

南投縣田豐國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	田豐好生活		年級/班級	二 年級/ 甲 班
彈性學習課程類別	■統整性(■主題□專題□議題)探究課程 □社團活動與技藝課程 □特殊需求領域課程 □其他類課程		上課節數	每週 1 節，20 週，共 20 節
			設計教師	林紀穎
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	□國語文 □英語文(不含國小低年級) □本土語文□臺灣手語 □新住民語文 □數學 ■生活課程 ■健康與體育 □社會 □自然科學 □藝術 □綜合活動 □資訊科技(國小) □科技(國中)		□人權教育 ■環境教育 □海洋教育 □品德教育 □生命教育 □法治教育 □科技教育 □資訊教育 □能源教育 □安全教育 □防災教育 □閱讀素養 □家庭教育 □戶外教育 □原住民教育□國際教育 □性別平等教育 □多元文化教育 □生涯規劃教育	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康關懷	與學校願景 呼應之說明	校訂課程以香草為主題，讓學生體驗小農生活，透過栽種學習尊重生命，培養感恩情懷。香草對於生活與身體有許多健康配方，學生透過運用香草，說明香草功用，奠基健康與自信的生活。	
設計理念	1.鼓勵學生發現香草植物之美，進而了解植物在生活中廣泛的運用，培養學生愛護環境珍惜生命的態度，理解環境並發展主題統整探究學習精神。 2.香草課程使用混齡教學理念，採用分班/分年段，讓學生在老師的帶領之下，學習不同層次的課程，也接受適性程度的評量測驗			
總綱核心素養 具體內涵	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。	領綱核心素養 具體內涵	生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	
課程目標	1.能樂於創新參與香草特性的探究活動與創新應用。 2.藉由香草特性的了解，培養健康知識，促進身心健康與疾病預防。 3.藉由瞭解香草的特性，感知生活的美感與創新運用。			

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂若參考領綱，必須至少 2 領域以上				
一							
二 、 八	認識香草植物/7 節	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健體 1a- I -2 認識健康的生活習慣	健體 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 生活 C-I-1 事物特性與現象的探究	1.能認識常見香草植物的外觀特徵與氣味，並描述其對健康生活的幫助。 2.能夠透過設計香草桌遊，將常見香草植物的外觀特徵及其健康功效，應用於遊戲規則中，幫助遊戲參與者學習如何利用香草改善健康。 3.能觀察與紀錄香草植物的生長變化，並初步探究其適合的生長條件。 4.能設計一個有關香草植物生長條件的桌遊，讓遊戲中的參與者了解不同環境（如陽光、土壤、水分等）對香草植物的生長影響，並進而將其與維持健康生活的習慣相結合。	第一～四節 一、暖身活動 1.教師展示 3 種香草植物，讓學生閉眼嗅聞並猜香味來源，引導學生分享：「你有聞過這些味道嗎？在哪裡？」接著問：「你覺得它們對我們有什麼幫助呢？」 二、發展活動一 1. 學生實際觀察與觸摸香草植物，記錄外觀特徵（葉形、顏色、味道） 2. 介紹每種香草的用途與健康效益（如：幫助消化、提神） 3.學生完成「香草觀察單」 三、發展活動三 1. 如果我們學校吸引很多人來參觀，要透過遊戲讓遊客認識這些香草，動動腦，我們可以設計哪幾種遊戲來進行？ 2. 老師：「我提議翻翻樂。各位小朋友覺得翻翻樂的遊戲規則是什麼呢？」 3. 提問：「要玩這個遊戲，需要製作哪些器材呢？我們下次一起動手做一做。」 4. 老師：「還有什麼樣的桌遊可以設計呢？我們一起來想想，並規劃一下要準備那些器材？」 四、綜合活動 1. 學生口頭分享觀察結果與香草的健康用途。 2. 教師統整：「香草植物除了香味好聞，還可以幫助我們身體更健康，是一種天然的好幫手。」 第五～七節 一、暖身活動 觀察不同狀態的三盆香草 二、發展活動一 1.觀察與紀錄三盆植物的差異（高度、葉色、茂密程度） 2.討論與分享哪一盆長得最好及其可能原因	學習單一、二 評量表一、二、三 實作評量 口頭報告	校園內的香草、三盆香草、香草觀察單、觀察紀錄單、平板、紙張、彩色筆、卡片、骰子等

