

農村食農教育方案表

農業部農村發展及水土保持署

填表單位	社團法人花蓮縣原住民新部落發展協會		
聯絡人	林俊雄	E-mail	pumpkin0401@gmail.com

教案名稱	跟著山蘇學自然、下廚、玩創意		設計者	青年團隊
對象	國小中高年級		適合人數	40人
特色主題	山蘇學堂：自然×食育×手作體驗		活動時間	120分鐘
				全年度
			活動地點	山蘇園、半戶外空間
食農教育六大方針	<input checked="" type="checkbox"/> 支持認同在地農業 <input checked="" type="checkbox"/> 地產地消永續農業 <input checked="" type="checkbox"/> 深化飲食連結農業 <input checked="" type="checkbox"/> 珍惜食物減少浪費 <input type="checkbox"/> 培養均衡飲食觀念 <input type="checkbox"/> 傳承與創新飲食文化		聯合國永續發展目標(SDGs)	SDGs2 終結飢餓、 SDGs4 優質教育、 SDGs13 氣候行動 SDGs15 陸域生態
食農教育三面六項及學習內容	農業生產與環境	農業生產與安全	<input checked="" type="checkbox"/> 在地農業生產與特色 <input checked="" type="checkbox"/> 農業生產方法 <input type="checkbox"/> 農業相關生涯 <input type="checkbox"/> 科技於農業生產的應用與影響 <input type="checkbox"/> 農業與全球經濟	
		農業與環境	<input checked="" type="checkbox"/> 農業生產與環境 <input checked="" type="checkbox"/> 農業與資源永續 <input checked="" type="checkbox"/> 社會責任與倫理 <input type="checkbox"/> 全球糧食議題	
	飲食健康與消費	飲食與健康	<input checked="" type="checkbox"/> 認識食物 <input checked="" type="checkbox"/> 飲食的均衡與健康 <input type="checkbox"/> 生命發展階段與營養 <input type="checkbox"/> 飲食與疾病	

		飲食 消費與 生活型態	<input checked="" type="checkbox"/> 飲食消費行為 <input type="checkbox"/> 食品衛生與食品安全 <input type="checkbox"/> 加工食品的製作與選購 <input checked="" type="checkbox"/> 地產地消 <input checked="" type="checkbox"/> 綠色消費
	飲食 生活 與文化	飲食習慣	<input checked="" type="checkbox"/> 飲食的重要性 <input checked="" type="checkbox"/> 愉悅的進食 <input checked="" type="checkbox"/> 分享與感恩 <input type="checkbox"/> 進餐禮儀
		飲食文化	<input checked="" type="checkbox"/> 在地飲食特色 <input checked="" type="checkbox"/> 飲食與文化的傳承 <input type="checkbox"/> 全球與多元飲食文化
設計理念	<p>本課程選擇以山蘇為主題，源自於山蘇在我們所在的區域中，既是豐富且具代表性的在地野菜，也是原住民族文化的重要食材之一。透過這樣的在地資源，學員能夠更貼近自然環境，體會土地的生命力與生態系的多樣性。</p> <p>我們產業或社區周邊擁有豐富的山林資源，山蘇作為一種易於觀察與採集的野生植物，適合用來做為食農教育的入門教材。這不僅連結了我們的生活經驗，也讓學員從日常飲食中認識自然循環與生態平衡。</p> <p>藉由深入了解山蘇的生態角色、原住民文化背景及食用方式，我們希望傳遞「尊重自然、珍惜資源、永續生活」的核心價值。透過實際的採集與創意料理體驗，啟發學員培養環境覺知與行動力，鼓勵他們成為友善土地的守護者和文化的傳承者。</p> <p>我們期望透過這門課程，強化社區與學員間的連結，深化對在地文化與自然環境的認識，並激發對永續發展的責任感，讓生活不只是食物的消費，更是對土地與文化的珍惜與回饋。</p>		
活動目標	<p>1. 知識面向</p> <p>參加者將了解山蘇的生長環境、外型特徵及生態角色，認識山蘇在食物鏈中的位置及其與其他生物（如蝸牛、蛇）的互動關係。透過原住民文化故事，認識山蘇在在地飲食與文化中的重要性。</p> <p>2. 技能面向</p> <p>學會辨識山蘇與其生長環境，掌握安全且永續的採集方法，並親手製作結合山蘇的創意料理，培養實作與創新能力。</p> <p>3. 態度與價值觀面向</p>		

