

嘉義縣 110 學年度食農教育優良教案甄選

春天 · 野菜 · 幸福

目錄

壹、課程理念.....	3
貳、課程架構.....	3
參、教學方法.....	4
肆、評量方式.....	4
伍、教學活動.....	5
陸、教學成果.....	11
柒、教學省思.....	16

壹、課程理念

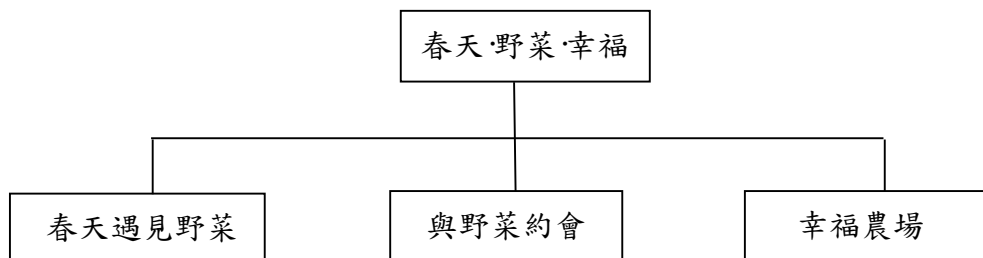
本課程《春天·野菜·幸福》是發想於學生參加社區代間教育活動中，對於社區奶奶做的野菜飯不僅印象深刻且回味無窮，再加上現代人飲食習慣的改變，越來越少人吃野菜，逐漸遺失可食用野菜的辨識能力，於是教師將學生在社區或校園隨處可見的野菜與課程做連結，並配合聯合國宣布的「2030 永續發展目標」(Sustainable Development Goals, SDGs)中的「消除飢餓」議題，帶領孩子由認識野菜出發，進而關懷社會，讓地球能永續發展。

此外，臺灣農業推廣學會出版的「當筷子遇上鋤頭—食農教育作伙來」手冊(董時叡、蔡淑娟, 2016)提到，食農教育是一種強調「親手做」的體驗教育，讓學生親自體驗農產品從生產、處理，至烹調之過程，並發展出簡單的烹調和耕種技能。在此過程中，不僅讓學生增加食物選擇能力，也能培養對食物、對生產者和環境的感恩。因此，這門讓學生成為行動學習者的跨領域食農教育課程一共規劃了三個活動，包含「野菜遇見春天」、「與野菜約會」和「幸福農場」，希望學生從發現野菜就在身邊、動手做野菜料理，進而決定開闢幸福農場，一起種菜趣。

這一連串的幸福學習過程，希望讓學生在十二年國教「自發」、「互動」、「共好」的核心理念下，發展探索事理、樂於學習、表達想法與人合作等核心素養，以野菜做為學習素材，讓學生從生活中開展學習，藉由感官觀察和親身體驗，滋養其自主學習與終身學習的能力，並透過多元評量方式，看見其成長。

貳、課程架構

本課程架構包含了三個活動，茲說明如下：



參、教學方法

- 一、運用比較教學法，引導學生利用五感對三種野菜做深入的觀察，並分辨其中的差異，培養學生探尋真相的精神與能力，引發探究的興趣。
- 二、透過體驗式教學法，在教師的說明及示範下，讓學生做為一位行動者親身參與及操作，從學習洗菜、挑菜到料理野菜飯，享受自己動手做的樂趣，進而體會家人煮飯的辛苦。
- 三、藉由4F引導法，讓學生從SDGs的議題關懷世界，並提出合宜的學習行動，讓地球得以永續發展。

肆、評量方式

一、實作評量：

- (一)能分辨三種野菜。
- (二)能動手做野菜飯。
- (三)能實際種植蔬菜。

二、口語評量：

- (一)能說出三種野菜的味道與香氣。
- (二)能上台發表各學習單。
- (三)學生能踴躍的回答老師的提問。
- (四)能說出繪本故事的內容。

三、紙筆評量：

- (一)能小組合作完成野菜拼圖。
- (二)能發揮創意完成野菜創意聯想畫。
- (三)能繪製製作野菜飯的情緒心電圖學習單。
- (四)能寫出吃野菜的原因。
- (五)能提出消除飢餓目標的行動。

