

109 年屏東縣花果天堂友善食農新教育推動  
麟洛國小友善蔬果耕種實施計畫

# 成果報告

計畫聯絡人及單位：許正泰/教導處

聯絡電話：08-7221670\*21

E-mail：artaigm103@gmail.com

中華民國 110 年 01 月

## 一、學校友善蔬果耕種課程活動說明:

### (一)設計理念

麟洛國小發展食農教育作為本校校本課程，以健康飲食、實作體驗、友善土地及惜福習勞作為課程發展的理念，期望能透過學校食農教育課程指導學生學習如何選擇健康食物及養成健康飲食的習慣。

### (二)活動目的

1. 教導孩子正確的飲食觀念，瞭解糧食與自身健康的關係。
2. 讓孩子重新且更具體的認識農民精神，培養孩子合作、解決問題的態度與價值觀念。
3. 讓孩子體驗生命的「豐富」是來自知足感恩，培養出尊重土地與自然的態度與能力。

(三)辦理時間：自 109 年 8 月 31 日至 110 年 1 月 20 日止。

### (四)課程規劃

本校規劃課程考量教育從小紮根，因此學校一至六年級全校學生都有參與，參與師生約 270 人，課程主題及內涵規劃如下：

授課年級	一年級	二年級	三年級
教學期程	上學期	上學期	上學期
課程內容	「蔥」明好小子 -我的蔬菜寶寶 -『蔥』明小農夫 -總鋪師上菜	庶民蔬菜 -薯來寶 -快樂小農夫 -薯趣橫生 -總鋪師上菜	天涼好個秋 -種植大不同 -小農夫體驗 -田間管理 -總鋪師上菜
課程內涵	-農事體驗 -飲食烹調 -飲食衛生	-農事體驗 -飲食烹調 -健康飲食原則	-農事體驗 -飲食烹調 -餐桌禮儀



授課年級	四年級	五年級	六年級
教學期程	上學期	上學期	上學期
課程內容	<b>長長久久的長年菜</b> -種下長年菜 -長長久久 -長保安康 -苦盡甘來 -總鋪師上菜	<b>私の櫻桃蘿蔔夢</b> -土壤知多少 -幸福小農夫 -總鋪師上菜	<b>田言祕語</b> -心事誰人知 -鋤禾日當午 -我吃故我開 -總鋪師上菜
課程內涵	-農事體驗 -飲食烹調 -節慶食物	-農事體驗 -飲食烹調 -友善土地的耕種方式 -生態體驗	-農事體驗 -飲食烹調 -六大營養素

## 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)



整地與播種



種苗與搭支架



介紹作物成長歷程



教導學生辨別病蟲害





學生分組拔雜草與除蟲



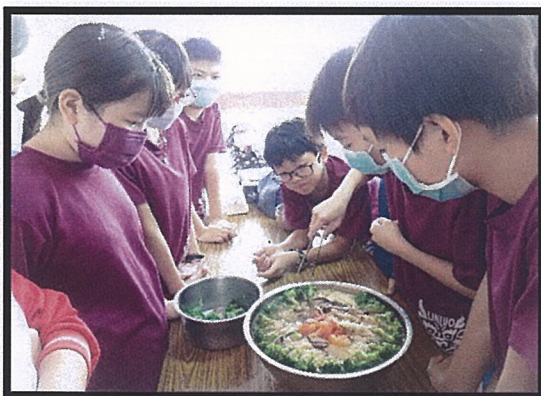
介紹認證標章與如何分辨



採收



採收



烹飪教育-五蔬米粉湯



烹飪教育-番茄炒蛋



DIY 生菜三明治



開心享用美味的三明治





來讀繪本—我的蔬菜寶寶



關心我的蔥寶寶



一起來拔草、澆水



我的蔥收成了



大家來做蔥花饅頭



好吃的蔥花饅頭

### 三、教學反思

#### (一)教師教學省思：

1. 這次票選出來的花椰菜不算是好種，因為天氣太好，雜草長得快又壯，菜蟲也是肥又多，孩子們第一次抓蟲有的嚇得哇哇叫，有人開心的玩起來，體驗更是多了一些。雖然在田間管理花了更多時間，但孩子澆水、拔草、除蟲都很開心每次要回教室都依依不捨；在烹煮方面，有了上次的

經驗，拿刀子比較不怕，每個人都嘗試拿，挑菜、處理菜、拿鍋鏟，在老師的一個口令一個動作之下合作無間，搭配健康飲食觀念，擺盤美化更是一種視覺饗宴，這種感覺很不錯。(六年級)

2. 食農是學校相當重視的課程，雖然說每星期都要帶學生到農場進行田間管理，但是看到學生到農場和大自然親近，並辛苦揮汗的拔草但仍然很快樂，最後收成後。在學校親自動手做並品嚐到自己種的蔥做的香蔥饅頭，臉上充滿幸福的笑容，覺得很棒！還把蔥帶回家中和家人分享並製作成各種的蔥料理，家長和小朋友都相當投入課程中。非常謝謝志工的協助，學校的全力支持，課程才能順利完成此項課程。(1年級)
3. 這是我第一次接觸到食農課程，雖然平常在家也會種花種菜，但是要帶著孩子們務農是頭一次，幸好學校安排了食農研習，請四健會的志工指導新進教師如何種菜，以及佳蓉老師從旁協助，讓我們班這學期能順利收成。期末的營養三明治製作剛好遇到霸王寒流，很感謝學校同仁、志工媽媽、佳蓉老師的協助，讓二年級的孩子們能夠動手製作三明治，吃到自己親手種出來的無毒蔬菜，真的是一件很幸福的事。(2年級)

