

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x食育x手作體驗		活動時間	120分鐘
			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 <ul style="list-style-type: none"> <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 <ul style="list-style-type: none"> <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	<ol style="list-style-type: none"> 1. 知識面向 <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> 2. 技能面向 <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> 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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>
--	--

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	<p>引起動機：</p> <p>一、互動式提問與推理遊戲（結合導覽觀察）</p> <p>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。</p>	<p>人力：解說員：1人、拍攝員：1人</p> <p>設備：隨身喇叭、剪刀(或鐮刀)、籃子</p> <p>活動材料：山蘇</p> <p>地點：山蘇園</p>
40分鐘	主要活動一	<p>山野廚房：</p> <p>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。</p> <p>（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）</p>	<p>人力：解說員：1人、助教4人、拍攝員：1人</p> <p>設備：卡式爐、炒鍋、鍋鏟</p> <p>活動材料：山蘇、豆豉、小魚乾、沙拉油</p> <p>地點：後山蕨起辦戶外餐廳</p>

50分鐘	主要活動二	<p>山蘇變變變—珍珠 DIY 大挑戰：</p> <p>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。</p>	<p>人力：解說員：1人、助教4人、拍攝員：1人</p> <p>設備：卡式爐、平底鍋、勺子、碗、果汁機、平底盤</p> <p>活動材料：山蘇、玉米粉、黑糖</p> <p>地點：後山蕨起辦戶外餐廳</p>
10分鐘	活動反饋	<p>邀請參與者透過學習單分享本次參與經驗。</p>	<p>人力：解說員：1人、助教2人、拍攝員：1人</p> <p>設備：紙、筆</p> <p>地點：後山蕨起辦戶外餐廳</p>

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://knowlegde.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。