	提升對自然環境與在地文化的尊重與珍惜，建立永續利用自然資源的意識，並養成對食物來源的感恩與負責態度。		
	4. 經驗與感受面向 參加者能親身體驗從山林到餐桌的過程，感受自然與人類生活的緊密連結，並在互動與分享中增進團隊合作與文化認同感。		
	5. 行動面向 激發參加者將所學知識與態度落實於日常生活，成為自然友善及文化推廣的小行動者，實踐永續飲食與生活方式。		
活動流程			
時間	主題	活動流程及內容	活動整備
20分鐘	開場活動	引起動機： 一、互動式提問與推理遊戲（結合導覽觀察） 二、文化故事導入：講述太魯閣族文化，包含傳統家屋、獵人與獵寮文化等。	人力： 解說員：1人、拍攝員：1人 設備： 隨身喇叭、剪刀(或鑷刀)、籃子 活動材料： 山蘇 地點： 山蘇園
40分鐘	主要活動一	山野廚房： 全花蓮最大的山蘇種植場域就在佳民部落，而山蘇種植需要有足夠的遮陰與乾淨水源，因此本次的體驗將會讓參與者理解山蘇種植跟環境保護的關聯。一開始將會帶領參與者從山蘇認識，再到採集體驗，最後一起料理與品嚐山蘇。 (山蘇園為部落長者經營，全程導覽與採集請遵循導覽員指示，請勿自行採摘)	人力： 解說員：1人、助教4人、拍攝員：1人 設備： 卡式爐、炒鍋、鍋鏟 活動材料： 山蘇、豆豉、小魚乾、沙拉油 地點： 後山蕨起辦戶外餐廳

50分鐘	主要活動二	山蘇變變變－珍珠 DIY 大挑戰： 第二個活動將帶大家做山蘇創意料理，也透過體驗讓更多參與者認識山蘇的料理變化。	人力： 解說員：1人、助教4人、拍攝員：1人 設備： 卡式爐、平底鍋、勺子、碗、果汁機、平底盤 活動材料： 山蘇、玉米粉、黑糖 地點： 後山蕨起辦戶外餐廳
10分鐘	活動反饋	邀請參與者透過學習單分享本次參與經驗。	人力： 解說員：1人、助教2人、拍攝員：1人 設備： 紙、筆 地點： 後山蕨起辦戶外餐廳

參考資料

1. 《台灣原生植物圖鑑》
2. 《台灣低海拔生態系觀察手冊》
3. 原住民族文化知識網 <https://knowledge.gov.taipei/>
4. 《從山林到餐桌》
5. 《食農教育教學指引手冊》
6. 《戶外教育活動設計手冊》
7. 《素養導向課程與教學設計》

活動附件

後山蕨起官網 <https://0401mgiril.com/>

活動整備彙整	人力需求	解說員：1人、助教：4人(協助器具、材料整備及協助教導)、拍攝人員：1人
	活動地點	戶外空間：山蘇園 半戶外空間：後山蕨起餐廳
	設備與材料	1. 麥克風。

		2. 小型瓦斯爐或電磁爐、炒鍋、碗盤、DIY 桌面工具 3. 山蘇、豆豉、小魚乾、甜品 DIY 材料、剪刀、小籃子。 1. 4. 反饋單
	活動備案	雨天備案方案 1. 場地調整 如遇雨天，活動將移至後山蕨起室內空間或半戶外空間進行，確保參與者安全與舒適。 2. 活動內容調整 <ul style="list-style-type: none"> ● 自然觀察改為多媒體互動教學：利用影片、圖片及互動投影片介紹山蘇的生態特性及食物鏈關係。 ● 文化故事導入與討論：安排更深入的原住民文化故事分享與小組討論，促進理解與交流。 ● 創意料理 DIY：保持製作山蘇創意料理環節，室內操作確保安全與衛生。 ● 桌遊或小組遊戲：設計與山蘇、生態及食農教育相關的桌遊或問答遊戲，增加趣味性與參與感。 3. 裝備準備 備妥雨具及防滑墊，若有部分戶外行程仍可進行，確保參與者防雨且安全。 4. 溝通與提醒 提前通知學員及家長關於備案措施，提醒攜帶適合的衣物與雨具。
	活動宣傳及報名	1. 後山蕨起 fb 2. 後山蕨起官網

活動檢討與優化
1. 活動宣傳的針對性與有效性 <ul style="list-style-type: none"> ● 評估宣傳管道是否觸及目標族群，訊息是否清晰吸引。 ● 分析報名人數與目標對象的匹配度，判斷宣傳策略成效。 2. 問卷滿意度調查結果 <ul style="list-style-type: none"> ● 收集並統整參與者對課程內容、教學方式、互動活動、場地設備等各項滿意度。 ● 確認參加者最滿意的環節（如動手 DIY、文化故事分享）與不滿意或期待改進的部分（如時間安排、說明細節不足）。 3. 活動設計與執行檢討

- 檢視流程是否流暢，是否存在延誤或混亂情況。
- 評估課程內容是否符合目標對象的興趣與需求，調整教學難度與活動形式。
- 檢討雨天備案等應變措施的落實情況及改善空間。

4. 商業與品牌影響評估

- 分析活動對產品銷售的推動力，包括現場銷售數據與後續訂單情況。
- 觀察參與者的回購率與品牌信賴度變化，評估活動對品牌形象的提升效果。
- 探討是否成功吸引忠實顧客及擴展新客群。