

# 109年 食農教育推廣計畫

## 長庚科技大學

一般型  
社會組

### 嘉義分部通識教育學科

#### 計畫簡介及亮點

1. 將嘉義縣在地的食材與農業發展融入在課程中，讓在地或從不同縣市的學生在離嘉義縣時，能對嘉義縣在地農特產有所認識。
2. 許多農特產主要產地都在嘉義縣，藉由課程的融入，讓學生能從小到大去放眼全台的農業現況與建構正確的食農觀念。
3. 藉由與在地農場合作過程，建構在地可長期推廣的在地食農教育學習網絡。

#### 食農在嘉- 說食豆腐

學習內容：  
1. 農業生產與環境  
2. 農業與資源永續  
3. 認識食物

#### 餐桌上的 五穀雜糧

學習內容：  
1. 在地農業生產與  
特色  
2. 全球糧食問題  
3. 食品衛生與食品  
安全

#### 大豆的嘉鄉

學習內容：  
1. 在地農業生產與  
特色  
2. 軟食的均衡  
與健康

#### 自產農 豆豆腐

學習內容：  
1. 農業生產方法  
2. 軟食的均衡  
與健康  
3. 生命發展階  
段與營養

#### 豆出好滋味

學習內容：  
在地飲食特色

#### 豆旅食光

學習內容：  
在地飲食特色

#### 拜訪大豆的產地- 十甲農場

學習內容：  
1. 農業生產與環境  
2. 農業生產方法

#### 大豆加工廠-州南鹽 場+新榮源醬園

學習內容：  
1. 加工食品的製作與選擇  
2. 友善土地農法



計畫聯絡人：張玫萍/講師

# 109年 食農教育推廣計畫

## 長庚科技大學

一般型  
社會組

### --說食豆倡--

#### 主題農產品

大豆  
(黃豆、黑豆、毛豆)

#### 學習者

大學生

#### 概念面項

- 農業生產與環境
- 飲食健康與消費
- 飲食生活與文化

#### 學習內容

- 農業生產與環境
- 綠色消費
- 地產地消
- 加工食品

#### 教學理念

1. 嘉義縣的朴子、東石鄉農特產有所認識。
2. 在地的雜糧-大豆主題融入課程。
3. 建構與串聯可長期推廣的在地食農教育學習網絡。

#### 教學目標

1. 農業經濟、糧食自給率與食品安全等全球糧食議題。
2. 認識大豆相關的食品，理解傳統飲食文化。
3. 學生由受教者身分轉換角色為在地食農宣導者。

#### 教學大綱

| 教學時間  | 教學內容   |
|-------|--|
| 120分鐘 | 主題1：餐桌上的氣候變遷<br>內容：餐桌上的氣候變遷、永續循環餐桌、餐桌上的五穀雜糧。           |
| 120分鐘 | 主題2：大豆的「嘉」鄉<br>內容：餐桌上的氣候變遷、永續循環餐桌、餐桌上的五穀雜糧。            |
| 120分鐘 | 主題3：豆出好滋味(一)<br>內容：農業生產方法、飲食的均衡與健康、生命發展階段與營養、豆腐/豆花手作體驗 |
| 120分鐘 | 主題4：豆出好滋味(二)<br>內容：當季在地食材應用，了解大豆製品之間的巧妙連結與變化、豆食點心手作體驗。 |
| 360分鐘 | 主題5：豆旅食光<br>內容：十甲有機農場。<br>洲南鹽場+新來源醬園。                  |
| 120分鐘 | 主題6：生態廚房<br>內容：東石生態飲食介紹。<br>食作示範，實作品嚐。                 |



計畫聯絡人：張玫萍/講師

# 109年 食農教育推廣計畫

## 長庚科技大學

一般型  
社會組

### --說食豆倡-瘋狂豆豆拍--

教材形式

牌卡

學習者

10歲以上

規格篇幅

5.7\*8.8cm  
(一套54張)

建議教學  
時間

50 分鐘

使用說明

適用情境:

本食農教材擬以簡單又經典的心臟病遊戲玩法，設計一套大豆主題卡遊加以運用，考驗學生大豆知識判斷及手眼協調能力，有助於食農學習成效及班級經營。

大豆製成產品多元，型態廣泛，如液態、發酵、固態.....，也因此容易被忽視，故亦可透過此遊戲，喚醒大家對於大豆製成產品的認識，理解其對飲食的影響性，達到寓教於樂的效果。

