

109 年屏東縣花果天堂友善食農新教育推動
忠孝國小友善蔬果耕種實施計畫

成果報告

計畫聯絡人及單位：劉美芳/學務處衛生組

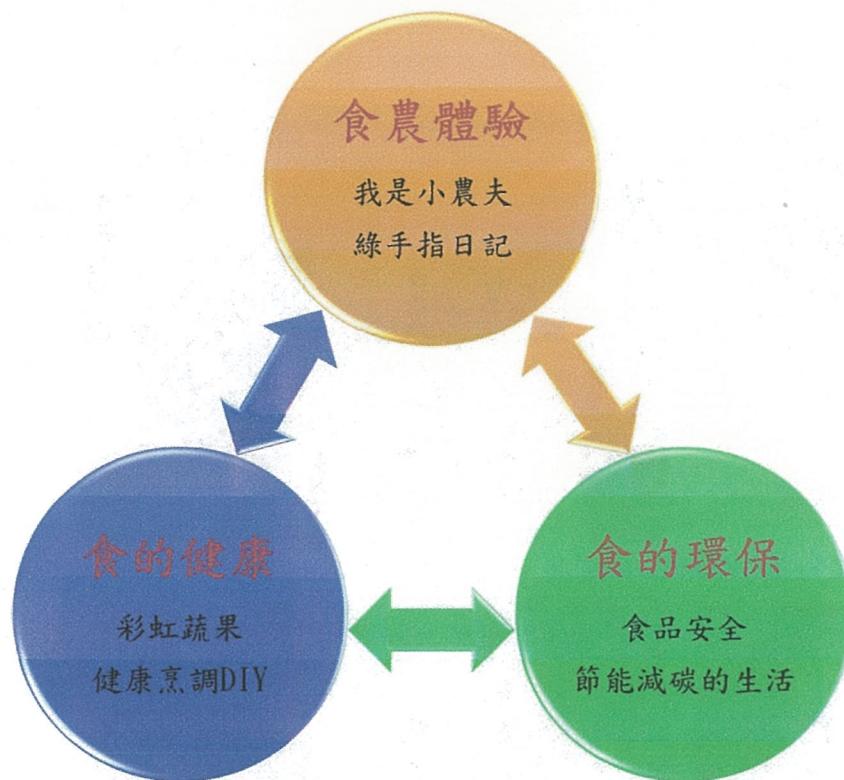
聯絡電話：0934338116

E-mail：h1pps0302@yahoo.com.tw

中華民國 110 年 2 月

壹、學校友善蔬果耕種課程活動說明：

課程架構



本課程結合自然課程「小農夫種菜」的單元，讓學生進行「農作」體驗，親自栽種、澆水、施肥、除草，看著親手栽種植物的發育成長，體認農民耕種的辛苦，進而體會「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」的實際意涵。另與綜合課程、健康課程教師協同，將彩虹蔬果與我的健康餐盤等均衡飲食的觀念融入到課程，還有美味的蔬果如何健康烹調成營養不流失的餐點，讓學生在動手操作中自然而然愛上吃蔬果。最後，邀請營養師與環境教育講師給予孩子友善種植才能有食品安全，以及在生活中節能減碳、減塑愛地球等實際的做法與觀念。

貳、實施策略(活動)辦理情形：

本課程包含三個主題課程：

- 一、食農體驗：A. 我是小農夫、B. 綠手指日記
- 二、食的健康：A. 彩虹蔬果、B. 健康烹調 DIY
- 三、食的環保：A. 食品安全、B. 節能減碳的生活

本主題課程成果依照課程架構分成三大主題，共 6 個課程成果呈現。

一、食農體驗：A. 我是小農夫、B. 緣手指日記

— A. 食農體驗(小農夫種菜)教學活動照片



自然教師共同備課



教導學生如何將種子種在盆栽



學生動手種植



學生照顧蔬菜的過程



收成滿滿好開心



加菜了，無毒有機的喔！

一-- B. 蔬果栽種的紀錄(我的綠手指日記)