## (二)學生學習心得：

1. 兆宜:一開始我原本是想種地瓜葉，但班級投票選出了花椰菜，結果我吃了花椰菜火鍋之後，整個慶幸我種了花椰菜，因為真的太好吃了。
2. 喬安:我覺得種菜是很辛苦的，因為我們種菜遇到很多問題，例如:一直長不大或是被蟲吃掉葉子……等，所以從這堂課後我就很珍惜餐桌上的每一樣食物。
3. 渝庭:這次種花椰菜我覺得更辛苦，因為花椰菜的蟲很多。採收完煮來吃，煮的過程中我有切菜、洗菜、炒菜，我覺得這次是很棒的體

驗。

4. 雲珠:我覺得這次種花椰菜很辛苦，因為花椰菜上有很多菜蟲，加上很多雜草，讓我們的花椰菜很小朵。對於這次煮花椰菜料理剛好可以跟聖誕節做結合，擺盤好看還讓廚藝進步。
5. 建中:在種菜的時候，抓蟲很辛苦，但是自己種的菜很健康不用農藥，吃的時候不用擔心農藥，這樣才是最健康的種菜方法。
6. 苡蓁:我學到了煮飯的過程、農夫的辛酸、還有天然食物的美好。在種花椰菜的時候，我們班有人甚至被曬到頭昏腦脹去保健室！所以我一定會更珍惜食物。
7. 承濤:很辛苦，我們曬大太陽、抓蟲、拔草，還有蟲居然爬到我身上，真的好可怕，但做出來的料理卻很好吃。(6年級)
8. 自己親手種的番茄好吃、新鮮又很美味。
9. 我們種的番茄每次吃起來都很軟也很有特色。
10. 家人都說我種的番茄很好吃，讓我很開心。
11. 希望下次可以種植更多不一樣種類，但一樣好吃的農產品。(4年級)
12. 婕芸:好期待每星期到奇麟農場種菜，雖然辛苦但真好玩！
13. 于鈺:種菜好辛苦，每次去農場澆水都很熱也很累，我要好好珍惜食物。
14. 品璇:種蔥真好玩！我和媽媽在家也一起做了蔥蛋，好吃又好玩。
15. 靖軒:我最喜歡到農場看自己的蔥慢慢長大，還做了好吃的蔥饅頭。
16. 可苾:親自做蔥饅頭好有趣哦！看到蔥長大好神奇哦！(1年級)
17. 栩靚:一開始我真的很怕蟲，媽媽幫我準備了手套、鏟子、雨鞋，每次拔草我都不敢碰蟲子，到最後老師叫我們幫哥哥姊姊抓菜蟲，我就不怕了。



18. 筱雯:收成的時候，我選了二棵最大的奶油萵苣，真的很像綠色的玫瑰花，好漂亮。
19. 宥佑：我帶奶油萵苣回家給阿婆煮，很好吃。
20. 子睿：我真的很會種菜喔!萵苣寶寶被我種的好大，我帶了二棵回家。
21. 甜恩：種菜很好玩，但是我不喜歡吃奶油萵苣，希望下次可以種我愛吃的菜。

### (三)家長回饋：

1. 佳玟媽媽:我覺得這個課程可以讓孩子更珍惜食物，知道菜如何種，知道農夫的辛苦，好棒的課程！
2. 丞志姑姑:讓孩子有機會學習參與與種植蔬果的經歷，更加能體會其中辛苦、珍惜食物。(6年級家長)
3. 體驗下田對現代的孩子來說十分珍貴，自己親手摘採的菜煮來吃，更覺得好吃。
4. 能讓孩子知道農作物的生長過程、體驗農民辛勞是很棒的課程!
5. 有耕耘才有收穫也可以減少碳足跡。
6. 可以讓孩子多接近了解家鄉的產物，了解身旁不是只有課本上理論，能更親近與支持在地農產品。(4年級家長)
7. 煥清的家長：這種教學方式非常贊成，可以讓學生了解植物生長過程，也懂得珍惜食物並且不浪費。
8. 瑞祥的家長：謝謝老師在學校的教導，讓瑞祥了解到很多及珍惜愛惜食物。
9. 育宸的家長：期末有簡單的烹煮活動是不錯的體驗。
10. 以樂的家長：讓孩子知道食物得來不易，從無到有，讓她更珍惜每份食物，吃的時候也懷著感恩的心。(2年級家長)



11. 芮安爸爸:教育孩子珍惜食物的觀念很棒。
12. 婕芸媽媽:讓小朋友親身體驗，才能知到農人的辛苦，進而珍惜食物。
13. 可芯媽媽:感謝老師的教誨，讓小朋友在環境領域中了解農作物的生長過程，理會萬物得之不易要珍惜心意。
14. 子澄媽媽:這是一門有趣又實用的課程，不僅讓孩子們懂得如何種植，收成農產品，最後還讓他們親手煮出食物讓全家人品嚐，實在太棒。
15. 桂筠媽媽:食農教育讓小朋友體驗自己種蔥，採收及煮料理，知道種植農作物的辛苦，很棒的課程(1年級家長)

承辦人：

教師兼  
教務組長 許正泰

主任：

教師兼  
教導主任 林文彬

校長：

屏東縣立麟洛  
國民小學校長 吳進源