

# 106 年度食農教育融入小學優良課程方案

## 課程方案設計架構圖





## 106年度食農教育融入小學優良課程方案課程方案設計內容

課程方案名稱	「藜」情慶豐收
作品設計的特色	<p>忠義國小原住民族學生約占學生人數的七分之一，且學校屬於山坡地，除此之外，學校有位志工媽媽是原住民，有種植臺灣藜的經驗，因此我們選擇臺灣藜為本學期食農課程的作物，藉此機會讓學生認識原住民族的食物，尤其是六年級的學生們，希望在畢業前可以收成。臺灣藜麥穗代表六年來學習的豐收，當然，要有怎樣的收穫，就要先怎樣栽種。從落葉堆肥、整地、撒種、澆水、觀察、記錄、收成、去殼等每一步驟，全部都是由學生親自操作體驗的喔!這樣辛勤、腳踏實地的付出，才能品嚐到特殊、特別的美味，讓學生們體會到「盤中飧粒粒皆辛苦」!除此之外，臺灣藜麥穗越是飽滿，頭便垂得越低!對於小學六年來的豐收學習與成長，更是要用謙卑心，昂首邁向未來。</p>
課程實施對象 基本說明	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 課程對象：高年級學生</li> <li>• 適合領域：自然與生活科技、社會、健康與體育、綜合</li> </ul>
課程 方 案 理 念 與 目 的	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 與校本課程關連：             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 活動課程：食農課程屬於全校性活動。</li> <li>2. 主題統整課程：閱讀家鄉地景大地旅人行腳。</li> </ol> </li> <li>• 核心素養：系統思考與解決問題、規劃執行與創新應變、道德實踐與公民意識、人際關係與團隊合作。</li> <li>• 領域能力指標：             <ul style="list-style-type: none"> <li>【自然與生活科技】                 <ol style="list-style-type: none"> <li>1-3-1-1 能依規畫的實驗步驟來執行操作</li> <li>1-3-3-3 由系列的相關活動，綜合說出活動的主要特徵。</li> <li>1-3-5-4 願意與同儕相互溝通，共享活動的樂趣。</li> <li>1-3-5-5 傾聽別人的報告，並做適當的回應。</li> <li>2-3-2-1 察覺植物根、莖、葉、花、果、種子各具功能。照光、溫度、溼度、土壤影響植物的生活，不同棲息地適應下來的植物也各不相同。發現植物繁殖的方法有許多種。</li> <li>6-3-2-3 面對問題時，能做多方思考，提出解決方法。</li> <li>7-3-0-2 把學習到的科學知識和技能應用於生活中。</li> </ol> </li> <li>【社會】                 <ol style="list-style-type: none"> <li>1-3-9 分析個人特質、文化背景、社會制度以及自然環境等因素對生活空間設計和環境類型的影響。</li> <li>7-3-1 了解個人透過參與各行各業的經濟活動，與他人形成分工合作的關係。</li> </ol> </li> </ul> </li> </ul>

	<p>7-3-5 了解產業與經濟發展宜考量本土的自然和人文特色。</p> <p><b>【健康與體育】</b></p> <p>2-2-1 了解不同的食物組合能提供均衡的飲食。</p> <p>2-2-2 了解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。</p> <p>6-2-5 了解並培養健全的生活態度。</p> <p><b>【綜合】</b></p> <p>1-3-1 欣賞並接納他人。</p> <p>2-3-1 參與家事，分享個人維持家庭生活的經驗。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 議題融入：環境教育、家政教育、生命教育、戶外教育</li> <li>• 方案理念：讓學生親自動手體驗，並藉由觀察與記錄來瞭解農作物的生長過程，體會盤中食得來不易之辛勞，進而習得愛物惜物的態度。</li> <li>• 方案目的：藉由種植臺灣藜，讓學生觀察小學這六年來的學習與成長，就如臺灣藜麥穗般充實與飽滿，更要用謙卑心昂首邁向未來。</li> </ul>
<p>教 學 活 動 架 構</p>	<p><b>食農課程設計緣起</b></p> <p>高雄市大寮區忠義國小校地五點多公頃，可利用空閒場地很多，因此我們規畫在學校內開發了一座供師生共同參與的「開心農場」，並從 104 學年度開始推動食農教育課程，教導並帶領學生，從播種到收割均親自動手體驗農作，這是孩子們一輩子無法忘懷的記憶。每個學期亦規畫食農教育的特色課程，包含種菜、藥用植物、落葉堆肥、當季食材等各項活動的實作及記錄，並結合社區內家長、里長與相關單位，如：<u>高雄市大寮區農會四健會</u>、<u>高雄市鳳山社區大學</u>等，協助指導孩子種植農作，讓孩子體會農作過程，培養愛惜生命與大自然共生共存的環境永續觀念。</p> <p><b>食農課程願景與課程教學目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 食農課程願景：讓學生養成愛惜生命，授予與大自然共生共存並永續環境的理念，從小扎根，學會珍惜食物，瞭解人與食物、土地和環境的關係，即呼應<u>忠義國小願景</u>「悲憫胸懷大地情、知恩惜福耕本土」。</li> <li>• 課程教學目標： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能認識低碳飲食。【活動二】</li> <li>2. 能認識大寮區特色農產品。【活動三】</li> <li>3. 能自製三角飯糰。【活動三】</li> <li>4. 能體驗種植臺灣藜。【活動一、五】</li> <li>5. 能觀察與記錄臺灣藜生活史。【活動一、五】</li> <li>6. 能說出臺灣藜的生活史與營養成分。【活動五】</li> <li>7. 能認識臺灣藜與原住民的故事。【活動四】</li> <li>8. 能了解臺灣藜與原住民的歷史脈絡。【活動四】</li> <li>9. 能說出臺灣藜對原住民族的傳統用途及意義。【活動四】</li> <li>10. 能表達臺灣藜麥穗飽滿，頭垂越低。【活動五】</li> <li>11. 能與同學分享心得感想。【活動五】</li> </ol> </li> </ul>