伍、教學活動

領域/科目	校訂課程/食農學堂	
實施年級	四年級	
主題名稱	春天·野菜·幸福	
主題內容	<input checked="" type="checkbox"/> 農事教育、 <input checked="" type="checkbox"/> 人類與糧食生態永續、 <input type="checkbox"/> 產銷履歷 <input type="checkbox"/> 綠色生產與消費、 <input type="checkbox"/> 碳足跡、 <input type="checkbox"/> 食品安全 <input checked="" type="checkbox"/> 健康飲食、 <input type="checkbox"/> 午餐禮儀、 <input type="checkbox"/> 感恩惜物、 <input type="checkbox"/> 其他 _____	
設計依據		
學習重點	學習表現	自 po-II-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。 自 ai-II-3 透過動手實作，享受以成品來表現自己構想的樂趣。 國語文 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。 綜 3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。
	學習內容	自 INa-II-7 生物需要能量（養分）、陽光、空氣、水和土壤，維持生命、生長與活動。 自 INb-II-6 常見植物的外部形態主要由根、莖、葉、花、果實及種子所組成。 國語文 Ad-II-2 篇章的大意、主旨與簡單結構。 綜 Ab-II-2 學習行動。
核心素養	總綱	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 B1 符號運用與溝通表達 C1 道德實踐與公民意識
	領綱	自-E-A1 能運用五官，敏銳的觀察周遭環境，保持好奇心、想像力持續探索自然。 自-E-B1 能分析比較、製作圖表、運用簡單數學等方法，整理已有的自然科學資訊或數據，並利用較簡單形式的口語、文字、影像、繪圖或實物、科學名詞、數學公式、模型等，表達探究之過程、發現或成果。 國-E-C1 閱讀各類文本，從中培養是非判斷的能力，以了解自己與所處社會的關係，培養同理心與責任感，關懷自然生態與增進公民意識。 綜-E-A2 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。
議題融入	實質內涵	戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 環 E7 覺知人類社會有糧食分配不均與貧富差異太大的問題。

	<p>所融入之 單元</p>	<p>南一版 語文領域四下 第二單元 漫步自然 南一版 綜合活動四下 第一單元 戶外活動全紀錄 南一版 自然與生活科技三下 第一單元 種菜好好玩</p>
<p>與其他領域/科目 的連結</p>		<p>語文領域(國語文) 綜合活動領域 自然科學領域</p>
<p>教材來源</p>		<p>自製教學簡報、學習單及融入之領域教科書</p>
<p>教學設備/資源</p>		<p>野菜、筆電、學習單、便利貼、彩色筆、炒飯食材和器具、菜苗、種子等種植工具、繪本。</p>