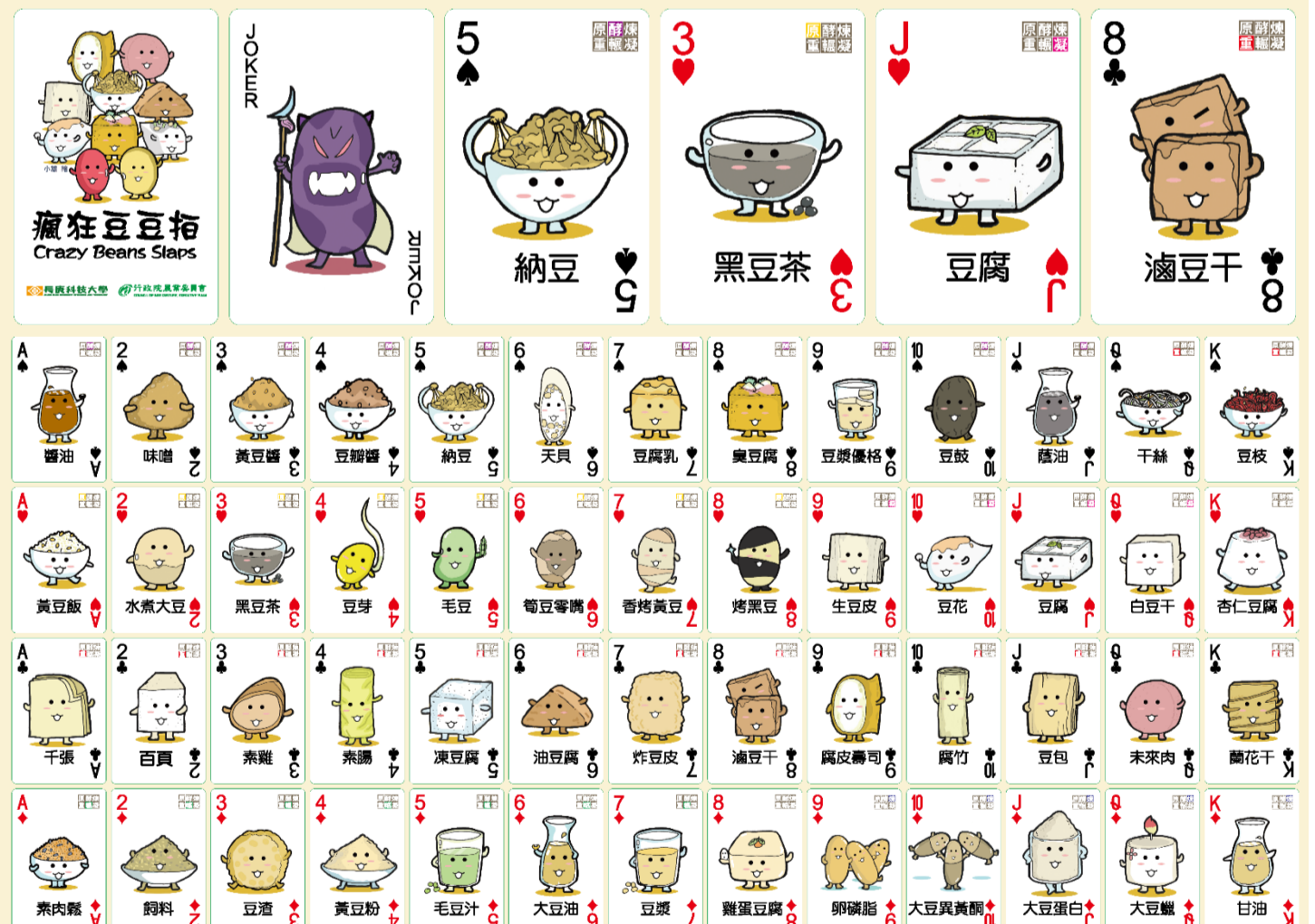
桌遊說明:

- 1.介紹遊戲規則。
- 2.大豆簡介每人一張，10分鐘快速瀏覽背誦。
- 3.將52張牌按人數平分(3-6人)，擲骰子決定出牌主題。
- 4.輪流出牌玩家一人一張放牌時唸出牌卡上文字，若出現某種食材非骰子主題時，玩家們要將一隻手掌壓於牌上方，最慢的人(手放在最上面的人)，則要將已發出的牌全數拿走，「誤拍」亦同。
- 5.牌局最後檢視玩家手上的牌的張數，最多則算輸家。繼續由輸家負責洗牌，做下一局的出牌人。

#### 豆製品製程

| 編號 | 重組再製 | 原型食物 | 發酵   | 碾制  | 提煉    | 凝固  | 根本沒有豆 |
|----|------|------|------|-----|-------|-----|-------|
| 1  | 千張   | 黃豆飯  | 醬油   | 素肉鬆 | 卵磷脂   | 豆腐  | 雞蛋豆腐  |
| 2  | 百頁   | 水煮大豆 | 味噌   | 飼料  | 大豆異黃酮 | 豆花  | 杏仁豆腐  |
| 3  | 素雞   | 黑豆茶  | 黃豆醬  | 豆渣  | 大豆蛋白  | 白豆干 |       |
| 4  | 素腸   | 豆芽   | 豆瓣醬  | 黃豆粉 | 大豆蠟   | 生豆皮 |       |
| 5  | 凍豆腐  | 毛豆   | 納豆   | 毛豆汁 | 甘油    |     |       |
| 6  | 油豆腐  | 筍豆零嘴 | 天貝   | 大豆油 |       |     |       |
| 7  | 炸豆皮  | 香烤黃豆 | 豆腐乳  | 豆漿  |       |     |       |
| 8  | 豆干零嘴 | 烤黑豆  | 臭豆腐  |     |       |     |       |
| 9  | 腐皮壽司 |      | 豆漿優格 |     |       |     |       |
| 10 | 腐竹   |      | 豆鼓   |     |       |     |       |
| 11 | 豆包   |      | 蔴油   |     |       |     |       |
| 12 | 未來肉  |      |      |     |       |     |       |
| 13 | 蘭花干  |      |      |     |       |     |       |
| 14 | 豆枝   |      |      |     |       |     |       |
| 15 | 干絲   |      |      |     |       |     |       |
| 16 |      |      |      |     |       |     |       |

#### 瘋狂豆豆拍



計畫聯絡人：張玫萍/講師