

108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱:「食」在有夠讚—我是小廚神】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 老師指導學生將教材園中當季可採收食材進行蒐集和清洗。
2. 分配各組的食譜及作法。
3. 各組將食材依不同食譜進行切絲、切塊或切丁，然後由師生一同完成料理。
4. 各組將自己小組料理的一道食材端上餐桌，讓全班一起品嚐分享。

二、實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



採收要烹煮的食材



採收教材園的地瓜葉



學生開始清洗鍋具及食材



開始備料



小組分享查詢成果



學生分工煮蛋炒飯



香噴噴的蛋炒飯完成了



學生將小番茄切半



學生開始煮番茄炒蛋



番茄炒蛋完成



老師翻炒四季豆



學生煮菜有模有樣



很下飯的醬香四季豆



學生炒地瓜葉



地瓜葉看起來翠綠又美味



拍張照片，準備開動



老師講解今日活動



學生先炒蛋絲



學生將肉絲煮熟



教師協助切蒜頭



學生燙麵條



切蔥花準備撒在麵上



老師介紹檸檬及如何用手擠汁



老師介紹青木瓜及如何食用



學生學著削青木瓜皮



將青木瓜刨絲



將辣椒切丁狀



依照自己喜歡的醬料和配料加入青木瓜絲



大家一起享用越式青木瓜絲



中年級一起大合照



大家一起採收空心菜



清洗採收後的高麗菜



加入青菜一起熬煮



大鍋菜加麵，美味上桌

### 三、教學反思

「我是小廚神」系列是讓學生從採收、清洗、切菜到烹煮的過程中，學會依不同食譜，將料理的食材端上餐桌，讓全班一起品嚐分享，實踐從產地到餐桌理念。

承辦人:

主任:

校長:

【活動課程名稱: 猜猜「果」是誰?】

一、 學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 利用繪本-愛吃水果的牛，引發幼兒對各類水果的好奇與興趣。
2. 利用眼罩蒙住眼睛，請幼兒以觸覺嗅覺辨識水果。
3. 利用神秘箱，請幼兒以觸覺、嗅覺來辨識指定之水果
4. 透過問題讓幼兒串起水果與生活經驗的聯想，加深印象。

二、 實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



介紹繪本-愛吃水果的牛



觀察實體水果外觀特徵及氣味並分享



利用眼罩蒙住眼睛，請幼兒以觸覺、嗅覺辨識指定水果。



利用神秘箱進行遊戲，請幼兒以觸覺、嗅覺辨識水果。老師也來挑戰^^



幼兒分享水果與生活經驗的聯想。

### 三、 教學反思

食農教育是強調「動手做」的體驗教育，不是灌輸知識性的內容，幼兒雖透過五官覺察各種水果特徵，但時間一久難免就忘記，若是能讓幼兒學習紀錄所見所聞，相信能對所學更為深刻。

承辦人:

主任:

校長:

【活動課程名稱: 果然好滋味】

一、 學校友善蔬果耕種課程活動說明:

- 1.看看切開後的水果剖面，你知道這是什麼水果嗎？
- 2.切開後的水果有什麼不同的形狀和變化？
- 3.準備幾種適合拼盤的時令水果，和幼兒討論這些水果可以怎麼處理？
- 4.介紹網路頁面中水果拼盤的樣式，鼓勵幼兒嘗試使用切水果的小工具，變化水果不同的外形，並發揮創意設計「水果拼盤」，最後一同享用。

二、 實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



請幼兒觀察切開後的水果剖面，並說出水果名稱。



請幼兒觀察切開後的水果，並說出有什麼不同的形狀及變化。



介紹網路頁面中水果拼盤的樣式，鼓勵幼兒發揮創意創作「水果拼盤」。



邀請幼兒一同享用「水果拼盤」。

### 三、 教學反思

為使幼兒能盡情創作，提供多樣水果，但活動後剩餘大量水果恐造成浪費...在和幼兒提出此問題後，師生集思廣益，決定打成綜合果汁送給國小部師生享用，總算順利解決問題。

辦人:

主任:

校長:

【活動課程名稱: 鳳梨好皮】

一、 學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 拿出鳳梨酵素洗手液，請幼兒看一看、聞一聞猜猜這是甚麼東西。
2. 帶領幼兒體驗使用鳳梨酵素洗手液洗手。
3. 製作鳳梨酵素洗手液。
4. 製作鳳梨酵素洗手液小書。

二、 實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



拿出鳳梨酵素洗手液，請幼兒看一看、聞一聞猜猜這是甚麼東西。



帶領幼兒體驗使用鳳梨酵素洗手液洗手。



邀請社區耆老帶領幼兒製作鳳梨酵素洗手液。



利用多樣素材製作鳳梨酵素洗手液小書。

### 三、 教學反思

從本方案合作的歷程中教師們也走了一趟「食農教育學習體驗之旅」。對於未來發展省思及挑戰，團隊教師們共同的感受：「我們似乎在短短的時間裡塞了太多的東西」，認為必須兼顧深度與廣度，避免動靜態活動總量失衡，以免學習者走馬看花，也易造成教學者身心俱疲，亦可能得不償失。