<p>我是綠手指</p> <p>馬鈴薯的繁殖日記</p> <p>姓名:蔡一平</p>	<p>繁殖植物介紹</p> <p>我要繁殖的植物是: <u>馬鈴薯</u></p> <p>拿來繁殖的部位是植物的 <u>根</u>、<u>莖</u>、<u>葉</u> (請圈選)</p> <p>我收集到有關這種植物繁殖或生長的資料:</p> <p>資料重點可以用抄寫的，也可印出來用膠水貼上。</p> <p>資料來源: http://tinyurl.com/pqjw3m9</p> <p>土豆又名地瓜、甘藷、山藥、洋蕷薯、白薯等。它屬於薯蕷科，是常見的多年生草本植物，基本其根部膨大，莖葉細長，葉子互生，花黃色，有紫色，味甘，性平，無毒，可供食用外，還可以製成淀粉和酒製酒精。</p>
封面	第 1 頁
<p>第一週 觀察記錄 這是植物第一天剛種下去的樣子</p> <p>日期 用文字記錄觀察結果 10/15 沒有動靜，期待它趕快長出葉子。 10/19 還是沒動靜，有定期澆水。 10/20 完全沒動靜。</p>	<p>第二週 觀察記錄 (10月31日) 記錄有特別明顯變化的樣子</p> <p>日期 用文字記錄觀察結果 10/10 長了1~1.5公分，越來越高。 10/11 哇！有兩和四片葉子啦！(加上圖示) 10/12 高3.5cm 10/13 繼續長高中..... 10/14 高度: 18~20cm 之間。</p>
第 2 頁	第 3 頁
<p>第三週 觀察記錄 (11月4日) 記錄有特別明顯變化的樣子</p> <p>日期 用文字記錄觀察結果 10/28 莖上面怎麼黑黑的 10/29 莖長得好像一個人喔 10/30 馬鈴薯的表面乾乾的</p>	<p>我的心情與感想</p> <p>在這次照顧植物的期間，我學會了要如何細心照顧植物，並且體會到媽媽照顧我們的辛苦。雖然我的植物死掉在一個小碗裡結束了它寶貴的生命，但是我並沒有覺得死算了，我反而去請教老師要如何處理，繼續把綠手指完成，在老師的建議下，我決定改為觀察石蓮的因為他只是觀察石蓮，他的石蓮又大又肥，厚厚圓圓，還在葉子尾端長了密密麻麻的小嫩芽，看到那些小葉子，我心想是不是我種的方法不對呢？還是其他的的原因？因此我仔細觀察他種種的方法，在這時，我靈機一動，發現他是把石蓮平放在土面上，我卻是把它插在土裡面，怪不得因</p>
第 4 頁	第 5 頁