教學單元活動設計			
單元名稱		春天·野菜·幸福	時間 160 分鐘 (共四節課)
學習 重點	學習 表現	<p>自 po-II-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。</p> <p>自 ai-II-3 透過動手實作，享受以成品來表現自己構想的樂趣。</p> <p>國語文 5-II-11 閱讀多元文本，以認識議題。</p> <p>綜 3d-II-1 覺察生活中環境的問題，探討並執行對環境友善的行動。</p>	
	學習 內容	<p>自 INa-II-7 生物需要能量（養分）、陽光、空氣、水和土壤，維持生命、生長與活動。</p> <p>自 INb-II-6 常見植物的外部形態主要由根、莖、葉、花、果實及種子所組成。</p> <p>國語文 Ad-II-2 篇章的大意、主旨與簡單結構。</p> <p>綜 Ab-II-2 學習行動。</p>	
學習目標		<p>1. 能運用五官感受及想像力，認識三種野菜的特色。</p> <p>2. 能做出健康美味的野菜飯料理，並與他人分享。</p> <p>3. 能提出在生活中實現消除飢餓目標的行動，並付諸實行，進而珍惜食物。</p>	
領綱核心素養		<p>自-E-A1 能運用五官，敏銳的觀察周遭環境，保持好奇心、想像力持續探索自然。</p> <p>自-E-B1 能分析比較、製作圖表、運用簡單數學等方法，整理已有的自然科學資訊或數據，並利用較簡單形式的口語、文字、影像、繪圖或實物、科學名詞、數學公式、模型等，表達探究之過程、發現或成果。</p> <p>國-E-C1 閱讀各類文本，從中培養是非判斷的能力，以了解自己與所處社會的關係，培養同理心與責任感，關懷自然生態與增進公民意識。</p> <p>綜-E-A2 探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。</p>	
核心素養呼應 說明		<p>一、透過採野菜和分辨野菜的過程，培養學生選擇、分析與運用新知的能力，並不斷自我精進，認識更多的野菜。</p> <p>二、在每個活動的體驗過程中，藉由教師的引導提問，讓學生學習理解問題，培養思辨分析以及推理批判的能力，並能付出行動與反思，以有效面對及解決生活問題。</p> <p>三、透過野菜創意聯想畫的繪製與分享，讓學生學習使用語言、文字及藝術等各種符號來表達與溝通，並在與人互動中，能了解與同理他人。</p> <p>四、結合聯合國永續發展目標，讓學生，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題，並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。</p>	
議題融入 說明		<p>戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</p> <p>戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。</p> <p>環 E7 覺知人類社會有糧食分配不均與貧富差異太大的問題。</p>	

第一、二節：春天遇見野菜		備註
<p>【引起動機】</p> <p>一、上學期，學生參加藤寮社區代間教育活動時，長輩介紹了各式各樣的植物，也煮了美味的午餐，讓大家回味無窮。開學後，學生紛紛詢問何時可以再吃到有奶奶味道的「綠」炒飯？炒飯裡的「綠精靈」是什麼菜？</p> <p>二、老師告訴學生「綠精靈」其實就在我們的身邊，想要再次品嚐綠炒飯，請先完成拼圖。</p>	<p>【時間】</p> <p>10 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能小組合作完成野菜拼圖。</p>	
<p>【發展活動】</p> <p>一、校園踏查趣</p> <p>(一)學生帶著拼好的圖到校園裡尋找「綠精靈」的位置。</p> <p>(二)該組成員和老師確定「綠精靈」後，動手摘取。</p> <p>二、分類大作戰</p> <p>(一)請學生將塑膠袋裡的「綠精靈」進行分類。</p> <p>(二)請學生說明分類的理由。學生表示，葉子鋸齒狀、葉子尖尖的、莖紅紅的、白花等。</p> <p>三、教師說明剛剛採收的野菜有野萵、龍葵、鬼針草。</p> <p>四、請學生將野菜分類成野萵、龍葵、鬼針草。</p>	<p>【時間】</p> <p>40 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能分辨三種野菜。</p>	
<p>【綜合活動】</p> <p>一、野菜創意聯想畫</p> <p>(一)學生挑選野菜，進行聯想創作。</p> <p>(二)上網蒐集資料，寫出野菜的別名、功效等。</p> <p>二、分享創作</p> <p>(一)和同學分享自己的創作並介紹野菜。</p>	<p>【時間】</p> <p>30 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能完成野菜創意聯想畫。</p>	
<p>教學提醒</p>	<p>一、教師事先在校園尋找一塊適合摘野菜的环境，若到社區，採集前要確認是否被噴灑過除草劑等農藥。</p> <p>二、室外活動時，提醒學生注意安全。</p> <p>三、採集時，一定要請老師確認正確後才能摘取，以免中毒。</p>	
<p>參考資料</p>	<p>吳雪月 (2006)。台灣新野菜主義。台北：天下遠見出版股份有限公司。</p> <p>趙文綺(2018)。野菜紀實—以東海大學校園採集為例(未出版之碩士論文)。東海大學餐旅管理學系。</p>	