承辦人：

主任：

校長：

108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱： 蔬果授粉小偵探】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 介紹花的基本構造、植物吸引動物播種的方法及目前教材園中正在開花的蔬果，提醒學生接下來
2. 要針對目標仔細觀察
3. 帶領學生至教材園，分組實際觀察並記錄
4. 分組發表觀察結果，教師總結歸納教材園內的蔬果，其開花及授粉情形。

二、實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



教師帶領學生觀察教材園內的蔬果開花情形



學生觀察絲瓜花



觀察九層塔的花，在表格中紀錄



觀察棉花的花



拿著花朵分組發表

拿著花朵分組發表



拿著花朵分組發表

拿著花朵分組發表

### 三、教學反思

學生在三年級時就學過花的構造，因此課堂中可以更深入介紹花蕊的類型，並透過實物來做觀察和比較。因為上課的時間在下午第一節，較不易觀察到蝴蝶或蜜蜂在採蜜，秋葵則是一早開花後就閉合了，無法觀察到開花的情形，是比較可惜之處。

承辦人:

主任:

校長:

108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱: 酸甜洛神花蜜餞 DIY】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 介紹洛神花的食用部位:花萼
2. 老師帶學生到教材園採洛神花，再將採集到的洛神花清洗乾淨，並晾乾水分
- 3 將洛神花川燙 5 秒後撈起浸冰水，以保持口感脆度。撈起後的洛神花需要晾乾水分。在容器中放入晾乾後放入大容器中，加入檸檬汁、糖，攪拌均勻，放入消毒過的玻璃瓶中密封。室溫放置三天後即完成洛神花蜜餞，可以直接吃或加水沖泡成洛神花果汁。
4. 製作雞蛋餅，將洛神花蜜餞當作餡料，增添雞蛋餅風味。

二、實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



老師帶學生到教材園認識洛神花



學生剪洛神花



學生剪洛神花



採收成果



洛神花果醬

將洛神花果醬塗在雞蛋餅上當餡料



師生合影

學生合影

### 三、教學反思

洛神花在製作上比較繁複，加上果汁偏酸，所以孩子們不太喜愛。以蜜餞的方式製作，可以增加其用途，並結合雞蛋餅的教學，使洛神花蜜餞得到孩子們的歡迎，在這個課程中，除了教材園裡的洛神花，我們也使用了學生家自養自產的雞蛋來做蛋餅，落實「從產地到餐桌」的行動。

承辦人:

主任:

校長:

108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱:「食」在有夠讚—教材園零距離】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 教師先帶學生直接到校園內的教材園，實際直接採摘蔬果。
2. 透過此活動，讓學生體驗吃在地，食當季是最減碳且環保的概念。

二、實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



學生至教材園摘採小番茄



學生至教材園摘採小番茄



學生至教材園摘採小番茄



小朋友採摘小番茄，跟校長合影



新鮮番茄直接吃

蜜番茄



小孩認真地撥番茄皮

四季豆教學



先洗手再來撥四季豆

孩子將四季豆的絲撕掉



學校的四季豆沒噴灑農藥，故撥完所剩不多

大家的成果



學生採摘秋葵

每天都可以採收新鮮的秋葵



鮮嫩的秋葵用手就可以摘採



學生體驗採收秋葵



學生採收玉米



自己種植的玉米終於可以採收了



黑松露玉米



飽滿的黃玉米採收

### 三、教學反思

因為學校有一個五十坪的教材園，所以很適合教導學生「食當地」的概念，我們種植的農作物，例如：番茄、秋葵、四季豆和玉米等，藉由當小農夫到教材園新鮮採收，然後煮過食用，學生發現比外面買的吃起來更甜更美味。

承辦人：

主任：

校長：

108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱：園藝治療】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明：

