

基隆市深美國民小學 103 學年度第二學期課程計畫

- (一) 學習領域別：彈性領域—自主學習
 (二) 實施時間：104.01.21~104.06.30
 (三) 教學年級：五年級
 (四) 教學節數：42 節
 (五) 編修者：方乃中（引用 102 學年度第二學期五年級課程計畫）
 (六) 學習目標與相對應能力指標：

學期總目標	學習目標	相對應能力指標
1. 養成擬定計畫及實際執行計畫的能力	1-1 能依據老師提供的架構擬定自主研究計畫	綜合 1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中
	1-2 能製作學習檔案的內容及反思回饋等資料	語 E-2-8-9-4 能主動記下個人感想及心得，並對作品內容摘要整理
	1-3 了解食物在選擇素材、烹調、保存等階段的變化和安全衛生	家政 1-3-5 了解食物在烹調、儲存、加工等情況下的變化
	1-4 能運用適宜的烹調方法，製作出自己想學會的餐點或菜餚	家政 1-3-7 運用烹調方法，製作簡易餐點
	1-5 能選擇符合營養且安全衛生的食物	家政 1-3-6 選擇符合營養且安全衛生的食物
	1-6 能規劃學習檔案的內容	藝文 1-3-2 構思藝術創作的主题與內容，選擇適當的媒體、技法，完成有規劃、有感情及思想的創作
2、培養自主學習的習慣，從解決問題的過程獲得學習的信心與樂趣。	2-1 能以積極主動的態度參與挑戰任務與學習活動	自 6-3-2-3 面對問題時，能做多方思考，提出解決方法
	2-2 能以學習筆記紀錄個人在挑戰任務的心得	自 1-3-5-4 願意與同儕相互溝通，共享活動的樂趣
	2-3 能將挑戰過程中，困難、心得感想等以圖像或文字的方式紀錄	語 E-2-8-9-4 能主動記下個人感想及心得，並對作品內容摘要整理
	2-4 能從挑戰成功的經驗獲得學習的信心	綜合 1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中

【家政教育】

- 1-3-5 了解食物在烹調、儲存、加工等情況下的變化
 1-3-6 選擇符合營養且安全衛生的食物
 1-3-7 運用烹調方法，製作簡易餐點

(七)教學計畫

週次	實施日期	學校（或學年）重要行事	對應能力指標	學習目標	主要學習活動	節數安排	教學資源	議題領域
1	1.21 1.23		綜合 1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中。	1-1 能依據老師提供的架構擬定自主研究計畫	美食分組規則說明(大協同) 1. 老師說明本學期成果展將採「區域料理」的形式呈現，包括「台式料理」、「中華料理」、「日式料理」、「東南亞料理」、「歐美料理」等五種。 2. 發下「美食大搜索」學習單，	4	學習單	
2	1.26 	1.27 (二) 休業式						

