雙溪國小108學年度三年甲班實施家庭教育課程

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 年級 | 學期/週次 | 學習領域及單元名稱 | 時數 |
| 三 | 上/14、15 | 綜合領域—生活智慧家  -1小主人與小客人  -2快樂動手做 | 4 |
| 下/11、12、13 | 健康與體育—四、飲食與健康  -1飲食學問大  -2怎麼吃才健康 | 3 |
| 下/11 | 綜合活動—三、生活調味料  -1心情氣象臺 | 1 |

108綜合領域—生活智慧家-1小主人與小客人

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| 到同學家作客生活實踐。各組進行角色扮演的練習，小主人歡迎小客人到來。 | |
|  |  |
| 小主人準備點心飲料招待小客人 | |
| 108綜合領域—生活智慧家-1小主人與小客人 | |
|  |  |
| 小主人小客人生活實踐，注意餐桌禮儀。 | |
|  |  |
| 小主人小客人生活實踐，和樂的一起玩。 | |
| 108綜合領域—生活智慧家-1小主人與小客人 | |
|  | |
| 小主人與小客人學習單 | |
|  |  |
| 小主人小客人生活實踐，有禮貌互道再見。 | |
| 108綜合領域—生活智慧家-2快樂動手做 學習單 | |
|  | |
|  | |

健康與體育—四、飲食與健康

-1飲食學問大

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 餐前確實洗手 | 懂得感恩，拿取適合自己的飲食分量 | |
| 乾淨的用餐環境，好好享用餐點 | 餐後確實潔牙 | |
|  |  | |
| 家庭的飲食習慣會深深影響孩子，讓孩子從學校午餐分辨正確的飲食習慣，認識食物的營養與搭配，知道太油、太鹹、太甜、太辣是不好的影響。 | | |
| 健康與體育—四、飲食與健康  -2怎麼吃才健康 | | |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
| 利用每天午餐時間，讓孩子說說看，認識安全、多樣性、高纖維的食物。 | | |
| 綜合活動—三、生活調味料  -1心情氣象臺 | | |
|  | |  |
|  | |  |
|  | |  |
| 利用母親節時，寫張卡片表達對母親的愛與感謝。 | | |