1. 要針對目標仔細觀察
2. 帶領學生至教材園，分組實際觀察並記錄
3. 分組發表觀察結果，教師總結歸納教材園內的蔬果，其開花及授粉情形。

二、實施策略(活動)辦理情形：

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



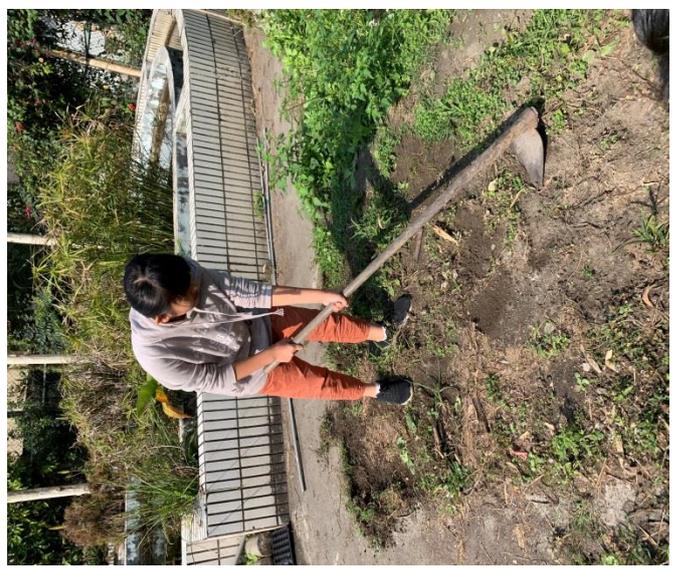
帶學生到種苗行買種子



在高樹鄉的東興種苗行買種子



教師帶學生灑播香菜種子



學生在拿鋤頭在鬆土



學生將種子種入穴盤中

抓蟲子培養學生耐心與專注力



學生在混合有機肥料

將老薑埋入土裡



教師帶領學生將玉米苗種入土裡

教師帶領學生將秋葵苗種入土裡



教師帶領學生撒播空心菜種子



學生認真地將種苗種植到土裡



每天都記得來照顧自己種下去的作物



將攀爬類的菜豆種子種下去



香氣逼人的香菜採收了



高麗菜長大了



空心菜長大了



玉米長大了

### 三、教學反思

學生平時課程學習，透過這次的食農教育活動，可以有機會從如何購買種子、育苗、施肥、抓蟲到採收等步驟都能逐一參與，不僅能讓學生多看看觀察植物生長過程，也能是一種全校性的發展性輔導，學生普遍表示透過這樣的園藝治療，身心靈都能獲得較平靜，讀起書來也更能得心應手，也更珍惜食物的來源，感謝農民在烈日底下辛苦工作的辛勞。

承辦人:

主任:

校長:

108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱: 興栽樂獲-鑑古今來農民曆】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 教師先介紹二十四節氣。
2. 請學童拿出農民曆並閱覽農民曆上的內容。
3. 教師提問:「目前一些習俗是否適合現在的日常生活」?
4. 請學生將農民曆查詢結果及想法書寫在學習單上。

二、實施策略(活動)辦理情形:

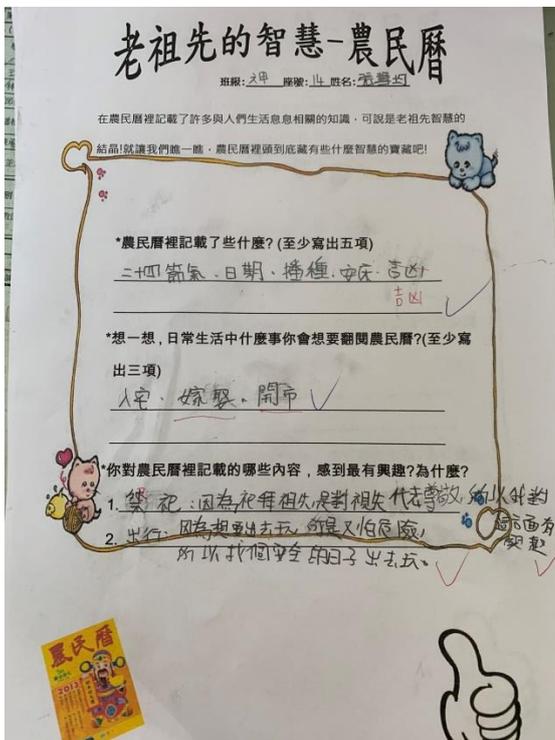
實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