	1. 27				說明內容並請學生利用寒假時間完成。 3. 請學生利用寒假時間針對五大區域料理進行認識，並依據自己的意願進行排序。			
3	2. 24 2. 27	2. 24 (二) 大掃除 2. 25 (三) 始業式 2. 27 (五) 彈性放假一日 友善校園週	自 6-3-2-3 面對問題 時，能做多方思考，提出解決方法	2-1 能以積極主動的態度參與挑戰任務與學習活動。	確認美食組別（班級） 1. 學生以小組為單位，分享「美食大搜索」學習單，並說明自己選定的第一志願及理由。 2. 教師調查每位學生的志願，然後將全班學生平分為五組。 3. 教師公布各組上課教室，然後學生移動至各組教室上課。 4. 教師說明該組料理特色及重點，學生可先思考個人想學習製作的餐點內容，於下次分組上課時進行確認。 5. 作業：「美食新發現」 搜尋自己想製作的三道料理，並準備相關食譜進行下次上課之說明。	4	學習單	
4	3. 2 3. 6	3. 4 (三) 班級家長日 北北基小論文 整潔秩序五星級廁所 評分開始 愛校巡守隊 晨掃開始						
5	3. 9 3. 13	3. 13 (五) 校外教學 溫世仁作文比賽作品 徵選 全校性防災演練	自 1-3-5-4 願意與同儕相互溝通，共享活動的樂趣	2-1 能以積極主動的態度參與挑戰任務與學習活動。	校外教學 配合自主課程進行郭元益糕餅博物館校外教學活動。	2		
6	3. 16 3. 20	3. 18 (三) 自治市政見發表	自 1-3-5-4 願意與同儕相互溝通，共享活動的樂趣 家政 1-3-6 選擇符合營養且安全衛生的食物。	2-2 能以學習筆記紀錄個人在挑戰任務的心得。 1-5 能選擇符合營養且安全衛生的食物。	確認料理內容（分組） 1. 學生一一上台說明想製作的料理內容，師生一起思考，鼓勵學生考慮能力及預算範圍內可以烹煮的餐點。 2. 學生可依照自己的意願，選擇想要製作的餐點，原則上組內有希望有多樣風格呈現，若同一種料理有多人想要製作，必須透過準備度的說明或是抽籤等當事人同意的方式，決定每個人挑戰的餐點。 (※請學生慎重考量，原則上確認菜色後，非必要因素不得更改。) 3. 作業：「美食新發現」 說明選擇該道料理的理由及自己的期待（200 字）。	2	食譜	家政 1-3-6

7	3.23 3.27	3.25 (三) 自治市 政見公聽會 G5G6 班際籃球對抗賽	藝文 1-3-2 構思藝術創 作的主题與 內容，選擇 適當的媒 體、技法， 完成有規 劃、有感情 及思想的創 作	1-6 能規劃學習檔 案的內容。 2-1 能以積極主動 的態度參與挑 戰任務與學習 活動。	精裝檔案規劃 (班級) 1. 老師介紹精裝檔案製作方式 並展示部份學長姐之作品。 2. 學生製作檔案規劃心智圖，紀 錄個人對精裝檔案的期許與 呈現的內容。 3. 尋找伙伴：2-3 人一組形成檔 案工作小組，共同擬定製作進 度、分享檔案。	2		
8	3.30 4.3	4.3 (五) 彈性放假一日 G5G6 班際籃球對抗賽						
9	4.6 4.10	4.6 (一) 彈性放假一日 4.8 (三) 自治市長投票 高年級作業抽查 G5G6 班際籃球對抗賽	家政 1-3-5 了解食物在 烹調、儲 存、加工等 情況下的變 化。 家政 1-3-6 選擇符合營 養且安全衛 生的食物。 語 E 2-8-9-4 能主動記下 個人感想及 心得，並對 作品內容摘 要整理。	1-3 了解食物在選 擇素材、烹 調、保存等階 段的變化和安 全衛生。 1-5 能選擇符 合營養且安全 衛生的食物。 2-3 能將挑戰過程 中，困難、心 得感想等以圖 像或文字的方式紀錄。	料理基本功夫簡介 (大協同) 1. 教師介紹各項料理知識的基本 原則，鼓勵學生透過聆聽， 思考自己的料理可採用的方 式。內容包含：①食材選擇② 烹煮方法③調味品的知識④ 烹煮食物的器具與注意事項 2. 引導學生依據課程所提醒的 事項，查閱相關資料找出所負 責之料理的食材、烹煮方法、 需使用的調味品及烹調器具。 3. 閱讀資料、運用筆記方格做筆 記，紀錄需要的材料或工具。 4. 作業：「美食新發現」 記錄自己的料理所需要使 用的食材、烹煮方法、調味料及 使用的食器。	2	網路食譜	家政 1-3-5 1-3-6
10	4.13 4.17	4.16/17 (四、五) 期中評量	自 1-3-5-4 願意與同儕 相互溝通， 共享活動的 樂趣	2-1 能以積極主動 的態度參與挑 戰任務與學習 活動。	低年級的我 (班級) 1. 分享學長姐作品，說明回憶錄 製作方式及需包含的內容。 2. 全班先共同回想低年級的學 習歷程，提供撰寫方向。如校 外教學、節慶活動等 3. 個人挑選 2-3 個事件，建議為 印象深刻且具有特殊意義的 事情撰寫回憶錄。 4. 課堂任務：「低年級回憶錄」 可以結合插畫、照片等元 素，撰寫一年級和二年級的回憶 錄。	2	回憶錄 作品說明	
11	4.20 4.24	04.25 (六) 校慶運動會 跳蚤市場 G5G6 班際籃球對抗賽 游泳課開始	家政 1-3-7 運用烹調方 法，製作簡 易餐點。 語 E 2-8-9-4 能主動記下 個人感想及	1-4 能運用適宜的 烹調方法，製 作出自己想學 會的餐點或菜 餚。 2-3 能將挑戰過程 中，困難、心	試煮準備 (分組) 1. 各組指導教師引導學生查資 料找出多少材料可以製作多 少成品、供多少人食用。 2. 閱讀食譜，觀察食譜中成品的 擺飾方式、及特色。嘗試繪製	2	食譜 網路	家政 1-3-7