第三節：與野菜約會		備註
<p>【引起動機】</p> <p>一、上一節課認識野菜後，學生表示，希望能再次品嚐有奶奶味道的野菜飯。</p> <p>二、美食評論家</p> <p>(一)清洗野菜，並摘下葉子。</p> <p>(二)試吃清炒的野菜。</p> <p>(二)在便條紙上分別寫下三種野菜的味道並幫野菜打分數。</p> <p>(三)將便條紙貼在白板上。</p> <p>三、教師統計星星數，獲得最高票的是野苧，我們選擇它來做野菜飯。</p>		<p>【時間】</p> <p>10 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能說出三種野菜的味道與香氣。</p>
<p>【發展活動】</p> <p>一、動手做野菜飯</p> <p>(一)教師介紹需要的食材：野菜、蒜末、香菇、雞蛋、蒜末、培根、火腿、白飯、鹽、胡椒鹽。</p> <p>(二)教師和學生一起料理野菜飯：</p> <ol style="list-style-type: none"> 將蒜末、香菇與培根放入鍋中爆香，再將蛋液倒入鍋中拌炒。 蛋熟後，加入野菜和配料。 加入白米飯和調味料。 拌炒均勻，即可盛盤。 <p>二、將野菜飯分享給最想感謝的人。</p> <p>三、品嚐野菜飯。</p>		<p>【時間】</p> <p>20 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能動手做野菜飯。</p>
<p>【綜合活動】</p> <p>一、請學生畫出做野菜飯的情緒心電圖。</p> <p>二、分享自己的感受或發現。</p>		<p>【時間】</p> <p>10 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能繪製出野菜飯製作的心電圖。</p>
<p>教學提醒</p>	<p>一、使用爐火、剪刀、鍋鏟時，需注意安全，以免受傷。</p> <p>二、鼓勵孩子參與料理活動。</p>	
<p>參考資料</p>	<p>社區長輩的野菜飯食譜。</p>	

第四節：幸福農場		備註
<p>【引起動機】</p> <p>一、學生詢問市面上有這麼多漂亮又可口的蔬菜，我們還要吃野菜的原因是什麼？</p> <p>二、教師邀請學生寫下可能的原因：隨處可見、沒有農藥或化學肥料、耐旱、颱風天或物價上漲時。</p>		<p>【時間】</p> <p>5 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能寫出吃野菜的原因。</p>
<p>【發展活動】</p> <p>一、教師介紹聯合國永續目標 SDGs 中的第二目標「消除飢餓」。</p> <p>二、教師邀請學生分別閱讀繪本《剛達爾溫柔的光》、《沒有字的明信片》、《爺爺的有機麵包》、《我種了高麗菜》、《石頭湯》、《阿姆，謝謝你》。</p> <p>三、請學生輪流分享書的內容 1 分鐘。</p> <p>四、教師提問</p> <p>(一)聽完大家的分享後，你有什麼感受或發現？</p> <p>(二)請提出一項你做得到，可以在生活中實現消除飢餓目標的行動。</p> <p>五、學生決定開闢一個幸福農場，並利用早自修到各班邀請全校小朋友一起來種菜。</p>		<p>【時間】</p> <p>25 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能提出消除飢餓目標的行動。</p>
<p>【綜合活動】</p> <p>(一)種菜趣</p> <p>1. 教師示範鬆土和播種的方法。</p> <p>2. 學生動手鬆土和播種。</p> <p>(二)觀察與記錄</p> <p>1. 教師說明課後作業：早自修到菜園觀察和澆水。</p>		<p>【時間】</p> <p>10 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>形成性：能實際種植蔬菜。</p>
教學提醒	<p>一、若學生無法自行說出繪本故事的內容，建議用提問的方式。</p> <p>二、若學生人數較多，建議分組，每組指派一人閱讀某一本書後，回到各組進行分享。</p> <p>三、種植後，提醒學生每日到幸福農場澆水。</p>	
參考資料	<p>李育琴(2019年5月21日)。【生物多樣性的美好日常】吃野菜 面對餐桌上的氣候變遷。環境資訊中心。https://e-info.org.tw/node/218084</p> <p>天下雜誌教育基金會(2022)。永續閱讀書單。SDGs 兒童永續書房@天下。https://sdgreading.cw.com.tw/sdgs-%E6%B0%B8%E7%BA%8C%E6%9B%B8%E5%96%AE</p> <p>何昕家(2020)。永續發展目標(SDGs)教育手冊-臺灣指南。教育部。</p> <p>Nanami Minami (2004)。剛達爾溫柔的光(盧千惠譯)。玉山社。</p> <p>向田邦子(2021)沒有字的明信片(林真美譯)。小麥田。</p> <p>Hye-Eun Shin(2009)。爺爺的有機麵包(羅吉希譯)。聯經。</p> <p>陳麗雅(2015)。我種了高麗菜。小天下。</p> <p>Marcia Brown(2003)。石頭湯(楊茂秀譯)。青林國際。</p> <p>Oge Mora(2020)。阿姆，謝謝你(宋珮譯)。小天下。</p>	