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				
					三、發展活動二 1.設計桌遊。 四、綜合活動 每組學生展示自己的桌遊設計，並簡單介紹其規則與設計理念。全班討論這些遊戲如何幫助我們學習香草植物及其對健康生活的影響。		
九 、 十	種植香草/2	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健體 1a- I -2 認識健康的生活習慣	健體 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 生活 C-I-1 事物特性與現象的探究	1.主動參與種植香草的過程，表現出對植物生長過程的好奇與探究，並能夠描述不同香草對健康的益處。 2.反思並表達種植香草活動如何促進他們對健康生活方式的認識。	一、暖身活動 1.簡單回顧香草名稱與相對對健康的益處。 2.介紹今天任務：規劃在香草園上種植香草。 二、發展活動 1.種植步驟介紹。 2.田地規劃與分配。 3.實際種植。 4.香草照護與後續觀察的規劃。 三、綜合活動 回顧今天的學習過程。	實作評量 口頭報告 評量表四	香草苗、培養土、鏟子、鋤頭、噴霧器
十一 、 十三	香草家族隊旗隊呼設計製作 /3	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健體 1a- I -2 認識健康的生活習慣	健體 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 生活 C-I-1 事物特性與現象的探究	1. 能透過觀察香草，形成精神形象，設計成團隊隊呼，鼓勵自己的生活心態，增進健康生活。 2. 能透過觀察香草，發揮創意，設計並繪製團隊的隊旗，以香草意象促	第一節 暖身活動： 回顧對香草的感覺。 發展活動一： 1.根據觀察到的香草特徵，討論並創作出能表達香草精神的隊呼	實作評量 口頭報告 評量表五、六	評量表六 文具、紀錄紙

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				
				進對健康生活的正向行為。	2.每組選擇一個香草來設計隊呼，並進行隊呼表演。 3.練習隊呼。 綜合活動： 1.各組輪流展示隊呼，並解釋選擇香草的原因。 2.教師引導討論：為什麼隊呼中的香草能夠帶來正向健康的心態？ 第二～三節 暖身活動：介紹香草的視覺特徵，討論香草的形狀、顏色等特點 發展活動： 1. 選擇自己喜愛的香草，討論並繪製隊旗設計（可以畫上香草的圖案，並寫上健康的口號） 2. 討論香草圖案與設計如何促進健康行為，例如：健康飲食、運動、心情放鬆等。 綜合活動： 展示自製的隊旗，並解釋設計的想法與香草如何代表健康行為。		
十四、十五	左手香膏製作 /2	生活 3-I-1 願意參與各種學習。活動，表現好奇與求知探究之心。 健體 1a- I -2 認識健康的生活習慣	健體 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 生活 C-I-1 事物特性與現象的探究	1. 了解香草與身體健康的關係。 2. 製作可以幫助身體健康的香草小物。	活動一：香草膏的介紹 1.老師準備一些市售的香草膏，讓學生看看裡面的成分和價錢。 2.老師準備一些之前製作好的香草膏給學生看，並塗抹試用。 活動二：採摘香草 1.老師介紹各種香草的成分和功用。 2.老師帶領學生到學校的香草園採摘各種香草，包括：左手香、迷迭香、薄荷、茶樹、薰衣草、天竺葵等等。 3.把採摘好的香草清洗乾淨並晾乾。 活動三：茶樹左手香膏製作 材料： • 左手香 200 克 • 橄欖油 200 克 • 蜂蠟 50 克	實作評量 口頭報告 評量表七	製作流程表 材料： 左手香、橄欖油、蜂蠟、精油 茶樹+薄荷+檸檬精油、薄荷腦、瓦斯爐、鍋子