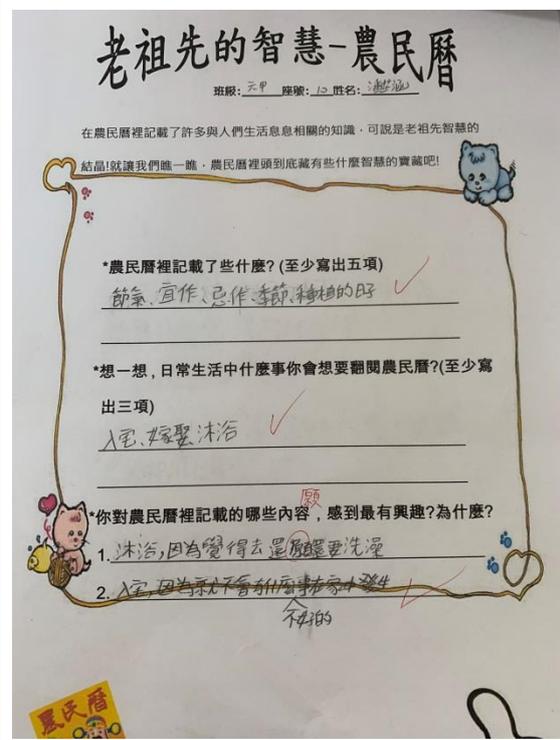
老師先介紹二十四節氣



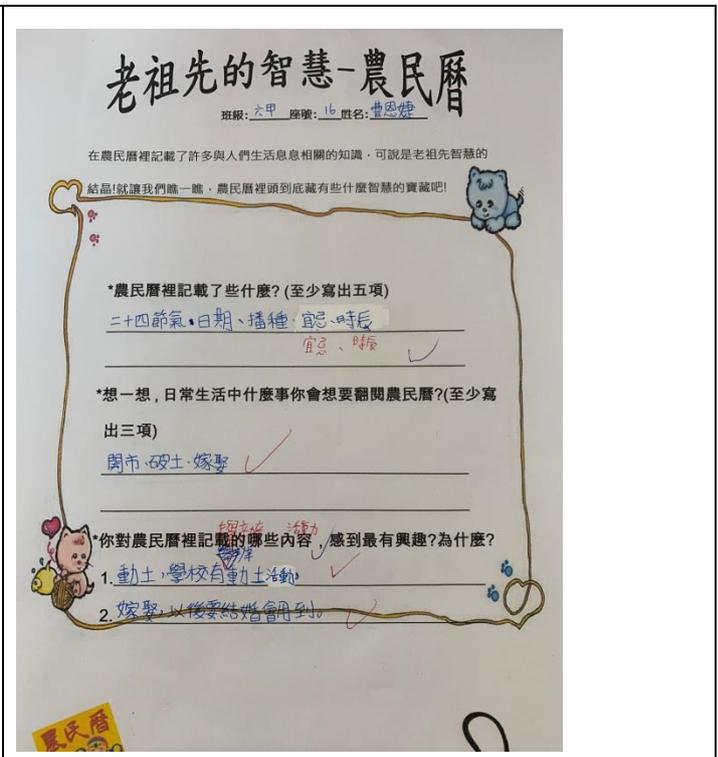
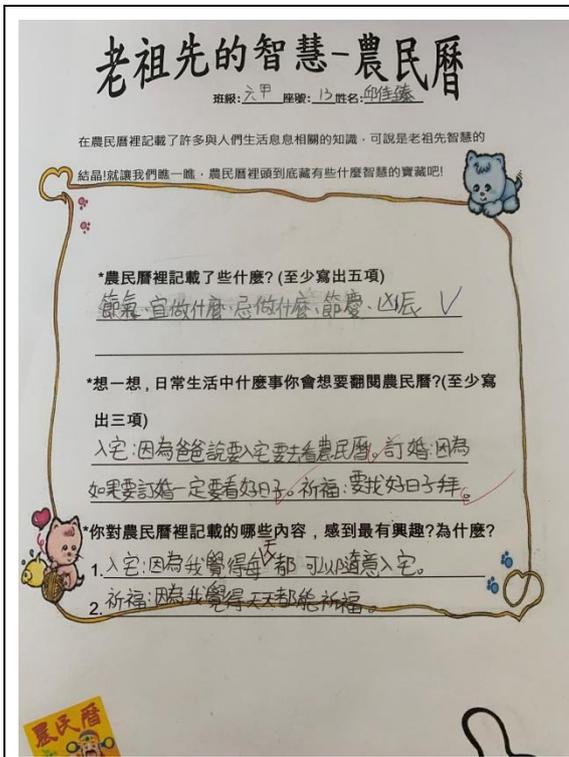
教師先介紹如何看農民曆



學生學習單內容

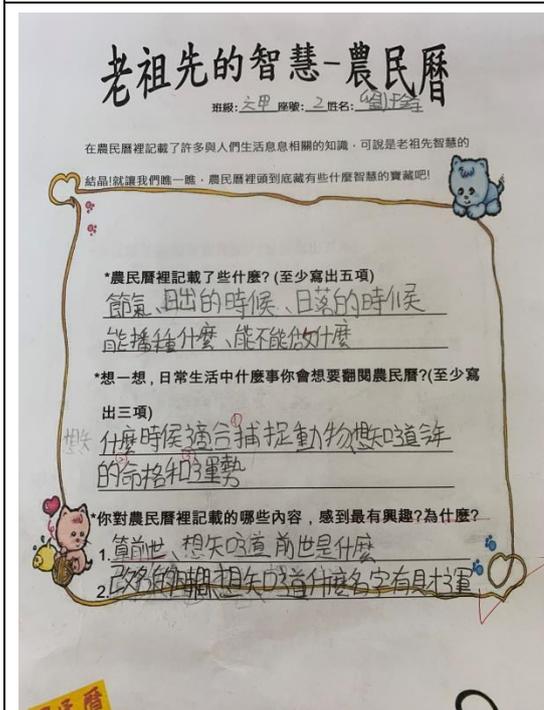


學生學習單內容



學生學習單內容

學生學習單內容



學生學習單內容

教師總結農民曆跟二十四節氣對人們生活的影響

### 三、教學反思

農民曆是古人的智慧，在農民曆裡記載了許多與人們生活息息相關的知識，可說是老祖先智慧的結晶!本校以陸海空為主軸，看傳統農民曆搭配適合種植的作物。高年級學生從活動中，透過主題式學習，建立自信，並以自我發展的基礎，培養敬天、惜物、愛人的精神。

