

基隆市東信國小 108 學年度第二學期素養導向實作評量計畫

年級	四		
實作任務名稱	飲食智慧王		
評量	領域	單元	學習表現
規劃	健康領域	紀錄一天三餐飲食	1a-II-1
	健康領域	設計一天符合營養的菜單	1A-II-2
	健康領域	檢核與發表	1A-II-2
對應學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出六大營養素的名稱、來源及功能等健康基本概念與意義。 2. 能思考自己的飲食項目，是否有均衡攝取六大營養素，已了解促進健康生活的方法。 3. 能以飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態，設計出符合六大營養素的菜單。 		
學習任務內容說明	<ol style="list-style-type: none"> 1、 紀錄一天三餐飲食 2、 設計一天符合營養的菜單 3、 進行一周的檢核與發表 		