	<p>食農課程特色、 創意與創新性</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 食農課程特色：從落葉堆肥、整地、種植、照顧、收成、去殼等過程，讓學生親自動手體驗，並藉由觀察與記錄來瞭解農作物的生長過程，體會盤中飧得來不易之辛勞，進而習得愛物惜物的態度。</li> <li>• 食農課程創意與創新性：             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本校從 104 學年度開始推動食農教育課程，每每收成後即讓學生品嚐到自己種下的蔬菜，即使僅僅是川燙過，簡單加鹽巴調味的燙青菜，卻有著無比甘甜又令人滿足的滋味！</li> <li>2. 學生們辛勤栽種的農作物分別於 104、105 年度校慶的義賣活動賣出，也將義賣所得捐贈予世界展望會。透過世界展望會，將所得能傳達到世界各個角落，能更有效的使用，亦是教導學生們要有一顆「悲天憫人之心」。</li> </ol> </li> </ul>
	<p>教 學 活 動</p>	<p><b>【活動一】忠義小農夫(共 4 堂課)</b></p> <p>壹、引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、老師請學生說說看，曾經吃過米飯中加入什麼。</li> <li>二、老師統整學生發表，如：紫米、糙米、五穀米、小米、臺灣藜…等，並帶入食用五穀雜糧的概念與意義。</li> <li>三、老師請學生發表曾經吃過這些米飯的味道、感受。</li> <li>四、老師請學生說說看對於這些米飯的認識。</li> <li>五、老師統整學生的發表，並敘述透過親自的種植讓我們能夠更理解農民的辛勤，與農作物得來不易。</li> </ol> <p>貳、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、老師介紹臺灣藜。</li> <li>二、老師說明我們要種臺灣藜的緣由。</li> <li>三、老師帶領學生至「開心農場」分配各班的農作耕地。</li> <li>四、老師向學生介紹<u>高雄市鳳山社區大學黃老師</u>，與家長志工。</li> <li>五、<u>高雄市鳳山社區大學黃老師</u>解說並示範農地整理方法、施肥、鋤頭使用與農地布置。</li> <li>六、<u>高雄市鳳山社區大學黃老師</u>帶領學生整理農地、施肥、布置。</li> <li>七、家長志工介紹氣候與種植作物—臺灣藜的關係。</li> <li>八、家長志工示範撒種，再由學生自行撒種。</li> </ol> <p>參、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、老師說明要進行臺灣藜生長的觀察與記錄的方式。</li> <li>二、老師提醒學生要到「開心農場」做觀察、記錄。</li> <li>三、老師說明學習單「料理界的紅寶石～臺灣藜」的寫法。</li> </ol>

## 【活動二】低碳飲食(共 2 堂課)

### 壹、引起動機

- 一、老師詢問學生早餐吃什麼?或是前一晚的晚餐吃什麼?這些食材是從哪裡來的?
- 二、老師引導學生思考運送食材的過程要耗費什麼。
- 三、老師統整學生的發表，並強調「吃在地好環保」，即「節氣飲食、當季食令」以及「高雄在地物產」的概念。

### 貳、發展活動

- 一、老師說明何謂碳足跡，並介紹台灣碳標籤。
- 二、影片欣賞:如何計算食物里程。  
[https://www.youtube.com/watch?v=oLiqAEt\\_lq4](https://www.youtube.com/watch?v=oLiqAEt_lq4)
- 三、老師以國外產品洋芋片、飲料等舉例說明食物碳足跡。
- 四、老師請學生發表要減少食物碳足跡的方式。
- 五、老師統整學生的發表，並說明什麼是低碳飲食，以及低碳飲食的原則。
- 六、老師請學生發表欲達成低碳飲食，我們的飲食習慣可以如何改變。

