

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		小米學堂		
聯絡資訊	聯絡人	簡庭聿	E-mail	fishinger33@gmail.com

方案名稱	外帶！小米紅藜田回家			設計者	黃薈芯、黃芷樺、 簡庭聿
對象	不設限，但不建議未滿6歲者參加。			適合人數	10人以上至40人
特色主題	雜糧作物			活動時間	120分鐘 全年皆可
				活動地點	小米學堂；或其他 室內型空間。
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 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)	1. SDG 2 消除飢餓 2. SDG 8 合適的工作及經濟成長 3. SDG 11 永續城鄉 4. SDG 12 責任消費與生產
食農教育 三面六項 及學習內 容	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(*雜糧作物初級加工) <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 type="checkbox"/> 農業與資源永續			

		<p><input checked="" type="checkbox"/>社會責任與倫理(*小米田生態系的消失)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>全球糧食議題(*對抗極端氣候的保種動作)</p>
飲食健康與消費	飲食與健康	<p><input checked="" type="checkbox"/>認識食物(*原生種 V.S 進口品種的比較觀察)</p> <p><input type="checkbox"/>飲食的均衡與健康</p> <p><input type="checkbox"/>生命發展階段與營養 <input checked="" type="checkbox"/>飲食與疾病</p>
	飲食消費與生活型態	<p><input type="checkbox"/>飲食消費行為 <input type="checkbox"/>食品衛生與食品安全</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>加工食品的製作與選購(*帶殼紅藜 V.S 脫殼紅藜誰比較營養)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>地產地消</p> <p><input type="checkbox"/>綠色消費</p>
飲食生活與文化	飲食習慣	<p><input checked="" type="checkbox"/>飲食的重要性 <input type="checkbox"/>愉悅的進食</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>分享與感恩 <input type="checkbox"/>進餐禮儀</p>
	飲食文化	<p><input checked="" type="checkbox"/>在地飲食特色</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>飲食與文化的傳承(*小米粽、小米搖搖飯所內涵的排灣族全人品格養成)</p> <p><input type="checkbox"/>全球與多元飲食文化</p>
設計理念	<p>本教具以「雜糧作物」為主題，是台灣市面上較少見的食農教育推廣內容，台東縣是台灣重要的原住民族居住與文化傳承保留之重點縣市之一，而雜糧作物中的小米與紅藜更是台灣原住民族百年來的傳統主食，更發展成為原住民族獨特的祭儀文化，具備有「文化農糧」的重要角色，透過教具帶動過程，讓參與者不單只是認識雜糧作物的種植與食用價值，更輔以繪本、照片或影像等，讓參與者猶如身處於故事劇場的情境中，建構與再認識台灣獨特的鄉土文化，培養文化藝術欣賞之美學視野，達到全人教育的深刻目的。</p>	
活動目標	<p>1. 先啟發再認同，從雜糧作物的外觀比較到料理介紹，先培養民眾正確的購買與食用臺灣原生種穀物；導入 SDGs 永續概念，介紹台東南迴地區風土特色、台灣原住民族的民族傳承，以及，小米田生態系的消失等議題，提供民眾對於我們這塊生長的土地有更宏</p>	

	<p>觀的視野，進而產生認同與欣賞多元族群之美。</p> <p>2. 觸發思考，反思觀察所學到的事物，搭配多元化的體驗操作，鼓勵民眾發揮自身創意、培養獨立思考能力，未來是否也能在各自不同專業領域，協助推廣農業與台灣文化。</p>
--	--

活動流程

時間	主題	活動流程及內容	活動整備
10分鐘	開場	<p>1. 介紹食農教育主題</p> <p>2. 環境與動線說明</p>	
50分鐘或 60分鐘	Open! 小米紅 藜食遊盒	<p>1. 由農民老師藉由「小米紅藜食遊盒」進行解說與體驗帶動，讓民眾能夠逐步認識台灣國產農糧。</p> <p>2. 本道具以「食遊盒」的型態呈現，猶如一份外帶餐盒，將雜糧作物帶入社區、家庭與學校之中，盒子裡一操作手冊與相關道具(ex. 放大鏡、種植用具、彩繪用具、雜糧古物包等)，可協助引導操作盒內的四個單元，逐步認識農產作物，並且欣賞與接觸多元文化之美。以下為各單元介紹：</p> <p>(1) 認識作物(雜糧觀察鏡)，可教學內容:作物外觀與構造、食物世界觀(本土種與進口作物)、農產品加工產製(脫殼脫粒與包裝保存)。</p> <p>(2) 種植(小米紅藜盆栽種植)，可教學內容:種植</p>	<p>1. 可搭配操作手冊進行說明與體驗帶動。</p> <p>2. OPEN 食農開箱影片，小米紅藜食遊盒， https://www.youtube.com/watch?v=oCQQ1H49Vog&list=PLooEjB1hhwI5dRTu6-wr2ttvyC6SKZ_tJ&index=3</p>

