

雲林縣立斗南高級中學國中部
教學規劃與教案設計成果

表 1 單元課程架構表

單元名稱	節數	教學重點*
「食農」好安心	1+4 節	<p>係以國中一年級學生為教學對象，部定課程為基礎，使用康軒版國中綜合活動之內容做為課程教材架構。</p> <p>課程教學重點主要針對外食和食安問題規劃課程「食」在好安心，並安排學生參觀本校午餐中心，讓學生深入了解學校第一線午餐團體膳食的供應、午餐烹調方式和廚房衛生管理等。亦將糙米和農安教材—蔬果安全 Q&A 之農業資源融入課程與教學之中。</p>
好食好農	1+6 節	<p>以國中二年級學生為教學對象，部定課程為基礎，應用康軒版國中綜合活動之內容為課程教材架構。</p> <p>以吃在地、吃當季為課程教學主軸，從認識雲林各地區特色與農產品，延伸認識餐桌上的斗南食材，以及食物里程與產銷履歷等，並且安排本校國二學生到斗南鎮農會參訪。除此之外，指導學生利用斗南在地食材及所學之烹調技巧，進行烹調實作。亦將糙米和農安教材—蔬果安全 Q&A 之農業資源融入課程與教學之中。</p>
好食曆	3 節	<p>老祖宗的智慧「二十四節氣」。認識老祖宗流傳下來的二十四節氣相關知識，並結合台灣特色食材，傳遞吃食當季當令的正確飲食觀念與知識。</p> <p>透過桌遊互動式的遊戲過程，以國中一、二年級學生為對象，激起學生對節氣的思考與討論。</p>

* 若該單元之教學重點涉及本計畫提供之「農業資源參考資料」，請加以註明。

表 2 單元教學活動設計表

1. 國中一、二年級之教育部部定正式課程

(1) 國中一年級

教案名稱	「食農」好安心		設計者	柯儀明
學習領域	綜合活動領域/家政		時間	50 分鐘 / 4 節
學習對象	國中一年級		人數	每班 27~32 人 / 4 班
食農教育 概念面向	A 農業生產與環境 B 飲食、健康與消費 C 飲食生活與文化		食農教育 學習內容	A-1-1 在地農業生產與特色 B-1-3 生命發展階段與營養 C-2-2 飲食文化與傳承 A/B/C-P-4 學校午餐體驗
選用之農業 資源參考資 料 (可複選)	<input type="checkbox"/> 山蕉(香蕉) <input type="checkbox"/> 甘藷 <input type="checkbox"/> 甘藍 <input type="checkbox"/> 落花生 <input type="checkbox"/> 紅豆 <input type="checkbox"/> 番石榴 <input type="checkbox"/> 青花菜 <input checked="" type="checkbox"/> 糙米 <input type="checkbox"/> 玉米 <input type="checkbox"/> 花椰菜 <input type="checkbox"/> 鯖魚 <input type="checkbox"/> 虱目魚 <input type="checkbox"/> 雞蛋 <input type="checkbox"/> 牛奶 <input type="checkbox"/> 蜂蜜 <input type="checkbox"/> 金針 <input type="checkbox"/> 南瓜 <input type="checkbox"/> 茶 <input type="checkbox"/> 農安教材-有效清洗蔬果去除農藥殘留 <input checked="" type="checkbox"/> 農安教材-蔬果安全 Q&A			
單元設計理 念	<p>培養學生了解均衡飲食及良好飲食習慣的重要性。本單元將透過「食農」好安心主題，養成國中生健康飲食的生活能力。從前導寒假作業開始，引導學生與家人親密互動並學習基礎烹調技巧和均衡飲食；活動(一)「老外正饌」透過飲食習慣調查檢視，自己的飲食習慣與問題；活動(二)「南中大飯店—認識三章一Q」認識午餐食材三章一Q，和培養青少年健康飲食觀念；活動(三)安排本校學生參觀「南中大飯店」實際了解學校午餐的供應情形；最後活動(四)「我的餐盤：飲食衛生與健康」外食衛生與健康飲食均衡攝取。亦將糙米和農安教材—蔬果安全 Q&A 之農業資源融入課程與教學之中。</p>			
12 年課綱	表現 標準	<p>綜 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</p> <p>綜 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p> <p>綜 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。</p>		
	內容 標準	<p>家-Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。</p> <p>家-Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。</p> <p>家-Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。</p>		

		家-Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。	
議題融入	<p>環境教育 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。</p> <p>安全教育 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。</p> <p>家庭教育 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。</p>		
單元目標	<p>1.透過飲食習慣調查，了解個人的外食飲食狀況</p> <p>2.透過實地參觀午餐中心，了解食材來源與學校團膳製作與環境衛生</p> <p>3.學習與家人的溝通與親子互動</p>	學習目標	<p>1-1 能養成健康飲食生活能力</p> <p>1-2 能建立正確健康飲食觀念</p> <p>2-1 能知道四章一Q的意涵</p> <p>2-2 能清楚了解本校午餐團膳供應情形與衛生管理</p> <p>3-1 能學會基礎的烹調技巧</p> <p>3-2 能和家人親密互動與溝通</p> <p>3-3 能從生活經驗中，反思家庭關係</p>
學生學習條件分析	<p>1.已建立健康飲食的基礎觀念。</p> <p>2.對六大類基本食物的每日飲食攝取量已有初步概念。</p> <p>3.對外食選購與環境衛生有基本判斷能力。</p>		
教學前準備	<p>教師準備： 準備課程PPT、學習單和相關實地參訪聯繫工作</p>	<p>學生準備： 綜合活動課本、對學校午餐有基礎的認識、對健康飲食攝取有基本概念</p>	
教材來源 (或參考資料)	<p>斗南鎮農會安全食材守護者粉絲頁。引自： https://www.facebook.com/DouNanFamer/?eid=ARCUXpB94oInz2mAe3NsY3s1F3DxQVIzyQ9HwJw9wxLHUhN-K2GMuBh_6e2jMzCfljOstpXv3sOdZy2P</p> <p>行政院農委會 FB 粉絲頁。引自： https://www.facebook.com/coataiwan/?eid=ARAD7eruDrspQH a_kDEOijETWuTYvv8Ua7-zodLMo0dCMh5FC8wBKL17tqAFvs_pPmyUP_2RtVDFNy kz</p> <p>林毓芳（譯）（2019）。蔬菜小學堂。台北市：朱雀。</p> <p>康軒文教（2019）。國中綜合活動一下。新北市：康軒。</p> <p>產銷履歷粉絲頁。引自： https://www.facebook.com/taptaiwan/?fref=pb&hc_location=profile_browser</p> <p>黃韶顏（1993）。食物製備原理。台北縣：華香園。</p> <p>陳淑瑾（1992）。食物製備原理與應用。屏東：睿煜。</p>		

陳曉玲、林峻有 (2018)。餐桌上的地理課。台北市：三民。
雲林縣立斗南高中粉絲頁。引自：

https://www.facebook.com/%E9%9B%B2%E6%9E%97%E7%B8%A3%E7%AB%8B%E6%96%97%E5%8D%97%E9%AB%98%E7%B4%9A%E4%B8%AD%E5%AD%B8-762040107329686/?eid=ARA4L6MciPU6m4CDALIQvjRi-F0Osn3SBXgy7H5aE-T_TvefWWkc0evRPa8oVfU6xxEmHjLWc6D12Ro

學校午餐四章一 Q 專區。引自：<https://4b1q.coa.gov.tw/>

單元架構與時間分配



教學計畫*

時間	學習目標	教學流程/ 教學內容	教學資源/ 教學評量
前導 (引起動機) 寒假期間	0-1 建立親子間的親密關係 0-2 學習基礎食物烹調 0-3 學習整理資料的能力	引起動機： 我家私房菜幸福好滋味 認識家中每逢過年時常出現的家常菜(年菜)以及這道菜餚的作法和秘訣	學習和家人親密互動，和實際烹調操作練習。 國一學生需製作出一份圖文並茂的A4報告(單面)寒假作業
第一節 50分鐘	1-1 檢視個人及家人的飲食習慣 1-2 了解外食情形和潛藏危機 1-3 建立正確健康飲食觀念	活動一： 老外正饌 檢視自己和家人的飲食習慣，以及外食情形。學生覺察思考外食潛藏的問題。並融入米食飲食與健康與蔬果安全等食農問題。	課堂 PPT、康軒版綜合活動課本

第二節 50 分鐘	2-1 認識四章一 Q 2-2 培養健康飲食生活能力 2-3 建立正確飲食觀	活動二： 南中大飯店—認識三章一 Q 從青少年每日均衡飲食指南，並搭配米食飲食與健康、蔬果安全等食農問題。更進一步的認識學校午餐供應的三章一 Q。	課堂 PPT、康軒版綜合活動課本、補充教材
第三節 50 分鐘	3-1 明瞭學校午餐團膳供應情形 3-2 了解學校午餐供應之機具設備與衛生環境 3-3 培養觀察能力	活動三： 參觀南中大飯店 帶領本校國一學生實地參訪午餐中心，實際了解學校午餐供應、環境設備及衛生。	帶領學生實地參觀本校午餐中心 國一學生需完成活動記錄和學習心得。
第四節 50 分鐘	4-1 檢視自己外食消費習慣 4-2 了解外食的衛生問題 4-3 培養正確健康飲食攝取觀念	活動四： 我的餐盤：飲食衛生與健康 透過平時生活經驗的檢視，學習健康外食消費選擇，以及衛生與健康必須要注意問題。	課堂 PPT、康軒版綜合活動課本 國一學生需完成學習單，並分享學習心得。

教案設計成果			
時間	學習目標	教學流程 / 教學內容	教學資源
寒假期間	3-1 3-2 3-3	※引起動機 【寒假作業：我家私房菜—幸福好滋味】 1.請學生利用寒假期間，和家人學習作出一道家裡一定會出現的家常菜（或年菜）。並且將過程以一張 A4（單面）大小，圖文並茂的學習成果報告。	寒假作業任務單
第一節	1-1 1-2 3-3	【活動一：老外正饌】 1.引導學生思考及討論自己一天的飲食狀況和飲食習慣。	PPT 綜合活動課本

		<p>2.搭配康軒綜合活動一下課本 P.70-71，檢視自己的飲食大調查。</p> <p>3.講解每日均衡飲食指南的概念，和外在健康飲食原則。</p> <p>4.並請學生反思和全家同桌一起共進晚餐的美好時光。</p> <p style="text-align: center;">《第一節 結束》</p>	
第二節	<p>1-1</p> <p>1-2</p> <p>2-1</p>	<p>【活動二：南中大飯店—認識三章一 Q】</p> <p>1.請學生分享對南中大飯店營養午餐的感覺和想法。</p> <p>2.透過「【大享 X 食安辦】第一集學校午餐製作過程大公開」影片，來了解學校午餐的製作過程。</p> <p>3.學校午餐的設計原則，和每個月的食物日。</p> <p>4.學校午餐校園食材登錄平臺的公開資訊、三章一 Q、目前雲林縣學校午餐的時事新聞（如：每人每餐補助 7.1 元食材費、採購在地食材等）。</p> <p>5.請學生反思：想一想...剩下的學校營養午餐該怎麼辦??</p> <p style="text-align: center;">《第二節 結束》</p>	<p>PPT 影片</p>
第三節	<p>1-2</p> <p>2-1</p> <p>2-2</p> <p>3-2</p>	<p>【活動三：參觀南中大飯店】</p> <p>1.帶領學生實際參觀本校午餐中心，實際了解本校午餐的供應情形。</p> <p>2.透過實地解說，讓學生了解團體膳食的製備過程，從前處理→準清潔區→烹調區→配膳區→學生抬餐區→用餐完畢後的清潔和整理等；以及學校進貨和庫房管理等。</p> <p>3.回饋：請學生完成「學校午餐廚房參觀體驗學習單」。</p> <p>(1) 南中午餐廚房的製作動線流程與順序。(可用文字 or 畫圖說明)</p> <p>(2) 南中午餐廚房裡有哪些設備及措施，可以預防發生食物中毒?</p>	<p>學習單</p>

<p>第四節</p>	<p>1-1 1-2 2-1 2-2 3-3</p>	<p>(3) 參觀南中午餐廚房之後，讓你印象最深刻的是什麼？</p> <p>(4) 你有什麼話想告訴營養師阿姨和廚工阿姨呢？</p> <p>《第三節 結束》</p> <p>【活動四：我的餐盤—衛生與健康】</p> <p>1.請學生思考：「你每天吃的食物夠營養？夠衛生嗎??」</p> <p>2.藉由衛生福利部提出的「我的餐盤」概念，具體說明其概念和意涵。</p> <p>3.米食的營養成分，吃斗南在地的好食物。</p> <p>4.購買外食要需注意的相關事項，以及食物中毒。</p> <p>5.進行食農大挑戰活動。</p> <p>6.回饋：請學生完成「食農好安心學習單」。</p> <p>(1) 請你紀錄你的一日午餐的「我的餐盤」，並請思考一下你今天午餐多吃了什麼？少吃了些什麼？。</p> <p>(2) 若外食時，你可以怎樣選擇 CP 值高（如營養價值、健康飲食、三章一 Q 等）的食物、農產品和飲食衛生，讓你放心安心??（請列出 3 點）</p> <p>《第四節 結束》</p> <p>共 200 分鐘</p>	<p>PPT 學習單</p>
------------	--	---	--------------------

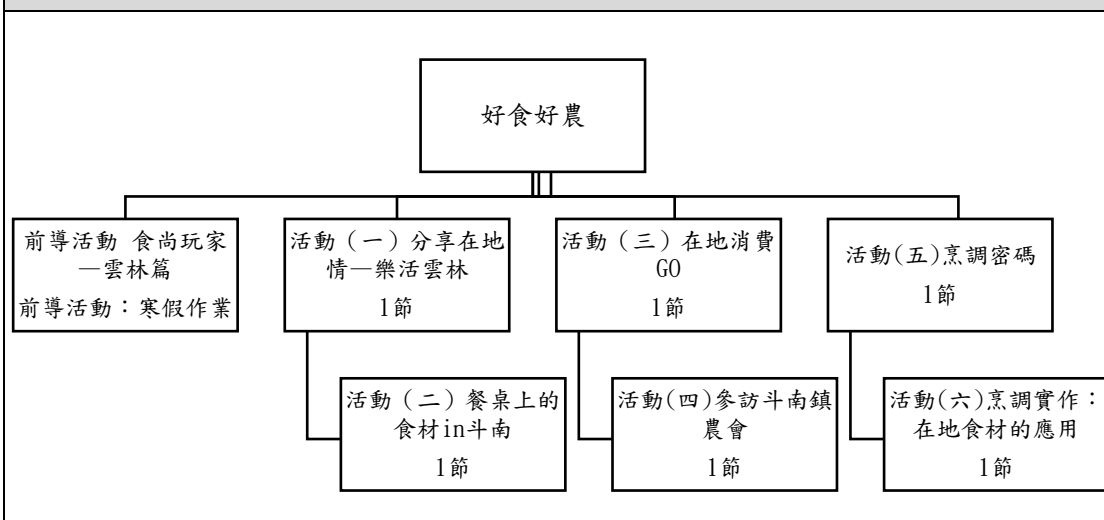
(2) 國中二年級

教案名稱	好食好農	設計者	柯儀明
學習領域	綜合活動領域/家政	時間	50 分鐘 / 6 節
學習對象	國中二年級	人數	25~29 人 / 9 班
食農教育 概念面向	A 農業生產與環境 B 飲食、健康與消費 C 飲食生活與文化	食農教育 學習內容	A-1-1 在地農業生產與特色 A-1-5 農業與全球經濟 B-1-1 認識食物 B-2-4 地產地銷 C-1-3 分享與感恩 A/B/C-P-1 烹調實作 A/B/C-P-3 農業生產/消費相關體驗
選用之農 業資源參 考資料 (可複 選)	<input type="checkbox"/> 山蕉(香蕉) <input type="checkbox"/> 甘藷 <input type="checkbox"/> 甘藍 <input type="checkbox"/> 落花生 <input type="checkbox"/> 紅豆 <input type="checkbox"/> 番石榴 <input type="checkbox"/> 青花菜 <input checked="" type="checkbox"/> 糙米 <input type="checkbox"/> 玉米 <input type="checkbox"/> 花椰菜 <input type="checkbox"/> 鯖魚 <input type="checkbox"/> 虱目魚 <input type="checkbox"/> 雞蛋 <input type="checkbox"/> 牛奶 <input type="checkbox"/> 蜂蜜 <input type="checkbox"/> 金針 <input type="checkbox"/> 南瓜 <input type="checkbox"/> 茶 <input type="checkbox"/> 農安教材-有效清洗蔬果去除農藥殘留 <input checked="" type="checkbox"/> 農安教材-蔬果安全 Q&A		
單元設計 理念	<p>讓學生能認識雲林在地好食好農。本單元將透過「好食好農」主題，希望學生對於雲林在地食材與農業有更深入的認識與體驗。前導寒假作業開始，引導學生認識雲林的農特產及覺察自己的生活經驗；活動(一)在「分享在地情—樂活雲林」了解雲林在地特色和一鄉特色產；活動(二)「餐桌上的食材 in 斗南」介紹餐桌上來自斗南的食材；活動(三)「在地消費 GO」「食物里程」的意義以及認識產銷履歷；並且在活動(四)帶領學生「參訪斗南鎮農會」；在活動(五)「烹調密碼」教導學生基礎的烹飪技巧，最後活動(六)「烹調實作：在地食材的應用」安排學生運用斗南在地食材進行烹調實作。亦將糙米和農安教材—蔬果安全 Q&A 之農業資源融入課程與教學之中。</p>		
12 年課綱	表現 標準	<p>綜 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</p> <p>綜 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p> <p>綜 2d-IV-1 運用創新能力，規劃合宜的活動，豐富個人及家庭生活。</p> <p>綜 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。</p>	

	<p>內容標準</p>	<p>家-Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家-Ab-IV-1 食物的選購、保存與有效運用。 家-Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 家-Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 輔-Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p>	
<p>議題融入</p>	<p>環境教育 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 資訊教育 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。 家庭教育 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。</p>		
<p>單元目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識雲林在地食材，以及深入了解斗南在地好食好農 2. 透過實地參觀斗南鎮農會，了解斗南在地食材與生產供應，農產品的產銷履歷 3. 學習運用在地食材，烹調製作美味佳餚 	<p>學習目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1-1 能知道雲林在地食材及特色 1-2 能了解斗南在地食材及農業 2-1 能知道農產品產銷履歷 2-2 能清楚了解農業生產及供應情形 3-1 能學會基礎的烹調技巧 3-2 能運用烹調技巧進行烹飪實作
<p>學生學習條件分析</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生熟悉自己所居住鄉鎮的農特產品。 2. 對斗南在地食材已有初步概念。 3. 對烹調技巧已有初步概念。 		
<p>教學前準備</p>	<p>教師準備： 準備課程 PPT、學習單和實地參訪聯繫</p>	<p>學生準備： 對雲林在特農特產有基礎的認識、綜合活動課本</p>	

教材來源 (或參考 資料)	<p>斗南鎮農會（無日期）。斗南友善食農小小兵之我是田僑仔冒險王 小教本—高年級。雲林：斗南鎮農會。</p> <p>斗南鎮農會安全食材守護者粉絲頁。引自： https://www.facebook.com/DouNanFamer/?eid=ARCUXpB94oInz2mAe3NsY3s1F3DxQVIzyQ9HwJw9wxLHUhN-K2GMuBh_6e2jMzCfljOstpXv3sOdZy2P</p> <p>行政院農委會 FB 粉絲頁。引自： https://www.facebook.com/coataiwan/?eid=ARAD7eruDrsPQHakDEOiJeTWuTYyv8Ua7-zodLMo0dCMh5FC8wBKL17tqAFvs_pPmyUP_2RtVDFNykz</p> <p>李宜倩（2018）。雲林食通信—春第一刊。雲林：三小文創有限公司</p> <p>林毓芳（譯）（2019）。蔬菜小學堂。台北市：朱雀。</p> <p>康軒文教（2019）。國中綜合活動二下。新北市：康軒。</p> <p>產銷履歷粉絲頁。引自： https://www.facebook.com/taptaiwan/?fref=pb&hc_location=profile_browser</p> <p>黃韶顏（1993）。食物製備原理。台北縣：華香園。</p> <p>陳淑瑾（1992）。食物製備原理與應用。屏東：睿煜。</p> <p>陳曉玲、林峻有（2018）。餐桌上的地理課。台北市：三民。</p> <p>豐年社（2018）。思維決定出路：小鎮 CEO 的添農八部轉型學。 台北市：豐年社。</p>
---------------------	---

單元架構與時間分配



教學計畫*

時間	學習目標	教學流程/ 教學內容	教學資源/ 教學評量
----	------	---------------	---------------

<p>前導 寒假期間</p>	<p>0-1 認識雲林農產食材和在地小吃 0-2 學習蒐集資料和整理資料的能力 0-3 覺察自己的生活經驗與感受</p>	<p>活動一： 食尚玩家—雲林篇</p> <p>介紹一樣最喜歡的雲林在地特色小吃或農產食材。</p>	<p>訪問當地耆老 or 專業職人，或應用 google 蒐集、圖書等方式。</p> <p>國二學生需製作出一份圖文並茂的 A4 報告（單面）</p>
<p>第一節 50 分鐘</p>	<p>1-1 認識自己所在縣市的环境特色 1-2 發表自己的生活經驗及感受 1-3 實踐對環境的關注</p>	<p>活動二： 分享在地情—樂活雲林</p> <p>了解雲林在地生活特色，以及雲林十大特色的農漁特品。</p>	<p>課堂 PPT、康軒版綜合活動課本</p>
<p>第二節 50 分鐘</p>	<p>2-1 認識斗南在地食材 2-2 培養日常選購食物的能力 2-3 培養日常生活覺察的能力</p>	<p>活動三： 餐桌上的食材 in 斗南</p> <p>認識斗南在地好食材。各食材物產特色、品種、營養成分、選購技巧、烹調方式等。</p>	<p>課堂 PPT、補充教材、學習單</p> <p>國二學生需完成學習單，並分享學習心得。</p>

<p>第三節 50 分鐘</p>	<p>3-1 認識食物里程，及比較不同來源的食物里程 3-2 認識產銷履歷農產品標 (TAP) 3-3 挑選出符合健康和環保的食物 3-4 改變對食物選擇的態度</p>	<p>活動四： 在地消費 GO</p> <p>介紹「食物里程」的意義以及對環境帶來的影響。及認識我國產銷履歷農產品標 (TAP)。</p>	<p>課堂 PPT、康軒版綜合活動課本、學習單</p>
<p>第四節 50 分鐘</p>	<p>4-1 認識在地斗南鎮農會 4-2 了解農產品的產銷和品管 4-3 培養觀察與參與能力</p>	<p>活動五： 參訪斗南鎮農會</p> <p>帶領本校學生參訪斗南鎮農會倉庫和牛肉超市，實際了解在地食物之里程和農產品產銷履歷。</p>	<p>帶領學生實地參觀斗南鎮農會</p> <p>國二學生需完成活動記錄和學習心得。</p>
<p>第五節 50 分鐘</p>	<p>5-1 了解食物烹調的概念，和食物製備過程與問題 5-2 認識烹調技巧 5-3 增進完成烹飪實作的信心</p>	<p>活動六： 烹飪密碼</p> <p>讓學生學會簡單的烹調方法。</p>	<p>課堂 PPT、康軒版綜合活動課本</p>

<p>第六節 50 分鐘</p>	<p>6-1 運用斗南在地食材製作美味馬鈴薯煎餅 6-2 增進食物製備的技巧 6-3 積極參與實作練習</p>	<p>活動七： 烹飪實作： 在地食材的應用</p> <p>運用斗南在地食材，讓學生實際體驗與製作美味料理。</p>	<p>課堂 PPT、講義、學習單、馬鈴薯與米飯材料（馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、雞蛋、米、調味料、沙拉油、香料等）</p> <p>國二學生需完成烹飪實習報告和學習心得。</p>
----------------------	---	---	---

教案設計成果			
時間	學習目標	教學流程 / 教學內容	教學資源
<p>寒假期間</p>	<p>1-1 1-2</p>	<p>※引起動機</p> <p>【寒假作業：食尚玩家—雲林篇】</p> <p>1.請學生介紹一樣喜歡的雲林在地特色小吃或農產食材。可訪問當地耆老 or 專業職人，或應用 google 蒐集和圖書資料整理能力，培養同學蒐集資料和整理資料能力，並彙整出一份 A4（單面）、圖文並茂的學習成果。</p>	<p>寒假作業任務單</p>
<p>第一節</p>	<p>1-1</p>	<p>【活動一：分享在地情—樂活雲林】</p> <p>1.透過蔡阿嘎的「食尚玩嘎 8-雲林來瘋 Yun-Linsanity!! 蔡阿嘎報你美食瘋雲林!!。」影片，來思考及分享雲林的特色？推薦哪些物產可以代表雲林的特色？</p> <p>2.認識雲林</p> <p>(1)雲林的地理位置、雲林特色、一鄉一特產。</p> <p>(2)回顧學生在寒假作業介紹代表雲林的農特產品和小吃。</p> <p>(3)介紹雲林十大農業物產：斗六文旦、古坑咖啡、西螺醬油、西螺米、元長黑金剛花生、土庫蒜頭、崙背洋香</p>	<p>PPT 圖片 影片</p>

<p>第二節</p>	<p>1-2</p>	<p>瓜、北港麻油、台西文蛤、口湖台灣鯛。</p> <p>《第一節 結束》</p> <p>【活動二：餐桌上的食材 in 斗南】</p> <p>1.猜猜看餐桌上的食材 in 斗南有哪些？</p> <p>2.認識我的家鄉：斗南。</p> <p>(1)斗南的歷史沿革、地理位置、農業概況。</p> <p>(2)透過講解和影片介紹，讓學生認識及瞭解家鄉農業物產。針對餐桌上的斗南食材有：越光米、馬鈴薯、胡蘿蔔、台灣牛、絲瓜、烏殼綠竹筍等，分別依各項食材的英文名稱和學名、植物科種、原產地、栽種方式及過程、特色和營養成分、選購和儲存、烹調方式等</p> <p>3.回饋：請學生完成「好食好農學習單」。</p> <p>(1) 各地區都會以農業或農特產品為主題舉辦活動，雲林舉辦過哪些活動呢？你自己曾經親自參與過那些具有特色的活動？</p> <p>(2) 請學生以「FB 打卡」方式，推薦你最愛的雲林特產，是由哪個鄉鎮產出的特產？你能形容一下這項特產的特色或感覺，吸引外地民眾留下深刻印象。</p> <p>《第二節 結束》</p>	<p>PPT 圖片 影片 學習評量單</p>
<p>第三節</p>	<p>1-1 2-1</p>	<p>【活動三：在地消費—食物里程】</p> <p>1.藉由雲林西螺「漢光合作社的產銷履歷」影片，引導學生思考「食物里程」。</p> <p>2.搭配康軒綜合活動二下課本 P.16-18，了解食物里程的定義、請學生思考及討論食物運輸、吃在地吃當季等問題。以及目前行政院農業委員會推廣的每個月 15 日「食物日」。</p> <p>3.透過影片介紹，以及實際操作產銷履歷網站 https://taft.coa.gov.tw/default.html，教導學生如</p>	<p>PPT 影片 綜合活動課本 校外參觀家長同意書</p>

<p>第四節</p>	<p>1-2 2-2</p>	<p>何運用網站資源進行履歷查詢，和國內產銷履歷標章的意涵。</p> <p>4.與產銷履歷有關的介紹，包含：三章一Q、溯源餐廳和採買地點的網站等。</p> <p>5.交待下次帶領學生參觀斗南鎮農會的相關注意事項。</p> <p style="text-align: center;">《第三節 結束》</p> <p>【活動四：參觀斗南鎮農會】</p> <p>1.以步行來回方式，從斗南高中出發至斗南鎮農會供銷部和台灣牛肉專賣店參觀。</p> <p>2.實際參觀斗南鎮農會供銷部的產銷供應情形、農產品產銷履歷的銷售和斗南鎮農會的循環農業。</p> <p>3.透過小組合作方式，一同合力完成「產銷履歷拼圖」。最快完成的小組可獲得小禮物；若最後完成的小組，仍可透過上台分享有關產銷履歷的小知識，獲得小禮物。</p> <p>4.回饋：請學生完成「斗南鎮農會參觀體驗學習單」。</p> <p style="padding-left: 40px;">(1)請舉例一項斗南鎮農會農產品的「食物里程」。(可用文字 or 畫圖說明)</p> <p style="padding-left: 40px;">(2)斗南鎮農會有哪些農產品已通過國內外的「產銷履歷」認證？</p> <p style="padding-left: 40px;">(3)參觀「斗南鎮農會」後，讓你印象最深刻的是什麼？</p> <p style="text-align: center;">《第四節 結束》</p>	<p>學習單</p>
<p>第五節</p>	<p>3-1</p>	<p>【活動五：烹調密碼】</p> <p>1.搭配康軒綜合活動二下課本 P.27-29，介紹與討論常見的中菜的烹調技巧和菜餚。</p> <p>2.搭配食譜講義和影片，針對下次烹調實作的「馬鈴薯煎餅」食材採購及步驟講解。</p> <p style="text-align: center;">《第五節 結束》</p> <p>【活動六：烹飪實作—在地食材的應用】</p>	<p>PPT 綜合活動課本 食譜講義暨學習單</p>

第六節	1-2 3-2	<p>1.採用斗南在地食材為主材料和其他副材料，搭配目前市面上最夯的米穀粉和糙米粉，教導學生以「煎」烹調方法，製作簡單且美味的「馬鈴薯煎餅」</p> <p>2.讓學生透過實際製作與體驗，以及品嚐在地食材好滋味。</p> <p>3.能將所學到的「馬鈴薯煎餅」，帶回與家人或師長、同儕們分享。</p> <p>4.回饋：請學生完成「烹飪實作學習單」。</p> <p> (1) 你覺得這次的馬鈴薯煎餅是否成功？如果再做一次，你會怎麼改進？（舉例說明）</p> <p> (2) 寫寫你這次烹飪實習的心情點滴吧！</p> <p style="text-align: center;">《第六節 結束》</p> <p style="text-align: center;">共 300 分鐘</p>	<p>到家政教室進行烹調實習</p> <p>完成烹飪實作學習單</p>
-----	------------	--	-------------------------------------

(3) 國中二、三年級

教案名稱	好食曆		設計者	柯儀明
學習領域	綜合活動領域/家政		時間	50 分鐘 / 3 節
學習對象	國中二、三年級		人數	27~30 人 / 7 班 27~29 人 / 9 班
食農教育 概念面向	A 農業生產與環境 B 飲食、健康與消費 C 飲食生活與文化		食農教育 學習內容	A-1-1 在地農業生產與特色 B-1-1 認識食物 C-2-2 飲食文化與傳承
選用之農業 資源參考資 料 (可複選)	<input type="checkbox"/> 山蕉(香蕉) <input type="checkbox"/> 甘藷 <input type="checkbox"/> 甘藍 <input type="checkbox"/> 落花生 <input type="checkbox"/> 紅豆 <input type="checkbox"/> 番石榴 <input type="checkbox"/> 青花菜 <input type="checkbox"/> 糙米 <input type="checkbox"/> 玉米 <input type="checkbox"/> 花椰菜 <input type="checkbox"/> 鯖魚 <input type="checkbox"/> 虱目魚 <input type="checkbox"/> 雞蛋 <input type="checkbox"/> 牛奶 <input type="checkbox"/> 蜂蜜 <input type="checkbox"/> 金針 <input type="checkbox"/> 南瓜 <input type="checkbox"/> 茶 <input type="checkbox"/> 農安教材-有效清洗蔬果去除農藥殘留 <input checked="" type="checkbox"/> 農安教材-蔬果安全 Q&A			
單元設計理 念	透過二十四節氣，建立吃在地吃當季的正確概念。本單元期望透過「好食曆」桌遊互動式的遊戲過程，希望學生對於二十四節氣的先關知識、食材與農業有更深入的認識與體驗，以及學生對節氣的思考與討論，傳遞吃食當季當令的正確飲食觀念與知識。			
12 年課綱	表現 標準	3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。		
	內容 標準	家-Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。		
議題融入	環境教育 環 J4 了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。 戶外教育 戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。			
單元目標	1.認識二十四節氣 2.認識各節氣台灣地區的季節食材	學習目標	1-1 能說出二十四節氣的名稱 1-2 能排列出二十四節氣的正確順序 2-1 能分辨出各項食材 2-2 能找出二十四節氣吃對應的食物	
學生學習條件分析	1.熟悉以小隊為單位進行團體互動學習。 2.對各項季節食材已有初步概念。 3.學生勇於發言表達。			

教學前準備	教師準備： 準備課程 PPT、熟悉教材內容及好食曆桌遊規則	學生準備： 課前將桌椅將桌椅排好	
教材來源 (或參考資料)	<p>「二十四節氣」聽起來好傳統？它可是超科學產物（2017）。引自：https://www.thenewslens.com/video/67727</p> <p>24 節氣怎麼來？跟著太陽走－民視新聞（2011）。引自：https://www.youtube.com/watch?v=5YngJ9-17EM</p> <p>行政院農委會 FB 粉絲頁。引自：https://www.facebook.com/coataiwan/?eid=ARAD7eruDrspQH_a_kDEOiJeTWuTYvv8Ua7-zodLMo0dCMh5FC8wBKL17tqAFvs_pPmyUP_2RtVDFNyKz</p> <p>董耀翔、王智緯與陳榮俊（2018）。「好食曆」、「低碳里程」桌遊帶你認識臺灣的食與農。農政與農情，314，100-103。</p>		
單元架構與時間分配			
<pre> graph TD A[好食曆] --> B[活動（一）探索二十四節氣 1節] A --> C[活動（二）好食曆與好食材 2節] </pre>			
教學計畫*			
時間	學習目標	教學流程/ 教學內容	教學資源/ 教學評量
第一節 50 分鐘	1-1 認識二十四節氣 1-2 發表自己的生活經驗 1-3 培養日常生活覺察的能力	活動一： 探索二十四節氣 認識二十四節氣。學生從互動是體驗遊戲過程中能夠將二十四節氣的排序、詩詞和接龍而成。	課堂 PPT、好食曆桌遊

第二~三節 100 分鐘	1-1 認識二十四節氣的各項台灣在地食材 1-2 培養日常選購食材的能力 1-3 學習與人互動	活動二： 好食曆與好食材 介紹二十四節氣台灣地區的季節食材。透過桌遊互動式遊戲，建立良好的人際互動。	課堂 PPT、好食曆桌遊
-----------------	---	--	--------------

教案設計成果			
時間	學習目標	教學流程 / 教學內容	教學資源
第一節	1-1 1-2	<p>【活動一：分享在地情—樂活雲林】</p> <p>1.透過「金式遊戲」認識二十四節氣 (1) 記住 PPT 上二十四節氣的名稱，在 3 分鐘內將記得的二十四節氣寫出來。</p> <p>2.透過「詩詞」了解二十四節氣 (1) 學生能用台語，念出二十四節氣詩。 (2) 透過詩詞，請學生猜猜看，詩詞內容是在描寫哪個節氣。</p> <p>3.透過「接龍」認識二十四節氣 (1) 以小組為單位，計時 3 分鐘時間，各組將立春、立夏、立秋、立冬後的節氣排列組合出來。 《第一節 結束》</p>	PPT 影片 好食曆桌遊
第二 ~ 三節	2-1 2-2	<p>【活動二：好食曆與好食材】</p> <p>1.講解好食曆桌遊遊戲規則 (1) 卡牌說明：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 全班分成 5-6 組，每組 5-6 人，各組派人將 96 張卡牌拿出來洗牌，每人領取 13 張卡牌。 ● 以立春、立夏、立秋、立冬為起始點。有「立春」卡牌者為起始玩家，以順時鐘方式進行遊戲。 	PPT 好食曆桌遊

		<ul style="list-style-type: none"> ● 通用食材卡為加分卡，只能傳走，不可拿出來進行接龍。 <p>(2) 規則：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 順時針，輪到自己小組時，可選擇以下動作中的其中 1 種執行之。出一張節氣卡或季節食材卡到場上接龍 or 蓋一張節氣卡或季節食材卡在自己前面(要扣分)or 傳一張分數牌 (通用食材卡) 給任意一組玩家。 ● 出 1 張牌到場上接龍時有限制。如果要出節氣卡，則只能出與場上節氣卡相鄰的節氣。如果要出季節食材卡，則每一張節氣卡下面，最多只能接當月 2 張 季節食材卡。 ● 沒有牌可出時怎麼辦？蓋一張節氣卡或季節食材卡。or 傳一張分數牌 (通用食材卡) 給任意一組玩家(最好該組有你需要的節氣卡)。 <p>(3) 計分方式：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 加分：【手牌】分數計算 通用食材卡為分數卡，右上一個圈圈 +1 分，兩個圈圈 +2 分。 沒有蓋牌者總分 +5 分。 ● 扣分：【蓋牌】分數計算蓋節氣卡一張 -5 分，蓋季節食材卡一張 -1 分。 <p style="text-align: center;">《第三節 結束》</p> <p style="text-align: center;">共 150 分鐘</p>	
--	--	---	--

* 請自行增列。

雲林縣立斗南高中國中部農委會 108 年食農教育推廣計畫－體驗學習活
動食農教育職業試探暨產業初探體驗學習活動

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

參觀日期：108 年 07 月 26 日

產業參觀地點：斗南鎮農會精米工場、芸彰牧場

★ 請試著舉出三個與「農業」有關的行業工作。

★ 今天體驗與參訪過程所見所聞，我最大的發現或印象較深的是：

★ 這次職業試探暨產業初探體驗活動對我未來升學/就業的啟發是：

職業試探

	精米 工場	



職業試探

	稻米	

