

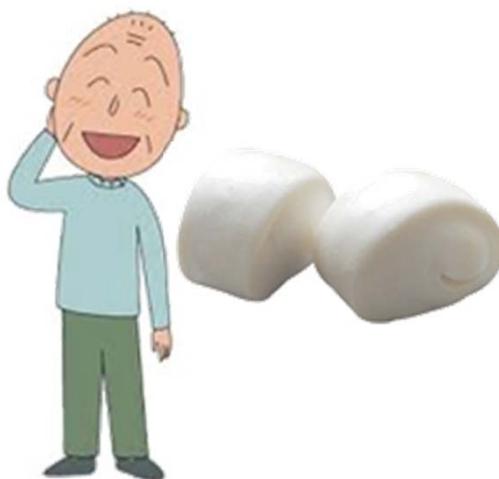
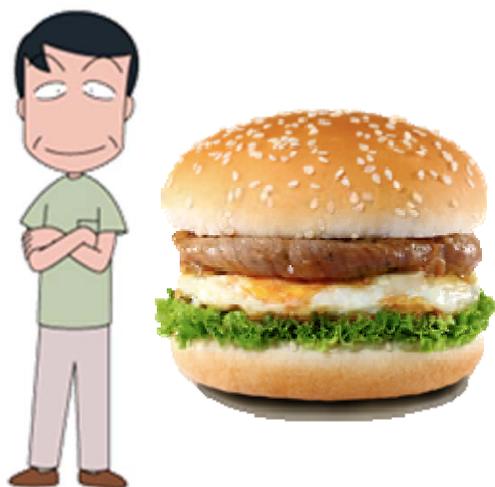
綜合活動作業示例研發經驗 與分享

高雄市楠梓國中
國教輔導團綜合活動專任輔導員
曾怡菁老師

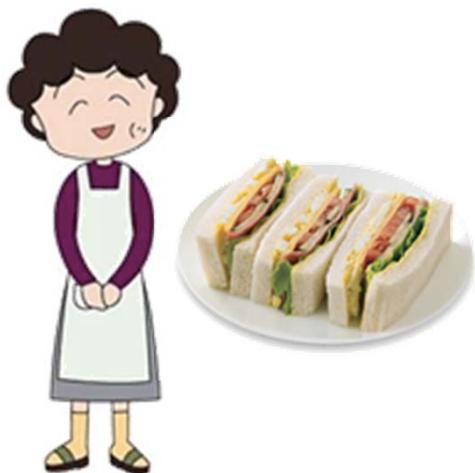


【誰來早餐】第一階段~他喜歡吃？

- 一次抽取一張角色卡。
- 平均分牌給組員(不包含角色卡)，不能看。
- 遊戲規則：
 1. 依據角色所喜歡的食物進行遊戲。
 2. 類似心臟病形式，進行依序翻牌。
 3. 翻到該角色所喜歡的食物，則必須立即拍牌。
 4. 先搶到牌的人，可以得到該回合所有的食材牌，放置於自己的得分區，若打錯牌，該回合的牌則回收放在旁。
 5. 進行3回合，最後統計誰得分最高，則為winner!

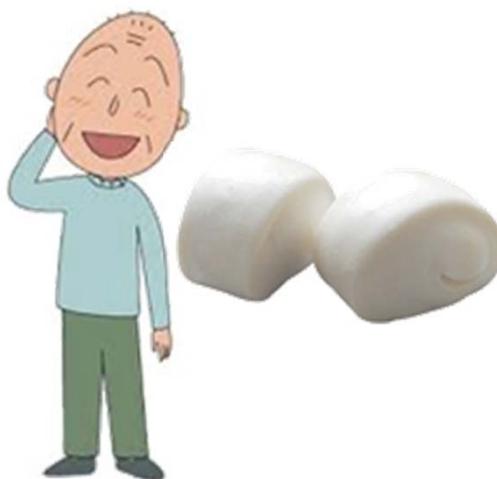
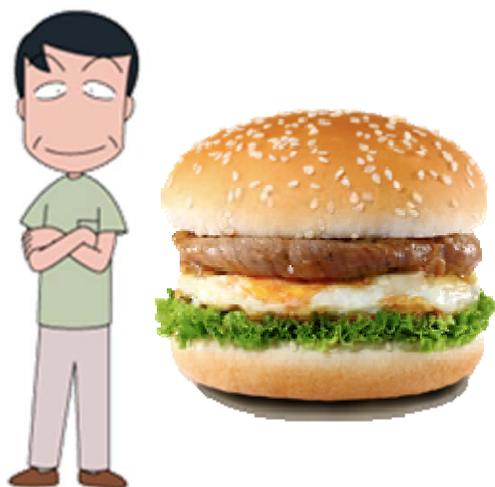


看看他~喜歡吃什麼！

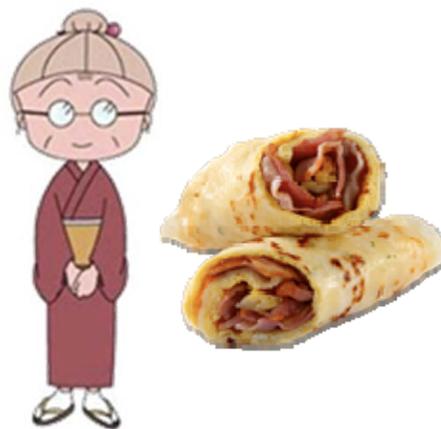
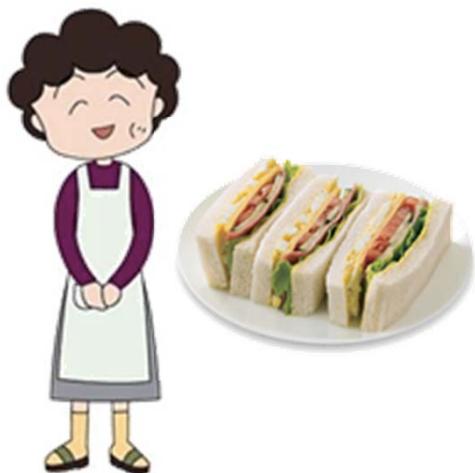