			心得，並對作品內容摘要整理。	得感想等以圖像或文字的方式紀錄。	自己成品的擺盤方式。(※延伸閱讀:語文實驗教材—《大野狼的告白文集》沙西米頌) 3. 菜色命名:嘗試為自己要完成的菜餚命名,紀錄菜名與註明命名的根據。 4. 教師說明試煮的場地、份量(少量)等規定,並依學生需求進行協調分配。(※分組教師可於此針對器具進行分工協調) 5. 作業:「美食新發現」 說明自己對試煮的規劃、準備用品及注意事項。		
12	4.27 5.1	4.27(一) 校慶補假 4.30(四) 市長盃 民俗體育競賽	家政 1-3-7 運用烹調方法,製作簡易餐點。 語 E 2-8-9-4 能主動記下個人感想及心得,並對作品內容摘要整理。	1-4 能運用適宜的烹調方法,製作出自己想學會的餐點或菜餚。 2-3 能將挑戰過程中,困難、心得感想等以圖像或文字的方式紀錄。	試煮活動一(大協同) 1. 每組少份量試做,供該組師生試吃的份量即可。(※同一類型餐點的學生形成一共同工作小組,但每人仍須各自負責一道菜) 2. 注意每種食物的製作時間。 3. 練習快速收拾器具與場地。 4. 作業一:「試煮新發現」 標題包含食物名稱、製作人。內容包括材料、烹煮流程、成品、烹煮注意事項、食品保存方式、製作心得與趣事。 5. 作業二:「烹煮美食 333」 學到的 3 件事、喜歡的 3 件事、需要再挑戰的 3 件事	2	食材 烹煮器具 家政 1-3-7
13	5.4 5.8	體適能施測	家政 1-3-6 選擇符合營養且安全衛生的食物。 自 1-3-5-4 願意與同儕相互溝通,共享活動的樂趣 語 E 2-8-9-4 能主動記下個人感想及心得,並對作品內容摘要整理。	1-5 能選擇符合營養且安全衛生的食物。 2-3 能將挑戰過程中,困難、心得感想等以圖像或文字的方式紀錄。	試煮分享討論(分組) 1. 以小組方式閱讀同學的「烹煮美食 333」,並討論心得 2. 個人提出需要注意和修正的地方,及改進方法 3. 決定修正作法或因應方式 4. 教師說明「美食展」當天的活動形式(※教學群事前依學生狀況進行規劃討論) 5. 製作邀請卡邀請學校老師及家長參加美食展。 8. 作業:「美食展邀請卡」 製作邀請卡邀請自己的家長參加成果展活動,內容包含日期、時間、地點及料理名稱。	2	美工材料及 工具

