

Healthy Eating Healthy Me

教學對象:桃園市東明國小【英語小達人】社團班

教學者:文化國小劉學蕙老師

教學日期與時間:2020/5/21 1:30-3:00 pm共80分鐘

一、設計原由：

大部分的小學生都喜歡吃高糖、高鹽、高油脂的食物，對於如何選擇均衡健康的飲食知識缺乏，藉由此課程，教導學生如何選擇均衡營養的飲食，關注自己的健康飲食狀況，進而影響食物選擇。

二、設計發想：

在教導健康飲食的同時，搭配適合的英語讀本，選出重要英語字彙，讓學生進行練習英語，做英語運用與健康飲食教育的跨學科連結。同時，也引導孩子可以利用網站與行動載具，進行英語自主學習。

三、學生分析:

- 1.本班學生為三與四年級的混齡班級，屬於特殊編班的班級。
- 2.根據學校所提供的英語成績分析，八位學生英語低於46分，一位55分，英語能力屬於低下程度，其他八個學生70-85分之間，也是屬於中低成就，因此，字母拼讀能力非常弱勢，只能從聽讀著手。
- 3.針對本班學生的年齡特點，教師採用肢體動作、圖片視覺鷹架、分組遊戲、歌曲、教具操作、平板操作等和語言相結合的方式進行教學。
- 4.本校為非山非市學校，英語學習成就不高，因此，課程內容以提升英語學習興趣與跨學科連結為主。
- 5.學生有數次操作平板經驗，今天是第一次上數位閱讀網站Raz-Kids
- 6.健康知識部分需要比較多的中文輔助講解
- 7.這將是第三次教此班學生，學生雖然英語學習成就不高，基礎薄弱，但是，對於學習有熱情，也很願意努力，是一個很好的班級。

四、教學目標:

- 1.簡單認識早餐的內容。
- 2.知道早餐食物的英文字彙
- 3.說出6-10個與食物相關的英語單字
- 4.知道與說出健康飲食的概念
- 5.閱讀食物成分標籤，知道那些成分對身體有害
- 6.六大類的食物分類(時間應該來不及)
- 7.學生熱愛學習，專心參與課程。

五、教學內容:

1. 字彙:toast, eggs, breakfast, bacon, yogurt, cereal,muffins, fruit, eat, kid
2. 句子: Some kids eat _____ for breakfast. I eat.... For breakfast.

六、預期困難:

1. 因為健康飲食教育內容的知識點較多，英語字彙也多，學生英語程度較弱，混齡教學，程度不一，所以會出現大量中文解說，但是還是會引導他們掌握主要字彙與句子。
2. 第一次登入Raz Kids可能會出現無法預期狀況，花費較多時間講解。

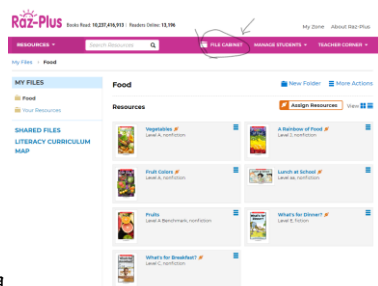
七、教學資源:

1. 每人一台平板
2. 閃式卡一組一份
3. 小白板與白板筆一組一份
4. 教學PPT
5. What' s for breakfast文本內容單
6. What' s for breakfast連連看學習單
7. Food Label任務卡四頁，一組一份，裁減成16小張
8. Food Groups任務卡四頁，一組一份，裁減成38小張(備用活動)
9. Food Group分類桌游版一組一張(備用活動)