陸、教學成果

一、教學過程



▲上學期，學生參加代間教育活動。



▲在活動中，長輩介紹各式各樣的植物。



▲學生和長輩將印象深刻的植物繪製成海報。



▲享用長輩煮的美味午餐。



▲學生分組進行拼圖活動。



▲學生分組完成拼圖。



▲帶著拼圖，到校園尋找綠精靈。



▲摘取野菜。



▲學生將野菜進行分類。



▲學生說明分類的理由。



▲教師介紹野菜後，請學生再次分類。



▲學生繪製創意聯想畫。



▲學生上網查詢野菜的資料。



▲學生將野菜的資料記錄下來。



▲學生上台介紹自己的作品。



▲學生上台分享自己的創作。



▲學生清洗野菜。



▲試吃野菜。



▲在便條紙上寫下野菜的味道並打分數。



▲統計最喜歡的野菜。



▲學生料理野菜飯。



▲將野菜飯分享給最感謝的人。



▲繪製做野菜飯的情緒心電圖。



▲和同學分享做野菜飯的感受。



▲學生腦力激盪吃野菜的原因。



▲教師介紹 SDGs 中的第二目標「消除飢餓」。



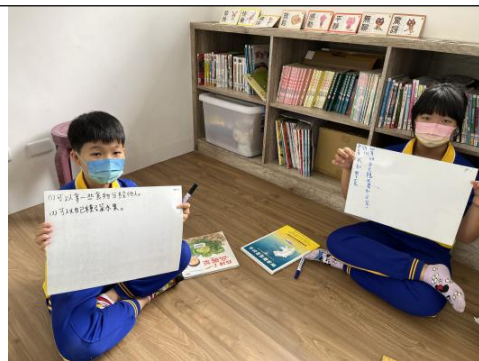
▲閱讀繪本。



▲分享繪本內容。



▲閱讀繪本後，寫出自己的發現或感受。



▲分享消除飢餓的行動。



▲到各班邀請全校小朋友一起來種菜。



▲鬆土、種菜趣。

二、學生作品



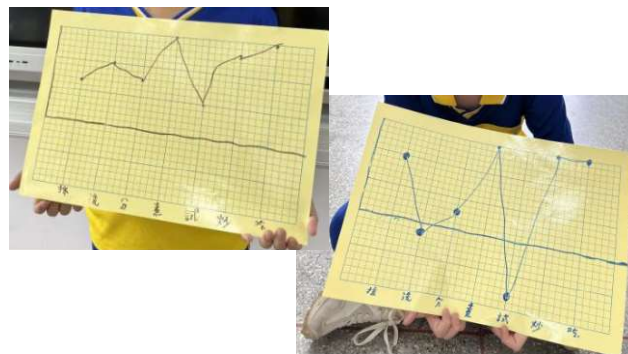
▲野菜創意聯想畫



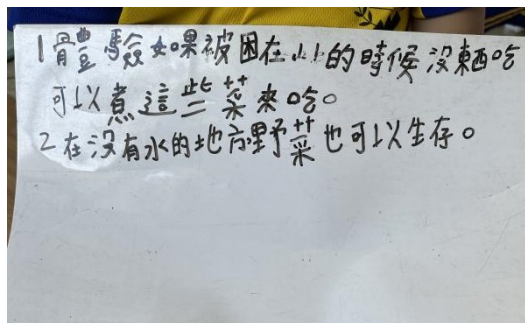
▲美食評論家



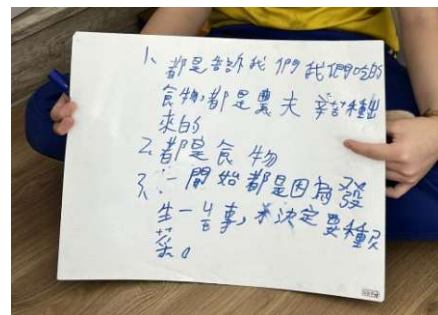
▲香噴噴的野菜飯出爐了。



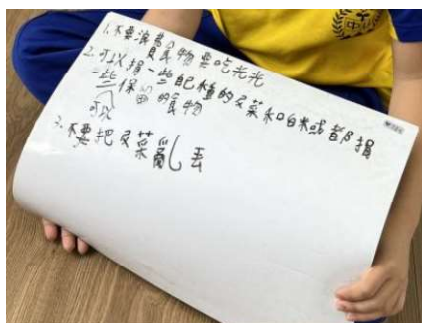
▲製作野菜飯的情緒心電圖



▲吃野菜的原因。



▲看繪本後，學生的發現或感受。



▲學生提出「消除飢餓」目標的行動。



▲幸福農場

柒、教學省思

