

110 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： hlpps0302@yahoo.com.tw

中華民國 111 年 2 月

一、學校友善蔬果耕種課程活動說明：

本課程結合五年級自然課程「植物世界面面觀」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「誰知盤中餐，粒粒皆辛苦」的實際意涵。

一、引起動機

老師和學生討論「植物繁殖的方式」，在自然課程介紹了跟、莖、葉以及種子等繁殖方式之後，引起學生討論合適校內種植的可食植物，一方面可以觀察植物繁殖的過程，一方面可以驗證課本中的理論，故而引發學生自種蔬菜的動機。

◎討論的問題可以是「當季合適種植的蔬果是？」、「利用跟、莖、葉、種子等不同繁殖方式的蔬果有哪些？」、「那些蔬菜屬於葉菜類、根莖類、果實類或種子類？」等等。

◎對自給自足的種植者而言，如何不用農藥、化肥種出健康、安全的蔬果，我們可以怎麼做確保飲食安全？透過討論上述問題，達到「有效、安全」的目的。

二、發展活動

1. 提供當季市場上販賣的菜苗和種子並且和學生討論適合當季種植的蔬菜有哪些？請小朋友說一說自己對吃蔬菜的喜好和想法。

2. 老師提問：「為什麼市場現在只賣這些菜苗？而不賣別的菜苗？」這些菜苗哪些是以前吃過的，哪些沒有吃過？並引導小朋友認識什麼是當季適合種植的蔬菜。

3. 和班上小朋友共同決定想要種植的蔬菜是哪一種？利用課餘時間上市場購買菜苗或種子。

4. 教導學生菜苗和種子(撒播、點播)不同的種植方式及栽種後要充分澆水等注意事項。

5. 實際帶領小朋友種植當季蔬菜，老師可以依實際情況選擇種植地點，如花盆或保麗龍箱，最好能夠種植在土地上。以菜苗種植為例說明如下：

(1)栽種下去的菜苗周圍泥土不可重壓，用手播動泥土讓菜苗周圍泥土呈微凹狀，澆水時可以自然積水，讓水慢慢往下滲，有利於澆透泥土。

(2)小朋友有時會為了固定菜苗將泥土堆得高高隆起，這時可以和小朋友討論澆水的時候，水可能很快流失，難以澆透土壤。

(3)種植後，泥土鋪平再澆水也容易讓水流失，請小朋友仔細觀察並調整種植方式。

6. 引導學生討論澆水的時間、水的來源及如何在蔬菜不缺水的情況下節約用水？

總結

1. 蔬菜種植後，定期帶領小朋友觀察生長情形並管理照顧，之後全班討論並且填寫蔬菜觀察日記。

2. 討論蔬菜觀察日記內容、遭遇的問題及發表自己的感想。

二、實施策略(活動)辦理情形:

A. 食農體驗(小農夫種菜)教學活動照片



將小番茄的幼苗種在竿旁



將空心菜的種子種下土裡



每天早晚澆水各 1 次



抓蟲、施肥，都好玩



幫長高的小黃瓜綁固定繩



拔雜草也不嫌累

B. 食的健康(營養教育)教學活動照片：

一、講師:中正國中營養師

二、辦理日期:110年12月17日

三、成果相片：



小心! 癌魔王就在你身邊



營養師說吃蔬菜可以增加防禦力



食農教育的各個面向包含環保與安全



進行有獎徵答，也能解決種菜的疑惑



要對付癌魔王就要靠蔬菜中的營養



彩虹蔬果有各種植化素

C. 食的健康與美味(親手烹調)教學活動照片：

活動主題:自種蔬菜與健康烹調DIY 成果相片



收穫滿滿，好有成就感



一片一片將菜葉撥開清洗



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



大家津津有味品嚐自己做的健康美食

三、教學反思

※教師群的檢討心得：

我們學校規劃前庭閒置花園，開設「忠孝開心農場」，並由五年級進行「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萵苣、空心菜和韭菜；瓜類的小黃瓜；還有果實類的小番茄以及雜糧類的玉米，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，結果到了快放寒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：我們種了小番茄、小黃瓜、空心菜、玉米、韭菜、萵苣等等，每天都要去澆水、抓蟲，雖然辛苦，但是很好玩。

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 生：我們吃到了自己種的青菜，燙青菜再拌香油和鹽，真的好香好好吃喔！

F 生：我們的小黃瓜本來長得很高、葉子很大，可是突然葉子變黃，然後就整片都生病死了，原來蔬菜要長大是不容易的，生命都是很珍貴的！

承辦人：主任：

首長：