

農業部農村發展及水土保持署臺中分署 112 年度中苗地區農村食農教育及友善環境推廣計畫

清水本一艸堂食農教案設計構想

運用青農本身餐飲背景結合飲食健康的角度，帶入現代社會飲食導致味覺鈍化的課題，設計味覺感受體驗比較慣行耕作與友善耕作作物的差異，包含烹調、飲食設計、飲食均衡等面向，延伸至剩食議題，了解紅龍果皮多元應用，提供青年對在地的認同感，同時建立支持地方青年回鄉系統，培訓食農教育理念及推廣，成為集結餐飲、青創與在地農特產等特色，促成園區發展多元場域空間。



不同耕作的紅龍果口感分析



運用檢測表紀錄自身感受



圖 1 清水鰲峰社區-教案設計大綱

表 1 清水本一艸堂食農教案設計

方案名稱	我愛清水-泥濃我龍 果然是泥		設計者	蔡沛瑄
學習對象	國小以上親子遊客		教學時間	3 小時
學習領域	自然科學領域、綜合領域		適合人數	20 人
選用之農業作物或社區特色	紅龍果		活動場域	本一艸堂
設計理念	從味覺角度比較慣性農法與友善農法，打開味蕾感受友善土地的風土滋味		聯合國永續發展目標 (SDGs)	SDG4、SDG9、SDG12
			操作地點	本一艸堂&來來農場
食農教育法六大方針	☒ 支持認同在地農業 ☒ 地產地消永續農業 ☒ 深化飲食連結農業 ☐ 珍惜食物減少浪費 ☐ 培養均衡飲食觀念 ☐ 傳承與創新飲食文化			
農教育概念面向 (三面六項)	農業生產與環境	農業生產與安全	☒ 在地農業生產與特色 ☒ 農業生產方法 ☐ 農業相關生涯 ☒ 科技於農業生產的應用與影響 ☐ 農業與全球經濟	
		農業與環境	☒ 農業生產與環境 ☒ 農業與資源永續 ☐ 社會責任與倫理 ☐ 全球糧食議題	
	飲食健康與消費	飲食與健康	☒ 認識食物 ☐ 飲食的均衡與健康 ☐ 生命發展階段與營養 ☐ 飲食與疾病	
		飲食消費與生活型態	☒ 飲食消費行為 ☐ 食品衛生與食品安全 ☐ 加工食品的製作與選購 ☒ 地產地消 ☐ 綠色消費	
	飲食生活與文化	飲食習慣	☒ 飲食的重要性 ☐ 愉悅的進食 ☐ 分享與感恩 ☐ 進餐禮儀	
		飲食文化	☐ 在地飲食特色 ☐ 飲食與文化的傳承 ☐ 全球與多元飲食文化	
教學目標	1. 了解現代科技輔助農業生產之樣貌 2. 五感細細品嚐食物，感受食材不同的風味訓練 感官敏銳度		議題融入	智慧農業
教學材料	1. 手拿板(認識紅龍果、採收成熟度判別、採收方法) 2. 食材檢測表 3. 自編教學簡報與圖卡			

活動流程				
時間	學習項目	活動流程及內容	準備事項	地點
60 分鐘	用五感品味食材的風味，觀察慣行與友善之間的差異	準備了鮮榨及濃縮柳橙汁、紅龍果汁、友善及慣行紅龍果鮮果，透過比較觀察外觀、氣味、口感等元素，了解自己喜歡的口味，同時訓練味覺敏感度，引導多食用原形食物，同時提倡飲食習慣的重要性	柳橙汁、紅龍果汁、紅龍果鮮果、檢測表	本一艸堂
30 分鐘	果園導覽及了解田間智慧管控設備	草生栽培紅龍果園導覽，農場園主介紹果園導入智慧管理設備後，精準種植與原生產模式之間的轉變，例如有限度地利用土地，降低過度灌溉、施肥的情況，減少憑經驗管理對土壤、作物的傷害		來來農場
30 分鐘	採收方法介紹及採果體驗	1. 講解紅龍果的採收標準：花後幾天、果皮轉色程度、果形飽滿 2. 示範如何運用剪定鋏，剪兩刀將果實取下 3. 自由採果時間 25 分鐘：考驗學員是否能正確分出紅肉種及白肉種	手拿板、小籃子	來來農場
30 分鐘	紅龍果盆栽	將紅龍果莖做成盆栽種植當作學員伴手禮，讓他們也能回家種植紅龍果，將作物延續生長。	盆栽、土、紅龍果莖	來來農場
參考資料				
行政院農業部食農教育資訊整合平臺-紅龍果農產地圖				
教學附件				