依據范信賢(2016)提出的素養導向課程及教學設計四項原則，來省思本單元的教學活動：

(一)知識、技能與態度的整合：

一開始，在設計和規劃活動時，並未能完全結合知識、技能與態度的目標，但因為學生的回饋，讓教學活動更完整。舉例來說，在「野菜遇見春天」活動中，帶領孩子了解野菜的特色，也學習到採收野菜的方法，學生更主動提到要感謝祖先傳承下來的野菜文化，才能讓我們認識和品嚐到野菜。在「與野菜約會」活動中，學生當起美食評論家品嚐了野菜的原汁原味，也自己動手做健康美味的野菜飯料理，並主動表示想將香味四溢的野菜飯分享給要感謝的人。而在「幸福農場」的活動中，學生透過繪本認識聯合國「消除飢餓」的永續目標，進而提出「消除飢餓」的行動，並主動到各班去邀請大家一起加入種菜和珍惜食物的行列。

(二)導入情境脈絡化的學習：

本教學活動強調學生為學習的行動者，以學生所提出的問題來規劃課程，引導學生進行學習，學生提到，綠炒飯裡的綠精靈是什麼？綠炒飯怎麼做？吃野菜的原因是什麼？在這些問題下，老師設計了三個主要教學活動，讓學生在解決問題和完成任務中，更加認識野菜，進而親手種菜，將一連串的體驗過程與學生的生活經驗做適切的結合，引起學生的學習動機，也能主動關心周遭的萬物。

(三)關注學習策略及方法：

本教學活動結合學習內容與探究歷程，以陶養學生擁有自學能力，成為終身學習者。在進行野菜創意聯想圖畫活動時，有些學生透過拓印方式，將野菜當作動物的耳朵，有些學生直接黏上野菜，將其當作雨傘，如此創作力的展現，讓教學者驚艷不已。此外，學生親自採收野菜時，不僅學會觀察，也發現了採嫩野菜的秘訣。接著，學生在上網搜尋野菜的別名、功用時，不僅發現了許多美味的野菜料理，也知道了原來家裡常吃到的菜，就是野菜的一種。此外，在介紹聯合國永續發展目標時，學生在老師的引導下，了解到身為小學生的自己，也能付出力量，幫助這個社會。

(四)強調實踐力行的表現：

上完四節課後，孩子不僅對在地食材——野菜有更深一層的認識，也開始能仔細去觀察餐桌上的食物，主動提出疑問，並願意尋找答案。對於教學者來說，更是一大收穫。