www.youtube.com/watch?v=0QCpJ8CG4y4>

三、咖哩飯的吃法介紹

(一) 老師播放影片讓學生瞭解咖哩雞的作法(

<https://www.youtube.com/watch?v=v0hoEMe4TTU>)

(二) 介紹咖哩飯的吃法：用手抓飯吃

(三) 讓學生品嚐咖哩飯的方法，並發表感想。學生若不敢用手抓飯吃，可以用湯匙品嚐咖哩飯。

pork.

3. They always cook food with curry.

5 分

They eat food with their right hand.

15 分

5 分

【總結活動】

教師總結米飯是許多人的主食，但烹煮的方式不同，可試著吃吃看，但不可批評。

Many people eat many kinds of rice food, you can taste it, but don' t criticize.