### 參、綜合活動

- 一、老師引導學生思考忠義「開心農場」種植過的蔬菜，到現在種植的臺灣藜，這種從「產地到餐桌」的食物里程，是否符合低碳飲食。
- 二、老師請學生將對「愛護地球」行動方法寫在畫有大樹葉子的全開海報上，並鼓勵大家「吃在地好環保」。
- 三、老師說明學習單「低碳飲食」的寫法。

## 【活動三】大寮特色農產(共 2 堂課)

### 壹、引起動機

- 一、老師邀請學生發表在我們居住的社區中有許多的農田，曾看過那些農作物，或是聽過誰家種什麼農作物。
- 二、老師詢問學生是否參加過「大寮區紅豆文化節」。
- 三、老師請學生發表與分享在「大寮區紅豆文化節」中看到了什麼。
- 四、老師統整學生的發表，如：在紅豆文化節現場看到了許多農產品，有稻米、紅豆、各種蔬菜、紅豆餅…等。而上一堂課當中提到的低碳飲食，就是多選用大寮地區的農產品。

### 貳、發展活動

- 一、老師介紹大寮區的特色農產品—紅豆、稻米。
- 二、老師介紹大寮區農會四健會帶領的家政媽媽，由家政媽媽們指導學生製作三角飯糰，而且使用的米飯都是大寮區種植的有機米，也是比賽用米。



### 參、綜合活動

- 一、家政媽媽解說使用電鍋煮飯的方法。
- 二、家政媽媽解說與示範三角飯糰的材料及製作方法。
- 三、學生動手DIY，自製三角飯糰。
- 四、學生享用自製的三角飯糰。
- 五、學生享用前，老師引導學生思考三角飯糰材料的來源，以及感恩大地、農夫、蚯蚓、家政媽媽、老師、同學等，並說出「感謝○○給了我們……」。
- 六、老師邀請學生分享自製三角飯糰及食用後的心得感想。
- 七、老師解說學習單「三角飯糰」的寫法。

### 【活動四】臺灣藜與原住民(共2堂課)

#### 壹、引起動機

- 一、老師邀請學生分享學習單「三角飯糰」。
- 二、老師邀請學生分享臺灣藜的生長情形。

#### 貳、發展活動

- 一、老師將學生分為四組，並給予每一組學生一主題：對於臺灣藜與原住民關係的認識，或曾經聽過的故事；臺灣藜與原住民的故事；臺灣藜與原住民的歷史脈絡；臺灣藜對於原住民族的傳統用途及意義，請學生到電腦教室查資料。
- 二、老師請各組學生將查到的資料重點寫在海報上，提醒學生字要寫大一點，並畫插圖。
- 三、老師請各組學生一一上臺分享該組所查到的資料。
- 四、其他組的同學可針對報告者提出問題。
- 五、老師對於各組報告補充說明。

#### 參、綜合活動

- 一、老師邀請學生發表了解臺灣藜與原住民故事、歷史脈絡的感想或看法。
- 二、老師統整學生的發表。

### 【活動五】粒粒皆辛苦(共5堂課)

#### 壹、引起動機

- 一、老師邀請學生分享觀察臺灣藜生長情形。
- 二、老師說明臺灣藜成熟的狀況。
- 三、老師引導學生思考臺灣藜麥穗越飽滿，頭垂越低的關係，並引申知識懂得越多要越謙虛、謙卑。
- 四、老師說明採收臺灣藜、將臺灣藜去殼的方式。





<p style="text-align: center;">相關教材 與 參考資料來源</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 相關教材： 影片《如何計算食物里程》 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=oLiqAEt_lq4">https://www.youtube.com/watch?v=oLiqAEt_lq4</a></li> <li>• 參考資料來源 <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 行政院農業委員會 <a href="http://www.coa.gov.tw/ws.php?id=21684">http://www.coa.gov.tw/ws.php?id=21684</a></li> <li>2. 一起愛台灣 <a href="http://www.17itaiwan.tw/DOC_2615.htm">http://www.17itaiwan.tw/DOC_2615.htm</a></li> <li>3. flyingV <a href="https://www.flyingv.cc/projects/8622/posts/6920">https://www.flyingv.cc/projects/8622/posts/6920</a></li> <li>4. 原穀 <a href="http://www.yuangu-quinoa.com.tw/quinoa.html">http://www.yuangu-quinoa.com.tw/quinoa.html</a></li> <li>5. 行政院環境保護署環保低碳活動平台 <a href="http://greenevent.epa.gov.tw/">http://greenevent.epa.gov.tw/</a></li> <li>6. 環境資訊中心 <a href="http://e-info.org.tw/node/114130">http://e-info.org.tw/node/114130</a></li> </ol> </li> </ul>
<p style="text-align: center;">審查加分項目</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 共同備課、社群活動紀錄</li> <li>2. 教學照片</li> </ol>