八、教學流程：

| 教學步驟 | 預計時間 | 學習表現 |
|--|--|-------------------------------------|
| <p>A. 暖身活動:</p> <p>1. 物圖片問What do you see? 學生說food, 看學生可以說出, 藉此測試英語先備知識。</p> <p>2. 播放 Are you hungry song 塑造輕鬆的學習氛圍。</p> | 5mins | <p>踴躍發言</p> <p>認真聆聽</p> |
| <p>B. 進入主題:</p> <p>1. 提問What meals do we eat each day? 引導出breakfast, lunch, dinner字彙</p> <p>2. Why do we need food? 學生小組討論把答案寫在分組小白板上後發表自己看法。(grow, get energy, get healthy, to survive)</p> | 5mins | <p>說出英文字彙</p> <p>小組討論互相合作, 勇於發表</p> |
| <p>C. 讀本What's for breakfast前活動</p> <p>1. 請學生觀察封面, 是否有看到熟悉的字? 觀察右邊的圖片, 看這家人在做甚麼? 他們早餐吃甚麼? 那你早餐吃甚麼呢?</p> <p>2. What so you eat for breakfast? 展示台式早餐內容, 帶唸過兩次後, 請學生試著用英文表達出自己早上吃甚麼?</p> <p>3. Breakfast song: https://www.youtube.com/watch?v=fsQVfQt0HOk</p> | <p>3mins</p> <p>5mins</p> <p>2mins</p> | <p>勇於發表</p> <p>說出一個早餐英文字彙</p> |

| | | |
|---|---|----------------------------------|
| <p>D. 進入讀本正文</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. What do some kids eat for breakfast? 猜猜看書中的小朋友早餐吃甚麼? 會跟我們一樣嗎?請學生小組討論 後,發表看法 2. 逐頁展示讀本內容,並帶領學生唸 出每個句子。 3. 用平板登入Raz kids網站,指導學 生如何登入,找到What' s for breakfast 讀本,給予學生聽讀的時 間 4. 發給What' s for breakfast文本內容 單,完成What' s for breakfast連連 看學習單 | <p>5mins</p> <p>5mins</p> <p>10mins</p> <p>10mins</p> | <p>小組討論互相合作,勇於發表 試著用英文表達</p> |
|---|---|----------------------------------|



| <p>E. 文本後討論:</p> <p>1. 書中小孩吃的早餐，你認為那些是健康或是不健康的?為什麼?</p>  <p>2. 健康與不健康食物大PK左右遊戲，討論不健康的理由。高糖，高鹽，高油脂會造成血管阻塞，對腦部發育不好，影響體力與智力</p> | <p>5mins</p> <p>10mins</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|----------------------------|---------------|--------------|--|----------|------|---------------|------|-------------|--|------------------|--|---------------|------|-------------------|-----|-----------|-----|------------|--|-------------|--|---------------|----------------|-------------|----------|---------------|--|
| <p>F. 讀懂食物標籤</p> <p>1. 解釋食物標籤上的成分</p> <p>The Original Potato Chips</p> <table border="1" data-bbox="347 920 518 1115"> <thead> <tr> <th>Amount</th> <th>% Daily Value</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Calories 280</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fat 16 g</td> <td>28 %</td> </tr> <tr> <td>Saturated 2 g</td> <td>10 %</td> </tr> <tr> <td>+ Trans 0 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Cholesterol 0 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Sodium 330 mg</td> <td>14 %</td> </tr> <tr> <td>Carbohydrate 26 g</td> <td>9 %</td> </tr> <tr> <td>Fibre 1 g</td> <td>4 %</td> </tr> <tr> <td>Sugars 0 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Protein 3 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Vitamin A 0 %</td> <td>Vitamin C 20 %</td> </tr> <tr> <td>Calcium 0 %</td> <td>Iron 4 %</td> </tr> </tbody> </table>  <p>2. 請學生自己圈出不營養的成分</p> <p>3. 票選最垃圾的食物</p> | Amount | % Daily Value | Calories 280 | | Fat 16 g | 28 % | Saturated 2 g | 10 % | + Trans 0 g | | Cholesterol 0 mg | | Sodium 330 mg | 14 % | Carbohydrate 26 g | 9 % | Fibre 1 g | 4 % | Sugars 0 g | | Protein 3 g | | Vitamin A 0 % | Vitamin C 20 % | Calcium 0 % | Iron 4 % | <p>10mins</p> | |
| Amount | % Daily Value | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Calories 280 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Fat 16 g | 28 % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Saturated 2 g | 10 % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| + Trans 0 g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Cholesterol 0 mg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sodium 330 mg | 14 % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Carbohydrate 26 g | 9 % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Fibre 1 g | 4 % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sugars 0 g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Protein 3 g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Vitamin A 0 % | Vitamin C 20 % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Calcium 0 % | Iron 4 % | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>G. 分享今日學習所得</p> | <p>5mins</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |