

教案名稱	蘿蔔好好玩			學習階段	低年級
學習領域	綜合活動				
時間	40分鐘/1節	班級 人數	28人		
活動及課程之設計主軸	利用圖畫繪本、影片動畫，讓小朋友認識生活中經常食用的蔬菜，及在學校菜園中栽種的蘿蔔			食農教育 學習內容	認識食物
單元設計 理念	1.認識蘿蔔及其他常見蔬菜 2.藉由繪本及動畫影片，提升學童興趣				
九年一貫 能力指標	綜 5-1-2 體驗各種色彩、圖像、聲音、旋律、姿態、表情動作的美感，並表達出自己的感受 綜 7-1-10 嘗試由別人對事物特徵的描述，知曉事物 綜 7-1-6 將對情境的多樣觀察，組合完成一個有意義的事件(如風太大了 葉子掉滿地，木板吹倒了...)				
議題融入	環 1-1-1 能運用五官觀察、探究環境中的事物 家 1-1-1 認識常見的食物				
單元目標	1.認識蘿蔔及其他常見蔬菜 2.了解蘿蔔收成方式		學習目標	1-1 能說出蘿蔔的外型與特徵 1-2 能說出其他常見蔬菜的名字 2-1 能了解蘿蔔的成長及收成方式 2-2 能參與討論並回問題	
學生學習 條件分析	低年級學生對於蘿蔔完整型態及生長收成方式較無概念				
教學前 準備	老師準備： 「蔬菜運動會」繪本，2013，石津千尋、林真美、山村浩二，維京出版社			學生準備： 快樂的學習心	

教學計畫

時間	學習目標	教學流程/教學內容	教學資源
5 分鐘	1-2	<p>一、準備活動</p> <p>教師提問：平常最喜歡吃的蔬菜是甚麼？ (請學生描述形狀、顏色、味道.....)</p> <p>二、發展活動</p>	蔬菜運動會繪本
10 分鐘	1-1	(一)全班共讀「蔬菜運動會」繪本。	
10 分鐘	2-1	(二)教師提問繪本內問題，讓學生回答。	
10 分鐘	2-2	(三)觀賞文建會兒童文化館－「拔啊，拔啊，拔蘿蔔」影片 https://children.moc.gov.tw/book/214950	
		資料來源：文化部文建會兒童文化館 並與學生討論影片內容。	
5 分鐘		<p>三、總結活動</p> <p>透過繪本故事與動畫影片，讓小朋友更了解蘿蔔及認識其他蔬菜，鼓勵多吃蔬菜，讓身體更健康。</p>	

教案名稱	柯南眼裡的蘿蔔			學習階段	低年級
學習領域	生活				
時間	40分鐘/1節	班級 人數	28人		
活動及課程之設計主軸	學校準備進行蘿蔔的種植，因此首先讓學生了解蘿蔔的構造、生長的季節以及對人體的功用			食農教育 學習內容	認識食物 生命發展階段與營養
單元設計理念	透過教材的設計，讓學生了解蘿蔔的樣貌、對人身體的幫助以及種植蘿蔔的季節，讓學生了解當季食材				
九年一貫能力指標	生 7-3-1-4運用五官觀察物體的特徵(如顏色、敲擊聲、氣味、輕重...) 生 7-3-4-7比較一些圖或實物中，辨識相異處，說出共同處(如兩棵樹雖大小不同，但同屬一種) 生 8-3-3-1選定某一類植物和動物作持續性的觀察、描繪。察覺植物會成長，知道植物各有特徵，可資辨認				
單元目標	1.認識蘿蔔的樣貌 2.喜好蘿蔔 3.了解蘿蔔的種植方式			學習目標	1-1 能夠說出蘿蔔的各部分構造 1-2 能夠說出蘿蔔適宜生長的季節 2-1 能夠說出蘿蔔的營養成份以及對人身體的助益
學生學習條件分析	學生了解蘿蔔的一般樣貌，也品嚐過蘿蔔的滋味，對蘿蔔並不陌生。				
教學前準備	老師準備： 1.白蘿蔔教學簡報 2.腸道排毒自然養生法。2010，莊福仁，康鑑文化出版社。 3.學習單			學生準備： 1.紙 2.筆	

教學計畫			
時間	學習目標	教學流程/教學內容	教學資源
40 分鐘	1-1 1-2 2-1	<p>一、準備活動</p> <p>(一)呈現各種蘿蔔的照片，請小朋友指出最常吃的蘿蔔是哪一種？</p> <p>(二)詢問學生是否看過整株的蘿蔔？整株蘿蔔的樣貌？蘿蔔長在哪裡？是地底下、還是地面上、還是樹上？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)呈現完整蘿蔔的照片，先讓學生發表所看到的蘿蔔樣貌。</p> <p>(二)介紹蘿蔔的根、莖、葉所在位置。</p> <p>(三)介紹食用的部分為根。</p> <p>(四)請學生回憶甚麼時間可以吃到白玉蘿蔔？</p> <p>(五)介紹白玉蘿蔔的生長過程。</p> <p>(六)詢問學生，夏天可以吃到蘿蔔嗎？為什麼？</p> <p>(七)介紹蘿蔔的重要性：「冬吃蘿蔔夏吃薑，一年四季保健康」、在民間有「小人參」之美稱。</p> <p>(八)介紹白蘿蔔的營養成分。</p> <p>(九)蘿蔔的功用：美容護膚、幫助消化、化痰作用。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一)教學簡報最後一頁老師念題目(如下)，讓學生翻答案卡，發表對本節教學獲得的感想。</p> <p>題目：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 蘿蔔的根？ 2. 蘿蔔的莖？ 3. 蘿蔔的葉？ 4. 美濃白玉蘿蔔生長的月份？ 5. 在民間，蘿蔔的另一個稱呼是？ 6. 白蘿蔔的功效是什麼？ 7. 蘿蔔的營養成分是？ <p>(二)填寫學習單</p>	<p>白蘿蔔教學簡報</p> <p>參考資料：勝道排毒自然養生法。2010，莊福仁，康鑑文化出版社</p> <p>學習單 紙筆</p>

教案名稱	蘿蔔變變變			學習階段	低年級
學習領域	健康與體育領域				
時間	120 分鐘/3 節	班級 人數	28 人		
活動及課程 之設計主軸	藉由實際的農事體驗，讓學生學習 愛護環境，珍惜食物			食農教育 學習內容	農業生產方法 農業生產與環境
單元設計 理念	了解農產品的生產方式，描述農民如何利用土地種植作物				
九年一貫 能力指標	2-1-1 體會食物在生理及心理需求上的重要性 2-1-2 了解環境因素如何影響到食物的質與量並探討影響飲食習慣的因素 2-1-3 培養良好的飲食習慣 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法				
單元目標	1.經由實際種植，體驗植物成長的喜悅。 2.培養愛護環境，與地球共榮共存的理念。			學習目標	1-1 了解蘿蔔種植方法 1-2 能實際種植蘿蔔 1-3 能與同學互助合作 1-4 能分享經驗與感想 2-1 能愛護環境珍惜資源
學生學習 條件分析	1.能用尺量長度 2.能互助合作 3.能用剷子挖土				
教學前 準備	老師準備： 1.蘿蔔種子 2.紀錄表 3.水桶 4.籃子 5.有機肥料			學生準備： 1.15 公分直尺 2.橡皮擦 3.小鏟子 4.澆水器	

教學計畫			
時間	學習目標	教學流程/教學內容	教學資源
5 分鐘	1-1	一、準備活動 (一)詢問學生有照顧弟弟妹妹或寵物的經驗？ (二)詢問學生種蘿蔔之前要先準備什麼？	
25 分鐘	1-4 1-1 1-3	二、發展活動 (一)學生分組競賽，用直尺及橡皮擦在地上接龍，直尺代表蘿蔔的種植間距，橡皮擦代表蘿蔔種子。擺得快又直的小組獲勝。 (二)教導學生填寫觀察紀錄表（每週記錄一次）。 (三)教導學生除草、澆水和施肥。	15 公分直尺 橡皮擦
10 分鐘	1-1	三、總結活動 (一)蘿蔔的種植間距要 15 公分，不能太擠。 (二)老師複習如何除草、澆水和施肥的重點。 ~第一節完~	紀錄表
13 分鐘	1-1 1-3	一、準備活動 (一)複習種植間距。 (二)說明種植方法：鬆土→手指挖洞大約 1 指節→放種子→覆土→澆水器澆水。 (三)學生 4~5 人一組，分配照顧菜圃職責。澆水 2 人、除草 2 人、抓蟲 1 人、施肥 5 人。可以互相支援，一週輪流更換。	
25 分鐘	1-2 1-3	二、發展活動 到菜圃實際種植蘿蔔。	蘿蔔種子 有機肥
2 分鐘	1-1 1-3	三、總結活動 叮嚀學生每天晨光時間需到菜圃觀察、除草、澆水。 ~第二節完~	澆水器 水桶 籃子 小鏟子 紀錄表
5 分鐘	1-1	一、準備活動 依照蘿蔔實際生長情況，決定上課日期。 (一)暖身活動：蘿蔔蹲。 (二)說明拔蘿蔔的方法：雙手握住蘿蔔冒出土的根部→把土搖鬆→往上拔起。	
30 分鐘	1-2 1-3	二、發展活動 (一)到菜圃實際拔蘿蔔。 (二)將用具和手清裡乾淨。	
5 分鐘	1-4 2-1	三、總結活動 學生分享拔蘿蔔的體驗感想。 ~第三節完~	

教案名稱	蘿蔔好好吃			學習階段	低年級
學習領域	生活				
時間	80 分鐘/2 節	班級 人數	28 人		
活動及課程之設計 主軸	1. 讓學生了解並學習白蘿蔔具有怎樣的食療效果 2. 品嚐蘿蔔糕 3. 讓學生學習白蘿蔔的簡易料理			食農教育 學習內容	飲食與疾病 愉悅的進食
單元設計 理念	1. 說明食物具備的相關療效 2. 品嚐白蘿蔔的製品 3. 學習如何醃製白蘿蔔 4. 可以和家人一同分享所學並動手嘗試				
九年一貫 能力指標	7-1-1 運用五官觀察物體的特徵(如顏色、敲擊聲、氣味、輕重...) 8-1-1 運用五官觀察自然現象，察覺各種自然現象的狀態與狀態變化，用適當的語彙來描述所見所聞。運用現成的表格、圖表來表達觀察的資料 9-1-4 養成動手做的習慣，察覺自己也可以處理很多事 9-1-5 學習安排工作步驟 9-1-6 學習如何分配工作，如何與人合作完成一件事。 9-1-10 喜歡將自己的構想，動手實作出來，以成品來表現				
單元目標	1. 介紹白蘿蔔的特性及食用白蘿蔔的好處。 2. 淨手並品嚐蘿蔔糕。 3. 學習老師切蘿蔔並調製醃蘿蔔的過程 4. 記錄醃製白蘿蔔的過程。 5. 於週二午餐時間能享用蘿蔔醃製品			學習目標	1-1 說明「冬吃蘿蔔夏吃薑，不用醫生開藥方」，白蘿蔔作為冬季養生的常用食材。 1-2 白蘿蔔性平微寒，具有清熱解毒、健胃消食、化痰止咳等作用。 2-1 餐前淨手並品嚐 3-1 能觀察蘿蔔切塊及切片的方法 3-2 能記錄醃製白蘿蔔的過程
學生學習 條件分析	學生曾見過或食用過白蘿蔔的製品(如蘿蔔糕、蘿蔔湯)但並未動手做過				
教學前 準備	老師準備： 1. 蘿蔔糕 2. 白蘿蔔 3. 糖、鹽、柳橙汁、醋、開水 4. 透明玻璃保鮮盒 5. 學習單			學生準備： 1. 鉛筆 2. 著色用具 3. 餐具	

教學計畫

時間	學習目標	教學流程/教學內容	教學資源
40 分鐘	1-1 1-2 2-1	一、準備活動 (一)詢問學生吃過的白蘿蔔製品?(老師把這些名稱寫在黑板) (二)白蘿蔔的生長季節是? (三)為什麼白蘿蔔會在冬季長得較好? 二、發展活動 (一)讓學生摸一摸白蘿蔔並聞聞它的氣味。 (二)說明白蘿蔔在冬天食用的好處。 三、總結活動 洗手並品嚐蘿蔔糕。	白蘿蔔 蘿蔔糕 餐具
40 分鐘	2-1 3-1 3-2	~第一節結束~ 一、準備活動 討論分享曾經吃過醃製蘿蔔的經驗 二、發展活動 (一)老師說明做菜應有的衛生習慣(洗手) (二)老師示範醃製蘿蔔的步驟 1. 將蘿蔔洗淨並切成適當大小 2. 用鹽先把蘿蔔切片抓一抓(瀝乾) 3. 糖 50 克+柳橙汁 100 毫升+醋 100 毫升+開水 200 毫升， 將這些材料攪拌均勻 4. 把瀝乾的蘿蔔放入玻璃保鮮盒並加入步驟 3. 材料 5. 完成後先放入冰箱醃製 3 天 6. 從冰箱取出可於午餐時當成開胃菜品嘗 三、總結活動 (一)把醃製蘿蔔的步驟記錄在學習單 (二)與家人分享如何醃製蘿蔔 ~第二節結束~	糖 鹽 柳橙汁 醋 開水 透明玻璃 保鮮盒 學習單 鉛筆 著色用具 學習單

教案名稱	餐桌上的好彩頭			學習階段	低年級
學習領域	綜合				
時間	40 分鐘 /1 節	班級人數	28 人		
活動及課程之設計主軸	以食物的吉祥話為主軸，了解傳統文化意涵			食農教育學習內容	在地飲食特色 飲食與文化的傳承
單元設計理念	本單元主題藉由新年傳統飲食與吉祥話的關聯，來探討飲食習慣與其文化的關聯性				
九年一貫能力指標	1-1-1 探索並分享對自己以及與自己相關人事物的感受 3-1-4 欣賞身邊不同文化背景的人 4-1-4 體會環境保護與自己的關係，並主動實踐				
議題融入	家政教育 1-1-3 願意與他人分享自己所喜歡的食物				
單元目標	讓學生從食物的吉祥話了解我國文化的意涵			學習目標	1-1 認識各式的蘿蔔的製品 1-2 認識各種食物所代表的吉祥話
學生學習條件分析	新年的傳統飲食貼近學生的日常生活經驗，而吉祥話的傳統在節慶及媒體中亦不少見，對學生而言很容易與自身的經驗結合。				
教學前準備	老師準備： 1.年菜及蘿蔔料理圖片 2.學習單			學生準備： 收集與美食相關的吉祥話	

教學計畫

時間	學習目標	教學流程/教學內容	教學資源
6 分鐘	1-1	<p>一、準備活動：引起動機—客家美食</p> <p>觀看影片：紀錄台灣 客家美味老蘿蔔醃製陳香二十年(2012.12.16) https://www.youtube.com/watch?v=ygNsziwSX_0</p> <p>資料來源：中天電視，YouTube</p>	年菜及蘿蔔料理圖片
24 分鐘	1-2	<p>二、發展活動：找尋台灣的在地美味與文化</p> <p>(一)教師詢問</p> <p>1.吃過哪些蘿蔔料理呢？</p> <p>2.知道蘿蔔有其它的稱呼嗎？</p> <p>(二)教師引導</p> <p>藉由蘿蔔的吉祥話，引導學生思考好彩頭在台灣的文化上的特別意涵與應用。</p> <p>(三)教師提問</p> <p>1.你還知道哪些食物也有吉祥的意思呢？</p> <p>2.教師提問：過新年時我們也會吃一些討吉利的食物，有注意你家過年一定會吃的食物嗎？</p> <p>(四)教師統整：食物與生活息息相關，藉由食物與語言的關聯，發展出特有的餐桌上的吉祥話，都是我國的飲食文化。</p>	
10 分鐘		<p>三、綜合活動：完成〈餐桌上的吉祥話〉學習單</p>	與美食相關的吉祥話 學習單

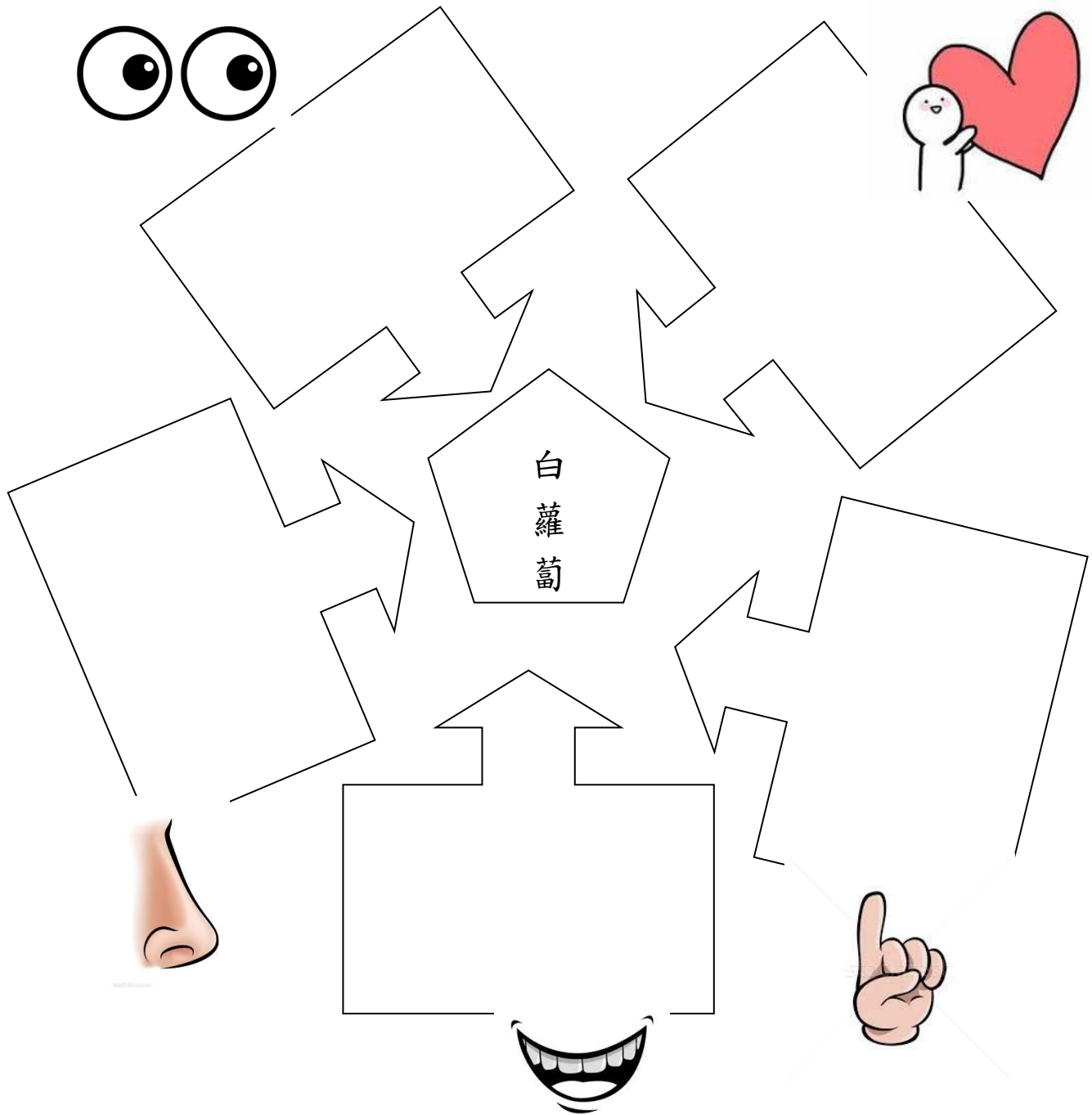
教案名稱	蔬果大風吹			學習階段	低年級
學習領域	生活				
時間	80分鐘/2節	班級 人數	28人		
活動及課程之設計 主軸	此單元設計引入以農忙及農家生活為主題的畫作，之後欣賞蔬果畫家的作品，再讓學生進行蔬果的拼湊練習			食農教育 學習內容	分享與感恩
單元設計 理念	此單元設計乃引入農民畫家-米勒的〈拾穗〉以及梵谷的〈吃馬鈴薯的人〉等畫作，感受畫中農民們自食其力和勤儉、惜物，感恩土地給予的恩賜！之後藝術欣賞部分，帶入蔬果畫家阿爾欽伯多的蔬果藝術繪畫，感受一下蔬果的拼湊趣味，之後讓學生進行創作體驗，讓學生仿藝術家阿爾欽伯多的藝術創作手法，將當令蔬果依其形態以趣味化方式拼組成一個臉部形象，引領孩子進入藝術家的想像世界！				
九年一貫 能力指標	4-1-1 嘗試各種媒體，喚起豐富的想像力，以從事視覺、聽覺、動覺的藝術活動，感受創作的喜樂與滿足 5-1-1 接觸各種自然物、人造物與藝術作品，建立初步的審美經驗 5-1-4 欣賞生活周遭與不同族群之藝術創作，感受多樣文化的特質，並尊重藝術創作者的表達方式				
單元目標	1. 觀賞米勒〈拾穗〉 2. 觀賞梵谷〈吃馬鈴薯的人〉 3. 認識藝術家-阿爾欽伯多的蔬果畫作及創作手法 4. 運用拼貼手法加以創作 5. 觀賞藝術家及同學的作品，並從藝術欣賞與表現活動當中，感受創作的認識日常蔬果的喜悅與樂趣			學習目標	1-1 能觀賞米勒〈拾穗〉 2-1 能觀賞梵谷的〈吃馬鈴薯的人〉 3-1 能觀賞阿爾欽伯多的蔬果畫作 3-2 能知道阿爾欽伯多的創作手法 4-1 能運用拼貼手法來拼組出人臉作品 5-1 能欣賞藝術家作品，並說出自己看到的東西及想法 5-2 能欣賞同學的作品，並說出自己看到的東西及想法

學生學習 條件分析	1. 學生已學會常見蔬果的形狀及顏色 2. 學生熟悉分組討論及創作方式		
教學前 準備	老師準備： 1. 〈拾穗〉、〈吃馬鈴薯的人〉畫作圖片 2. 蔬果藝術家-阿爾欽伯多作品簡報 3. 當令蔬果(5-6份)		學生準備：
教學計畫			
時間	學習 目標	教學流程/教學內容	教學資源
5 分鐘		一、準備活動 老師在張貼〈拾穗〉、〈吃馬鈴薯的人〉以及蔬果藝術家-阿爾欽伯多蔬果畫作等複製畫，讓學生下課觀賞，以引起學生好奇及興趣。	〈拾穗〉、〈吃馬鈴薯的人〉畫作圖片 蔬果藝術家-阿爾欽伯多作品簡報
10 分鐘	1-1	二、發展活動 老師於課堂上詢問學生，你曾經看過哪些藝術作品是以農夫生活為主題？請學生發表。 (一)老師展示米勒的〈拾穗〉一作，詢問學生看到什麼以及感覺。接著教師介紹畫作內容。	
10 分鐘	2-1	(二)教師展示梵谷的〈吃馬鈴薯的人〉一作，詢問學生看到什麼以及感覺。接著教師介紹畫作內容。	
15 分鐘	3-1 5-1	(三)藝術欣賞：教師介紹藝術家阿爾欽伯多的蔬果繪畫作品，讓學生小組討論這些畫的主題，以及從圖畫裡看出了幾種蔬果。讓學生發表這些蔬果的外型以及較適合做哪個部份的五官。	
		~第一節 結束~	
30 分鐘	3-2 4-1	(四)創作活動：教師展示一籃蔬果，事先將學生進行分組(分5-6組，一組約5-6人)請學生分組集思廣益，仿阿爾欽伯多手法，運用蔬果型態拼組出人臉圖像。教師發給各組學生一籃當令蔬果，請各組學生排列拼組出人物頭像。	當令蔬果(5-6份)
10 分鐘	5-2	三、總結活動 請各組學生展示蔬果創作作品及分享，台下學生可給予回饋，由老師總結回饋，明信片拍照紀錄集錦。活動最後，彙整二年級各班學生票選的作品照片集錦，製成明信片。 ~第二節 結束~ ~本單元結束~	

你所知道的蘿蔔！

()年()班 姓名：

又到了蘿蔔的生產季節囉！你有真正的體驗過蘿蔔的樣貌嗎？讓我們用五種不同的方式感受一下白蘿蔔吧！



蘿蔔變變變

_____年_____班 姓名_____

※栽種日期： 年 月 日

※請把觀察的結果畫下來。

年	
月	
日	
星期	※葉子 () 公分 ※根長出地面 () 公分
年	
月	
日	
星期	※葉子 () 公分 ※根長出地面 () 公分

蘿蔔好好吃

班級：_____ 姓名：_____

1. 「冬吃蘿蔔夏吃薑，不用醫生開藥方」，白蘿蔔作為()季養生的常用食材。

2. 白蘿蔔性平微寒，具有清熱解毒、健胃消食、化痰止咳等作用。

小朋友請寫出兩樣你曾吃過的白蘿蔔製品：(1) _____ (2) _____

3. 學習老師醃製白蘿蔔的過程：把材料及製作過程記下來

☆材料：

(1) _____

(2) _____

(3) _____

(4) _____

(5) _____

(6) _____

☆製作過程：(文字說明+手繪)

(1) _____

(2) _____

(3) _____

(4) _____

(5) _____

(6) _____

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
-----	-----	-----	-----	-----	-----

4. 學會這道簡單的白蘿蔔料理，回家之後，你可以和家人分享：在課堂中所學到的知識及印象深刻的感覺。請寫下你印象深刻的部分或感覺。

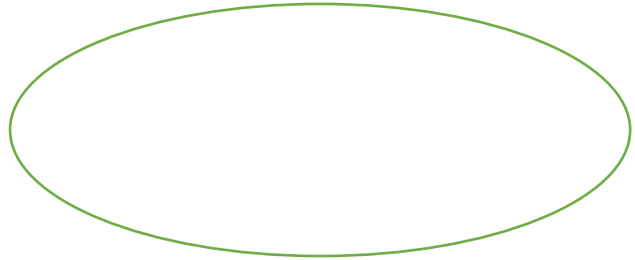


餐桌上的吉祥話

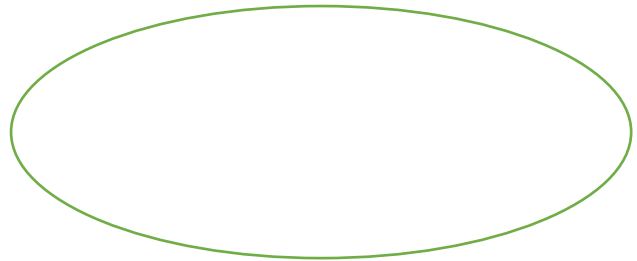
班級：_____ 姓名：_____

親愛的小朋友，你知道這些吉祥話的意思嗎？請為這些吉祥話在餐盤上畫出它代表的美食吧！

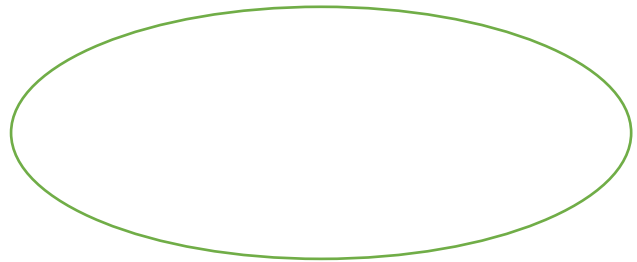
年年有餘



平平安安



大吉大利



好彩頭