承辦人:

主任:

校長:

108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱: 創意植物敲染】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 認識木蘭:介紹木蘭的特色和用途
2. 發給每生一塊胚布、橡膠木槌或石頭、廚房紙巾，學生將木蘭的葉子放在胚布上，設計出圖案，確認好構圖後在葉片上鋪上紙巾，用橡膠木槌敲打葉子，讓葉片的汁液拓印在胚布上。確認每片葉子都完整拓印在胚布上後，拿掉紙巾和葉子，即完成敲染作品。
3. 每位學生上台分享各自的作品及創作心得

二、實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



四甲老師介紹木蘭



介紹校園裡可作為敲染材料的植物



採集葉片



採集小花蔓澤蘭的葉片



摘取木蘭葉



設計圖案後將材料放在地上準備敲染



五甲美勞課介紹敲染



學生在地毯上用木槌進行敲染



使用石頭進行敲染



全班敲染成果



學生敲染成果-以在地鳳梨為主題加木蘭造型



學生敲染成果-以在地鳳梨為主題加木蘭造型



以泰山特產-鳳梨為主題的敲染作品



結合扶桑花和木蘭的敲染作品

### 三、教學反思

原本設計只使用木蘭作敲染，但加入校園植物如血桐、小花蔓澤蘭、扶桑花等植物，使孩子在設計圖案時能發揮更多創意，從葉形去作設計，也可以透過剪刀剪出需要的形狀，因此能創作出鳳梨的圖案，與在地特色作結合。

承辦人:

主任:

校長:

## 108 年度屏東縣花果天堂友善食農新教育-推廣友善蔬果耕種

【活動課程名稱:「食」在有夠讚--**食物里程(food miles)及碳足跡(carbon footprint):低碳標誌**】

### 一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 教師播放「能源村 食物里程」影片讓學生理解食物里程的定義。

<https://www.youtube.com/watch?v=PCZFiCOXYNk>

2. 使用 Google map，讓學生了解國外各地到台灣(屏東縣)的相對位置及遠近距離。

3. 教師先介紹碳足跡標籤(Carbon Footprint Label)，是一種用以顯示公司、生產製程、產品(含服務)及個人碳 排放量之標示方式，其涵義是指一個產品從原料取得，經過工廠製造、配送銷售、消費者使用到最後廢棄回收等生命週期各階段所產生的溫室氣體，經過換算成二氧化碳當量的總和。

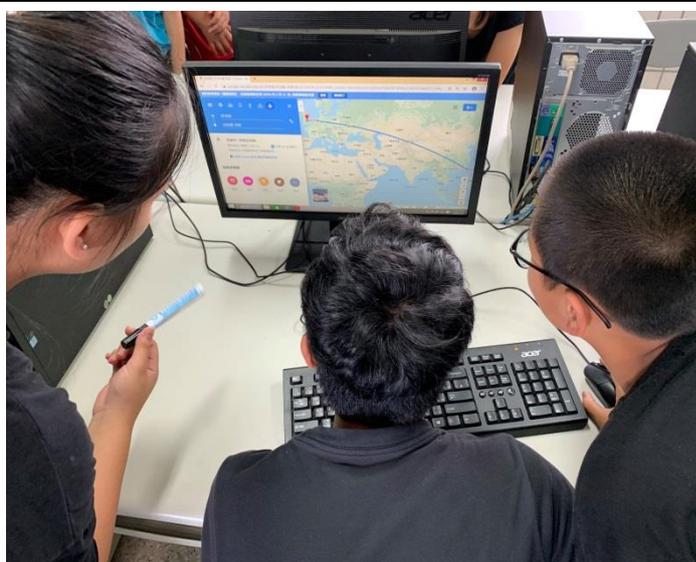
4. 透過此活動讓學生了解碳標籤制度的施行，能使產品各階段的碳排放來源透化，促使企業調整其產品 碳排放量較大的製程，也能促使消費者正確地使用產品，以達到減低產品碳排放量的最大效益。