【誰來早餐】第二階段~他喜歡吃？

- 先抽取一張角色卡。
- 平均分牌給組員(包含角色卡)，不能看。
- 遊戲規則：
 1. 依據角色所喜歡的食物進行遊戲。
 2. 類似心臟病形式，進行依序翻牌。
 3. 翻到該角色所喜歡的食物，則必須立即拍牌。
 - 4. 當角色牌出現時，所出現的關鍵牌需即時更動，**
 5. 先搶到牌的人，可以得到該回合所有的食材牌，放置於自己的得分區，若打錯牌，該回合的牌則回收放在旁。
 6. 進行3回合，最後統計誰得分最高，則為winner!



看看他~喜歡吃什麼！



【誰來早餐】第三階段~飲食喜好搭配

- 每個人抽取一張角色卡（不讓其他人看到）。
- 一人依序抽四張牌（自己可看）。
- 遊戲規則：
 1. 依據角色所喜歡的食物搭配進行遊戲。
 2. 抽一張、放一張（維持四張牌），也可換大家放出的最後一張牌。
 3. 直到完成自己抽到的角色牌之早餐搭配，喊出「我可以吃了」，即成功！
 4. 進行數個回合，最後統計誰贏的最多次，則為winner！

「我可以吃了」飲食搭配



爸爸：
白飯、饅頭
蛋餅、蛋餅



爺爺：
白飯、牛奶
漢堡、沙拉



姐姐：
三明治、麵包
牛奶、沙拉



媽媽：
饅頭、蛋餅
沙拉、牛奶



奶奶：
三明治、麵包
白飯、沙拉



妹妹：
三明治、麵包
麵包、牛奶

飲食搭配討論

- 各小隊抽一個「人物&早餐套餐」
- 針對這個組合搭配，請小組討論是否合宜？若小隊認為不適合，請問應該替換何種食材？
- 請將新的套餐組合，寫於小白板上唷！



課程發展背景

營養早餐

均衡飲食

各國早餐
文化

小隊風味
餐

省思

- 和健康教育課程的差異?
- 與八年級異國文化課程的重疊性?
- 透過評量標準檢核課程的深度



課程發展背景

家庭關係

- ☆同理心
- ☆關係的修復
- ☆實踐行動
- ☆規劃能力不足

2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活的能力

飲食教育

- ★覺察家人的飲食習慣
- ★飲食搭配的重點
- ★擬定均衡菜單的能力

2-4-1 妥善計畫與執行個人生活中重要事務

喔嗨唷! My Family! ---評量標準

2-4-1妥善計畫與執行個人生活中重要事務

內容標準	表現標準				
	A	B	C	D	E
生活管理	能執行個人擬定的計畫，並評估與調整。	能依個人狀況擬訂合宜的計畫並嘗試執行。	能覺察個人在生活中處理重要事務的方法，並分析優缺點。	能表達自己在生活中處理重要事務的情形。	未達D
單元評分標準	能執行為家人擬定的早餐菜單，並評估與調整	能依家人狀況擬定合宜的早餐菜單並嘗試執行	能覺察自己與家人在生活中備置早餐的內容，並分析優缺點	能表達自己與家人在生活中備置早餐的情形	未達D

喔嗨唷! My Family! ---課程介紹

能力 指標	2-4-1妥善計畫與執行個人生活中重要事務
教學 目標	<ul style="list-style-type: none">■ 能表達自己與家人在生活中備置早餐的情形■ 能覺察自己與家人在生活中備置早餐的內容，並分析優缺點■ 能依家人個別情況，擬定合宜的早餐菜單並嘗試執行■ 能執行為家人擬定的早餐菜單，並於實作後進行評估與調整

喔嗨唷! My Family! ---課程架構

- 誰來早餐(桌遊體驗活動)

D

■ 能表達自己與家人在生活中備置早餐的情形

- Family特餐設計 (我家早餐觀察日記-飲食
搭配評估、均衡菜單設計要領)

C、B

■ 能覺察自己與家人在生活中備置早餐的內容，並分析優缺點

- 烹飪教室認識+基本烹調認識

四

- Family特餐實作

B

■ 能依家人個別情況，擬定合宜的早餐菜單並嘗試執行

五

- 料理大賞

A

■ 能執行為家人擬定的早餐菜單，並於實作後進行評估與調整

班級：_____座號：_____姓名：_____第_____小隊

我家早餐訪問紀錄



◎ 家人早餐飲食情況訪問～

大家知道家人喜愛的早餐類型嗎?家人們吃的早餐，適合他們嗎?接下來的一周要請同學仔細觀察家人的早餐飲食習慣，並記錄在下列表格嘍!

家人	飲食習慣評估	最喜歡吃 or 常吃的早餐搭配是...	優/缺

飲食習慣評估指的是有無特別挑食的食物，特別喜愛的飲食種類，是否正在節食...等等。

評量標準研發步驟

1. 正確解讀指標(抓到關鍵動詞、名詞)
2. 思考教學內容(已有教學設計?)
3. 依照教學內容研發單元評分規準
4. 依據評分規準擬出教學目標與評量目標
5. 微調教學內容(思考怎麼教出這些能力?)
6. 修改評量工具(怎麼評?)
 - (1) 思考評得出能力?
 - (2) 不宜過多(適當整併)
 - (3) 分得出ABCD?