	<p>技巧、作物生長觀察記錄、田間觀察繪畫作業。</p> <p>(3) 藝術文化(彩繪盆栽)，可教學內容:大自然色彩學、生活美學、民族紋樣/飾工藝介紹。</p> <p>(4) 應用(傳統料理製作與分享品嘗)，可教學內容:傳統料理製作與分享品嘗、東排灣族群的飲食文化習俗介紹。</p> <p>【範例照片】</p> 	
30分鐘	<p>大家一起來品嘗與學習回饋</p> <p>1. 最後一個【應用】單元之操作，可進行現場實作、也可成為回家作業，鼓勵民眾食用國產農糧、增加味覺記憶，進而認同與喜愛，是我們最重要的推廣目的之一。</p> <p>2. 延續上述，各單位可視狀況進行最後一個【應用】單元之操作變化，在台東地區的過往操作經驗，會由農民老師或者老實際煮一鍋排灣族人傳統小米搖搖飯給大家品嘗，並在品嘗過程中分享今日的學習回饋，這樣的氛圍感受也是我們對於部落文化傳承</p>	

		的復刻情境，排灣族人是含蓄且嚴謹的，無論是小米粽或搖搖飯的食用方式、順序與規矩都有著深度的文化意涵，也透過餐食分享過程中，進行文化傳承養成全人品格教育。	
--	--	--	--

參考資料

1. 本教具是與農遊業者共同研發，其相關資料參考請參閱，<https://buildweb.ardswc.gov.tw/c6/>。
2. OPEN 食農開箱影片，小米紅藜食遊盒，https://www.youtube.com/watch?v=oCQQ1H49Vog&list=PLooEjB1hhwI5dRTu6-wr2ttvyC6SKZ_tJ&index=3

活動附件



1. 其他體驗活動方案說明

本教具的規劃設計概念非常強調「知識講述」與「體驗操作」，在每個單位進行知識講述後都會搭配有體驗操作，讓參與者能夠「手到、眼到、口到、心到」的

學習與經驗建立，故我們特別針對個別單元進行單一種或多種的體驗操作內容設計，以便提供給不同年齡或社會背景的參與者進行操作，甚至我們更將學校、農場、農村、社區等多個場景進行串聯，參加者可以在不同場景間進行多元化的探索，讓體驗操作顯得更加輕鬆有趣，更能帶動良好的學習互動，達到寓教於樂的效果。

知識單元	過去操作經驗
認識作物	 
	<p>摸摸看穀物的樣子，扣聯「產製儲銷」概念，讓農業與生活結合。</p>
藝術文化	
	<p>分享文化與生命故事的「小米故事劇場」，無論大小朋友一起來畫畫，是傳承更是療癒。</p>
	<p>實際呈現傳統農產加工法，推廣原民文化，培養多元文化欣賞之美。</p>
	
	
	<p>蒐集次級小米紅藜，進行星砂明信片創作，搭配溫馨小語，成為獨一無二的紀念品。</p>

種植	 	<p>配合種植時序或傳統祭儀節慶，如：布農族歲時祭儀、排灣族小米收穫季等，進行時令餐桌體驗或特色體驗(ex. 紅藜花環編織體驗)，吃在地、食當令，進行一場舌尖上的食農體驗。</p>
	 	
應用	<p>自己彩繪包裝袋、秤重，包裝一份心願米回家與家人分享。</p>	<p>軟糯香甜的小米甜甜圈，藉由巧手創意成為繽紛美味的食農下午茶。</p>

活動整備 彙整	人力需求	2位，農民老師、助手。
	活動地點	小米學堂；或其他室內型空間
	設備與材料	「外帶！一份小米紅藜田」食遊盒、投影設備與麥克風
	活動備案	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本教案以室內空間為主。 2. 本教案不包含農事體驗或其他體驗活動，民眾可額外預約體驗活動共同操作。
	活動宣傳及報名	宣傳管道：FB

活動檢討與優化

1. 適合靜態互動。
2. 不建議幼兒參加，因為講述內容專業知識較深度，建議國小中年級以上學生參加，但可接受事先預約與討論，進行客制化體驗內容之調整。
3. 可搭配其他體驗活動方案進行預約與操作。