### 二、實施策略(活動)辦理情形:

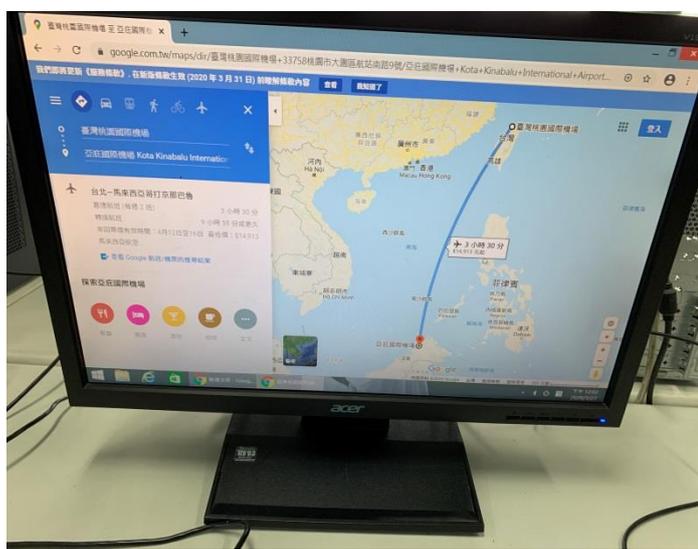
#### 實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