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				
					• 精油茶樹+薄荷+檸檬精油各 2cc. • 薄荷腦 15 克(孕婦及幼童不宜) 作法： 1.用大約 300g 的橄欖油倒在鍋裡，小火加熱，逐次放入左手香葉，小火炸出左手香葉的精華，直到葉片漸漸縮小顏色變深就可以。 2.用濾網過濾掉葉渣。 3.加入蜂蠟攪拌，隔水加熱攪拌到蜂蠟溶化。 4.加入薄荷腦。 5.待稍微降溫後加入精油。 6.倒入準備好的瓶罐中就可以了。 7.學生可以自行調配不同的香草油，作成複方香草膏它們的功用也不同喔。 活動六：分享試用心得與推廣 1.學生把做好的香草膏帶回家給全家人試用。 2.把自己與家人試用後的效果、以及心得感想與大家分享。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂若參考領綱，必須至少 2 領域以上				
十六、二十一	味覺饗宴/6	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健體 1a- I -2 認識健康的生活習慣	健體 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 生活 C-I-1 事物特性與現象的探究	1. 學生能參與香草味覺體驗活動，並表現出對不同香草風味的好奇心，說出個人感受與喜好。 2. 學生能透過觀察與比較，覺察香草植物對身體健康的可能益處，並說出自己可以實踐的健康飲食行為。	第一節 ● 準備活動 1.教師準備香草植物（如薄荷、羅勒、迷迭香）。 3.準備味覺記錄單，讓學生記錄感受。 一、暖身活動 1.教師出示香草植物，問學生：「你們知道這些植物嗎？它們有什麼特別的地方？」 2.問學生：「你們覺得香草的味道會是什麼樣的？」引發學生的好奇心。 二、發展活動 1.學生依序聞香草葉片，並用形容詞描述其味道。 2.教師引導學生討論： · 哪種香草的味道最特別？ · 有沒有一種香草的味道讓你想起某個地方或回憶？ · 為什麼你喜歡或不喜歡某種香草的味道？ 3.學生在味覺記錄單上填寫自己的感受與喜好。 三、綜合活動 1.學生分享自己最喜歡的香草及其原因。 2.教師總結：每個人對香草的感受不同，這是因為每個人的味覺經驗獨特。 3.提問學生：「你們覺得香草除了好聞，還可以做什麼呢？」引導學生思考香草的其他用途。 第二~三 3 節 一、暖身活動 到香草園摘香草葉，聞一聞香草刺激嗅覺與視覺 二、發展活動 1.辨認香草的氣味 2.刺激嗅覺與視覺，並連結生活相關經驗。 3.建立各種氣味與實際物品的認知連結。 4.認識乾燥香草的方法，倒掛、插在容器中並擇一製作。 5. 讓學生學習與同儕討論、分工合作、尊重他人的精神。	實作評量 評量表八	校內香草 薰衣草、迷迭香、 芳香萬壽菊 量杯 泡茶器 透明杯子

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂 若參考領綱，必須至少 2 領域以上				
					6.放置在適當的場所陰乾香草 7.教師示範如何泡香草茶，並提醒注意事項。準備活動 1.準備健康飲食行為的行為卡片（如「每天喝水」、「多吃蔬菜」等）。 一、暖身活動 1.教師提問：「你們知道香草除了好聞，還有什麼用途嗎？」 2.播放一段介紹香草健康益處的短片，引發學生的興趣。 二、發展活動 1.學生根據資訊，將香草植物與其健康益處配對。 2.教師引導學生討論： · 為什麼香草對我們的健康有幫助？ · 我們可以如何在日常生活中使用香草來促進健康？ · 健康飲食行為與使用香草有什麼關聯？ 3.學生選擇一種香草，設計一個健康飲食行為計畫。 1.學生分享自己設計的健康飲食行為計畫。2. 教師總結：香草是自然的健康資源，我們可以在日常生活中善加利用。 3. 提問學生：「你們下次會如何在家中實踐這些健康行為？」引導學生思考實踐的方法。		

南投縣 田豐 國民小 學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第二學期】

課程名稱	田豐好生活	年級/班級	二年級/ 甲班
彈性學習課程類別	☒ 統整性(■主題□專題□議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程	上課節數	每週 1 節，20 週，共 20 節
		設計教師	林紀穎
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☐ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☒ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)	☐ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康關懷	與學校願景 呼應之說明	校訂課程以香草為主題，讓學生體驗小農生活，透過栽種學習尊重生命，培養感恩情懷。香草對於生活與身體有許多健康配方，學生透過運用香草，說明香草功用，奠基健康與自信的生活。
設計理念	1.鼓勵學生發現香草植物之美，進而了解植物在生活中廣泛的運用，培養學生愛護環境珍惜生命的態度，理解環境並發展主題統整探究學習精神。 2.香草課程使用混齡教學理念，採用分班/分年段，讓學生在老師的帶領之下，學習不同層次的課程，也接受適性程度的評量測驗		
總綱核心素養 具體內涵	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。	領綱核心素養 具體內涵	生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。 生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。
課程目標	1. 能樂於創新參與香草特性的探究活動與創新應用。 2. 藉由香草特性的了解，培養健康知識，促進身心健康與疾病預防。 3. 藉由瞭解香草的特性，感知生活的美感與創新運用。		