14	5.11 5.15	體適能施測 高年級持續性 作業調閱	自 1-3-5-4 願意與同儕 相互溝通， 共享活動的 樂趣	2-1 能以積極主動 的態度參與挑 戰任務與學習 活動。	中年級的我（班級） 1. 全班先共同回想低年級的學習歷程，提供撰寫方向。如校外教學、節慶活動等 2. 個人挑選 2-3 個事件，建議為印象深刻且具有特殊意義的事情撰寫回憶錄。 4. 作業：「撰寫低年級回憶錄」 可以結合插畫、照片等元素，撰寫三年級和四年級的回憶錄。	2	回憶錄 作品說明	
15	5.18 5.22	體適能施測	家政 1-3-7 運用烹調方法，製作簡易餐點。 語 E 2-8-9-4 能主動記下個人感想及心得，並對作品內容摘要整理。	1-4 能運用適宜的烹調方法，製作出自己想學會的餐點或菜餚。 2-3 能將挑戰過程中，困難、心得感想等以圖像或文字的方式紀錄。	試煮活動二（大協同） 1. 每人準備比第一次多一些份量（約 3-4 人份）的試做，能供全學年師生試吃的份量。（※使用場地最好與成果展當日相同） 2. 注意每種食物的製作時間與烹煮器具使用的時機與安全性。（※提醒學生避免重蹈上次試做時的失誤） 3. 練習快速收拾器具與場地。 4. 熟悉成果展當日各分組使用場地與流程。 5. 作業一：「試煮新發現」 標題包含食物名稱、製作人。內容包括材料、烹煮流程、成品、烹煮注意事項、食品保存方式、製作心得與趣事。 6. 作業二：「烹煮美食 333」 學到的 3 件事、喜歡的 3 件事、需要再挑戰的 3 件事	2	食材 烹煮器具	家政 1-3-7
16	5.25 5.29	體適能施測	藝文 1-3-2 構思藝術創作的主题與內容，選擇適當的媒體、技法，完成有規劃、有感情及思想的創作	1-2 能製作學習檔案的內容及反思回饋等資料	完成自主小書（班級） 1. 整理「美食新發現」與「烹煮美食 333」的作業。 2. 完成自主小書的製作。	2	自主小書 美食新發現	
17	6.1 6.5	6.6（六） 成果展	家政 1-3-7 運用烹調方法，製作簡易餐點。	1-4 能運用適宜的烹調方法，製作出自己想學會的餐點或菜餚。	成果展準備（大協同） 1. 準備個人料理烹煮時的器具，熟悉成果展當日各分組使用場地與流程。 2. 「上菜」的順序確認與餐點位置安排。 3. 場地準備：於成果展前一天完	2	食材 烹煮器具 麥克風	家政 1-3-7

					成桌椅、小書、海報的佈置。 4. 全學年依實際上場方式，配合主持人的介紹、PPT 的播放進行採排。 5. 分組老師的提醒與叮嚀。		
18	6.8 6.12		綜合 1-3-5 了解學習與研究的方法，並實際應用於生活中。	2-4 能從挑戰成功的經驗獲得學習的信心。	分享美食學習成果（大協同） 1. 看照片說心得：老師播放成果展當日照片或影片，鼓勵學生分享烹煮趣事或心得。 2. 交換閱覽美食成果冊，以文字方式給予同學回饋，寫在回饋頁上。 3. 閱讀同學的食譜小書，以口頭方式給予回饋。	4	單檯 電腦設備
19	6.15 6.19	6.16（二） 薪火相傳 6.17/18（三、四） 期末評量 6.18（四） 畢業典禮 6.19（五） 端午節 整潔秩序五星級廁所 評分結束					
20	6.22 6.26	6.22（一） 成果展補假 6.23（二） 交成績及獎項名單 06.24（三） 五年級搬家 G5 水上運動會 愛校巡守隊 晨掃結束	語 E 2-8-9-4 能主動記下個人感想及心得，並對作品內容摘要整理。	1-2 能製作學習檔案的內容及反思回饋等資料	檔案分享與回饋 1. 整理五年級的檔案資料 2. 全班依組別輪流欣賞每位同學的工作檔案，並給予具體回饋。	4	學習檔案
21	6.29 6.30	6.29（一） 期末大掃除 6.30（二） 休業式					