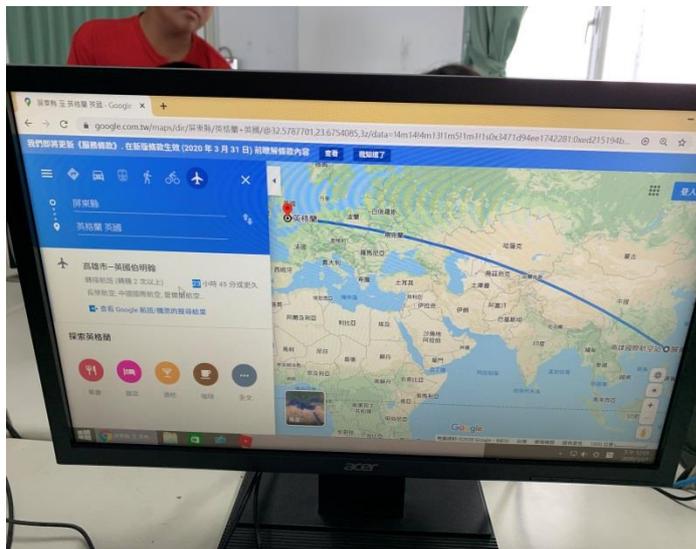
教師先介紹食物里程的概念



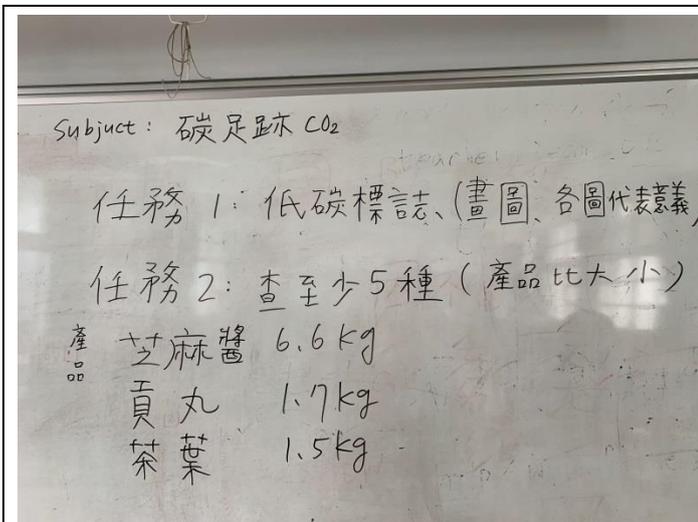
藉由 Google map 來了解各地到台灣的實際距離



學生合力查詢結果，讓學生知道世界各地到台灣的距離



其中一組查詢英國到台灣的距離



將任務寫在白板，請學生分組進行

學生利用網路上網查台灣碳足跡標籤



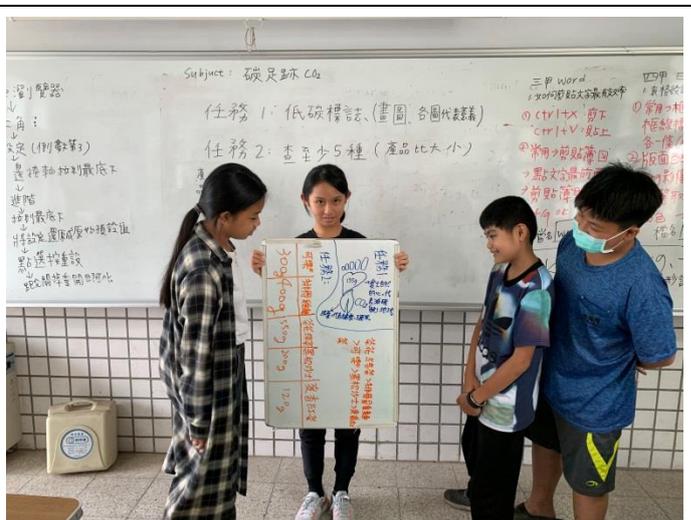
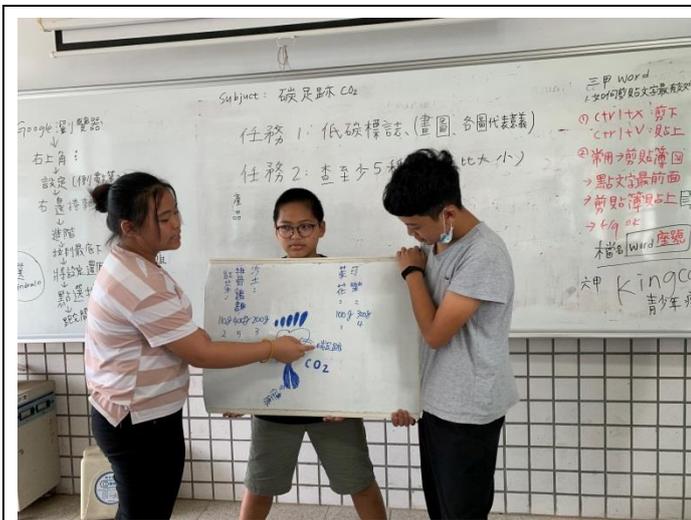
學生查詢各產品的碳足跡公克數

各組分工合作將任務達成



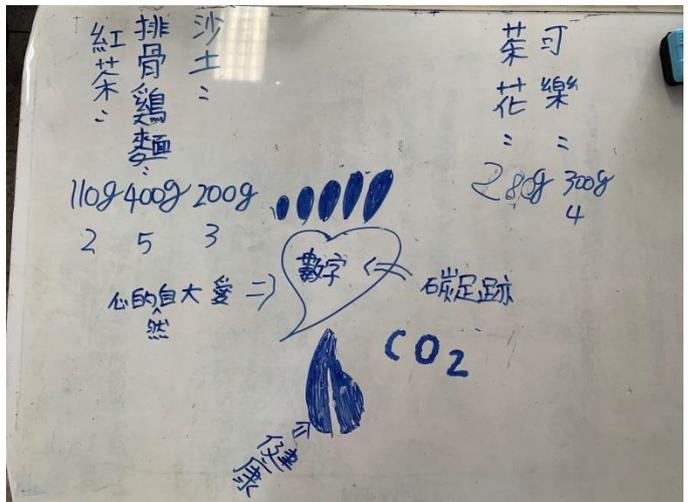
小組分享查詢成果

小組分享查詢成果



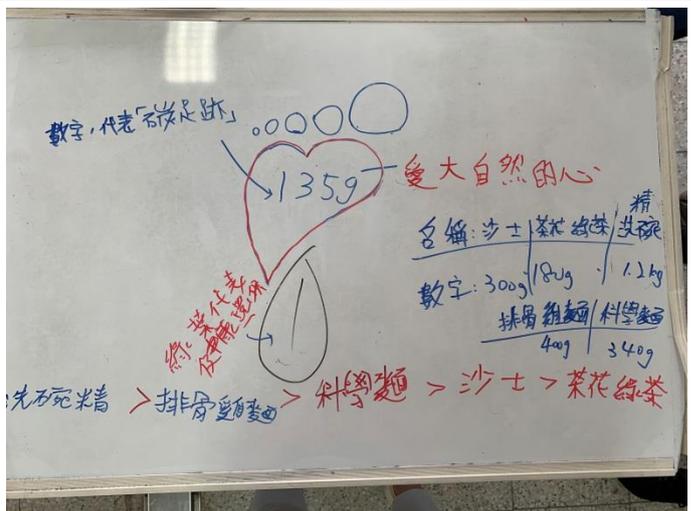
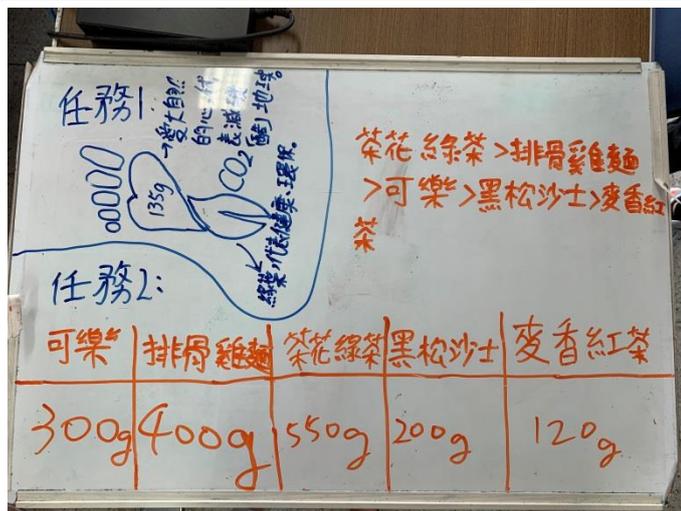
小組分享查詢成果