教學進度		學習表現	學習內容				教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂若參考領綱，必須至少 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	自選/編教材須經課發會審查通過
一							
二、九、十四、十七、二十一	陪香草長大/10 節	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健體 1a- I -2 認識健康的生活習慣	健體 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 生活 C-I-1 事物特性與現象的探究	1.紀錄香草生長環境與現象。 2.觀察自我健康狀況，並記錄。	一、暖身活動 1.觀察寒假過後的香草園。請學生紀錄 3 點自己的發現(學習單一)。 2.整理香草園，包括除草、修剪、施肥.....等。 二、發展活動一 1.老師揭示放寒假前香草園的照片和寒假後香草園的照片。 2.提問： - 看一看我們的香草，有什麼不一樣？ - 看一看我們的香草園，有什麼不一樣？比一比，全校的香草園中，哪一種香草長的最好？哪一種香草長的不好？長得最好的香草，寒假前就長得很好嗎？還是經過寒假才長的好？長得不好的香草，寒假前就長得不好嗎？還是經過寒假才長得不好？想一想，香草長的好不好，跟哪些事情有關係？ 3.老師展示寒假中，每週的天氣預報，共 3 週。(學習單二) 4.提問： - 你們覺得寒假的天氣，如何呢？你們喜歡嗎？這樣的天氣對你的生活有影響嗎？有感冒嗎？ - 看一看，寒假中，每一天的溫度是幾度？ - 看一看，寒假中，有下雨的天數，是哪幾天？哪一種香草在這樣的天氣下，長的最好？哪一種香草在這樣的天氣下，長的不好？ 5.對照學生的生活經驗，討論和說明來認識香草生長時喜歡的氣候。 三、發展活動二 1.觀察香草園裡長得不好的香草，出現哪些現象？(頂端葉子下垂、下面葉子下垂、葉子顏色變深) 2.檢查原因：土壤缺水？還是根系受損？ 3.依據問題，執行適當的解決策略。 4.完成學習單。 四、發展活動三 1.進行校園觀察，找尋香草喜歡的地點。(學習單三) 2.先選 3 個區域來做溫度與日照的觀察與紀錄。 3.再觀察這 3 個區域的土壤與含水量。 五、發展活動四 1.從觀察的三區中選擇適合的地區，進行鬆土、整地、規劃。(學習單四、五)	評量表一 歸納出 3 項香草生長適合的環境條件 完成自我健康狀況記錄表 建造香草順利成長、繁殖的環境。	學習單一~六 森林有塊地網頁、香草植物栽培記。

教學進度		學習表現	學習內容				教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂若參考領綱，必須至少 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	自選/編教材須經課發會審查通過
					2.照顧工作的分工。 3.種植。 六、發展活動五 1.討論影響香草生長的因素。 2.討論影響我們生長的因素。 3.歸納照顧香草的方法。 4.討論與歸納照顧自己的方法。(學習單六) 七、發展活動六照顧、整理香草園。 八、綜合活動一 1.回顧自己這學期照顧香草園的點點滴滴。 2.回顧自己這學期的身體健康狀況。		
十、十三、十五、十六、十八、二十	香草美學 (含感恩活動香草禮物製)/10	生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。 健體 1a- I -2 認識健康的生活習慣	健體 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 生活 C-I-1 事物特性與現象的探究	1.觀察香草的外型與特性。 2.認識香草對個人健康的幫助。	一、暖身活動 共同討論「香草美在哪裡？」 1.放一盆香草在餐桌上，使心情開朗舒暢。 2.掛香草香包在鞋櫃或浴廁間，清淨空氣，帶來好心情。 3.拓一張香草卡片送給家人或朋友，建立良好的關係，穩定情緒。 4.貼一張 A4 香草勵志海報送給自己，為自己打氣，正向思考。 二、發展活動一 1.準備鐵鋁罐。 2.裝飾鐵鋁罐成為桌上的花器。 3.選一株香草園裡的香草，用阡插法移植到鐵鋁罐做成的花器中。 三、發展活動二 1.採摘香草，放進棉布袋。 2.一包經過捶打，一包沒有經過捶打兩種，比較兩種味道。	評量表一～二 說出 1 項香草在生活中的幫助 製作花器 製作香草香包 製作香草卡片 製作香草勵志小卡	學習單七

教學進度		學習表現	學習內容				教材 學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可學校自訂若參考領綱，必須至少 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	自選/編教材須經課發會審查通過
					3.將棉布袋放至鞋櫃或浴廁間，感受香味維持的天數。 四、發展活動三 1.採摘香草葉。 2.利用水彩，練習將葉脈、葉形拓印到卡片紙上。 3.正式將葉脈、葉形拓印到卡片紙上，做成卡片的花邊、主要圖案。 4.待顏料乾掉，加入卡片內容。 五、發展活動四 1.認識植物花語。 2.將鼓勵自己的花語寫下在 A4 雲彩紙上。 3.採摘香草，將香草黏貼在 A4 雲彩紙上。 4.護貝。 三、綜合活動 1.收集將香草小物擺放與贈送後，當事人與周圍人的反應。 2.進行方案修正。		