二、食的健康：A. 彩虹蔬果、B. 健康烹調 DIY

二- A. 彩虹蔬果

1. 課程內容：認識彩虹蔬果與設計我的健康餐盤

2. 成果照片：



老師帶領學生閱讀《彩虹蔬果冒險》



學生完成書中的學習單



學生看影片跳《彩虹蔬果舞》



再跳一次《彩虹蔬果舞》



學生創作《我的健康餐盤》

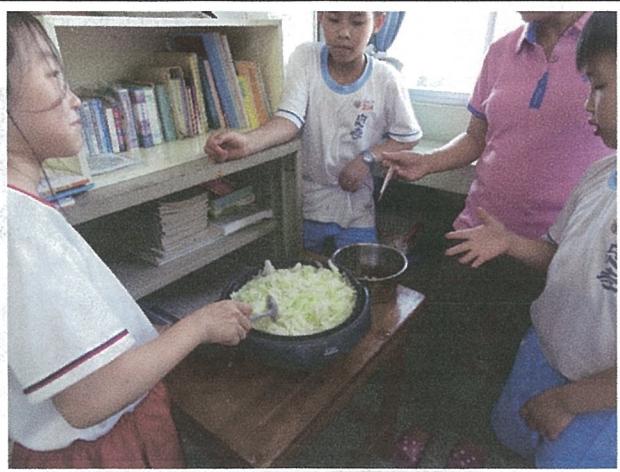


學生創作《我的健康餐盤》

二- B. 健康烹調 DIY

1. 活動主題：自種蔬菜（自然課）與健康烹調 DIY

2. 成果相片：

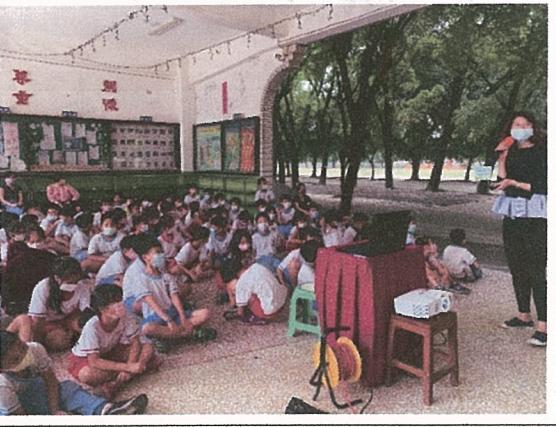
	
老師解說健康烹調的方式與好處	學生發表熱烈說出何謂健康烹調
	
學生自己動手整理挑出不好的菜葉	將整理好的蔬菜加水放入鍋中加熱
	
燙蔬菜再拌調味料好健康又美味	大家吃得津津有味品嘗自己做的健康美食

三、食的環保：A. 食品安全、B. 節能減碳的生活

100 國文五上 三一

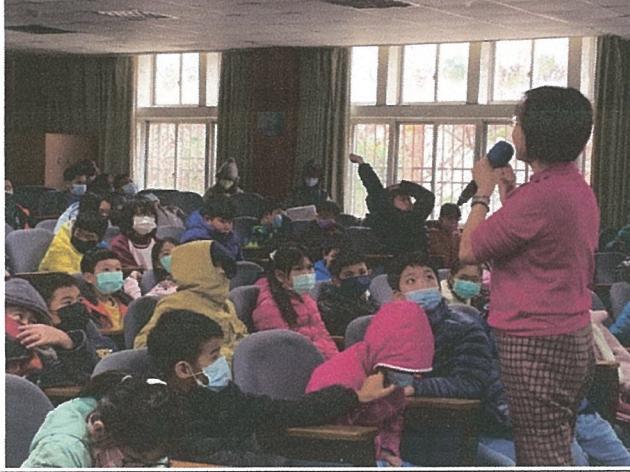
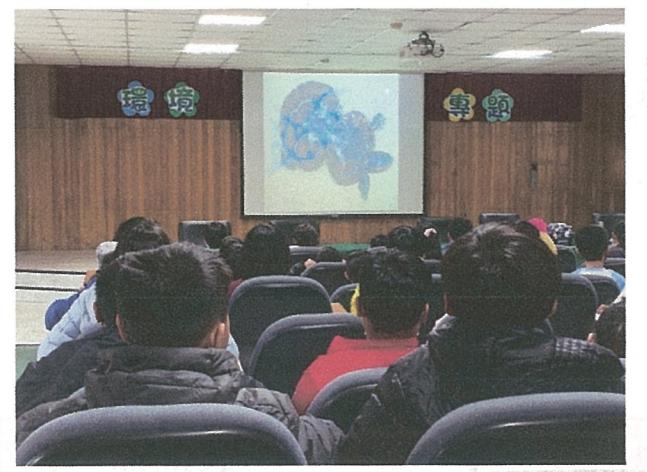
三 - A. 食品安全講座

- 一、講師：中正國中營養師
- 二、辦理日期：109 年 10 月 9 日
- 三、成果相片：

	
講師-黃瓊紅營養師開題說明食品安全	小朋友現在正在種福山萵苣所以很關心
	
食農教育的各個面向包含環保與安全	學生聚精會神地聆聽
	
剩食的問題要大家一起愛地球	進行有獎徵答，也能解決種菜的疑惑

三-B. 節能減碳的生活

- 一、講師：詹麗足校長
- 二、辦理日期：110年1月8日
- 三、活動地點：視聽教室

	
講師說節能減碳是重要的生活功課	以海龜被塑膠垃圾纏住的照片提問
	
塑膠垃圾越來越多	學生專注地聆聽並舉手回答
	
可憐的海龜被垃圾纏住到變形	老師再次叮嚀節能減碳才能有美好的未來

參、教學反思

※教師群的檢討心得：

我們學校規劃前庭閒置花圃，開設「忠孝開心農場」，並由三年級進行「小園丁學種菜」食農教育課程，每個孩子分配了「一小塊」田地，大家用小石頭、樹枝等把自己的田圍起來，插上寫有名字的標示牌，在鬆土後鋪上培養土，灑下可愛的種子。這次種植的蔬菜有葉菜類的小白菜、空心菜和油菜；花菜類的花椰菜；還有果實類的辣椒、茄子和番茄，每到下課時間，小朋友興奮的為菜苗澆水，看著蔬菜逐漸長高、葉子變大，孩子的喜悅之情都寫在臉上，更加勤奮的照顧呢。很多孩子對蔬菜的認識可能僅止於被烹煮後的樣子，透過這個教學活動，讓兒童對蔬菜有更多的了解，實際參與種植活動，體會農夫的辛苦，在過程中了解氣候、日照、水土保持、病蟲害與作物生長的關係，進而學習土地倫理、科學知識，養成珍惜食物的好習慣。

※學習者心得：

A 生. 我們從學期初就分組種菜，結果到了快放暑假才能有菜可以收成，種好久結果一下子就被我們吃完了，農夫真是好辛苦。

B 生. 為了不要用藥又能除去害蟲我們查了好多資料，種菜真是不簡單。

C 生. 我們種了小白菜、空心菜、茄子、辣椒、萵苣等等，都快被蟲吃光光，只有辣椒蟲比較不喜歡吃。

D 生. 我們每天都要早上、下午各澆一次水，還要抓蟲、除草、施肥、真是辛苦。

E. 我們吃到了自己種的青菜，雖然只是燙青菜，可是真的好好吃喔！

承辦人：

教師兼衛生組長劉美芳

主任：

教師兼學務主任劉冠吾

校長：

屏東縣立忠孝國民小學校長林春如