小組分享查詢成果



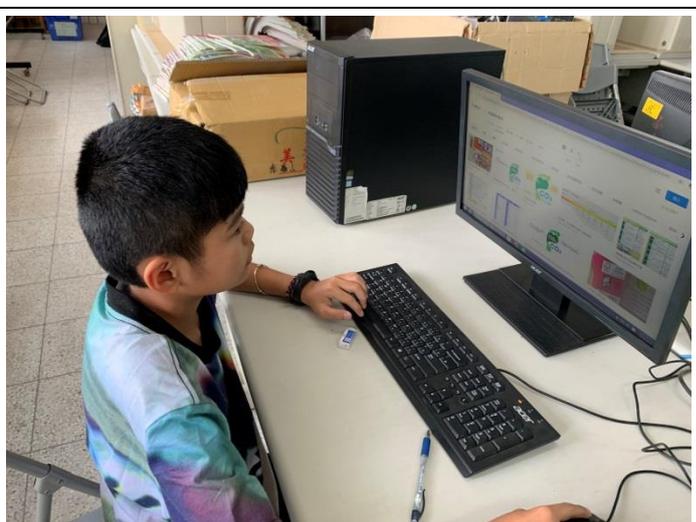
白板書寫內容

白板書寫內容



白板書寫內容

白板書寫內容



學生自主學習，深入探究

自我學習，深化知識

### 三、教學反思

此活動是先建構學生食物里程的概念，經過空運、海運等地國外食品跟在地的食品的里程數換算成碳足跡，讓學生瞭也在購買市面上產品時，應先觀察包裝袋上的碳足跡標誌。若要購買相同產品時，以公克數越少的產品作為優先購買的指標。學童透過網路查詢時發現，有些產品的碳足跡竟然有到公斤為單位，這些產品多半是再次加工為主。

學生於活動後會跟老師說他去超商購買飲料或食物時會先看包裝，響應低碳生活，大家一起來。

承辦人:

主任:

校長:

【活動課程名稱:「食」在有夠讚—廚餘堆肥自己來】

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

1. 教師請學生將學校家中廚餘帶至學校並放一個桶子裝廚餘。
2. 教師說明家庭廚餘，包含果皮菜葉與殘羹，為家庭垃圾中必有的一部份，它易腐發臭與滲水的特性，也造成垃圾清運上的困擾。如果將廚餘經過堆肥方式變成有機肥，再讓它回歸大地，是完成有機物質循環及垃圾減量的最佳方法。
3. 請學生拿著堆肥液去澆灌植物。

二、實施策略(活動)辦理情形:

實施策略(活動)辦理情形說明(至少 8 張照片)



廚餘堆肥活動



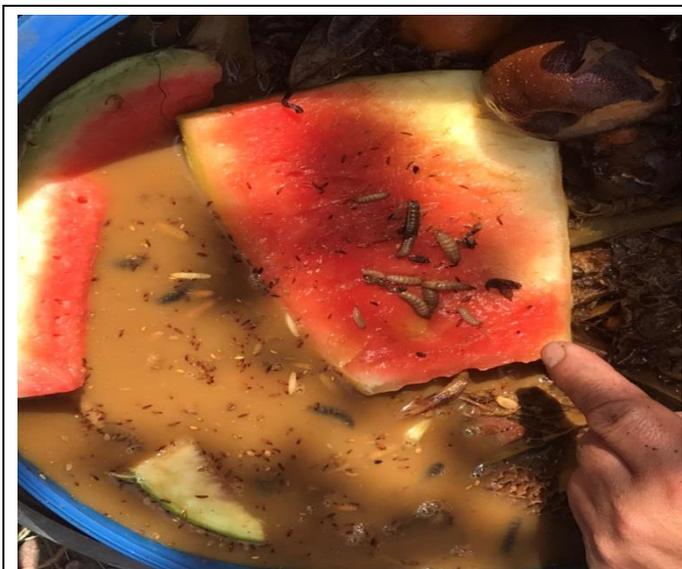
老師開始講解廚餘堆肥過程



加入學生家中及廚房的葉菜



各種果皮等加入廚餘堆肥桶



加入黑水蛇增加廚餘分解

讓學生近距離觀看廚餘分解後的產物



經廚餘堆肥液拿去澆灌植物-玉米

經廚餘堆肥液拿去澆灌植物-高麗菜

### 三、教學反思

此活動是為了讓學生瞭解家中的廚餘(如:果皮、葉菜或吃不完的食物等),加入黑水蛇的幫忙分解,用容器靜待一個月,此其廚餘堆肥液發酵後,再稀釋請學生澆灌於植物底部,這種廢物再利用,是一種環保且循環經濟。學生能更了解廢物變黃金的概念。

承辦人:

主任:

校長: