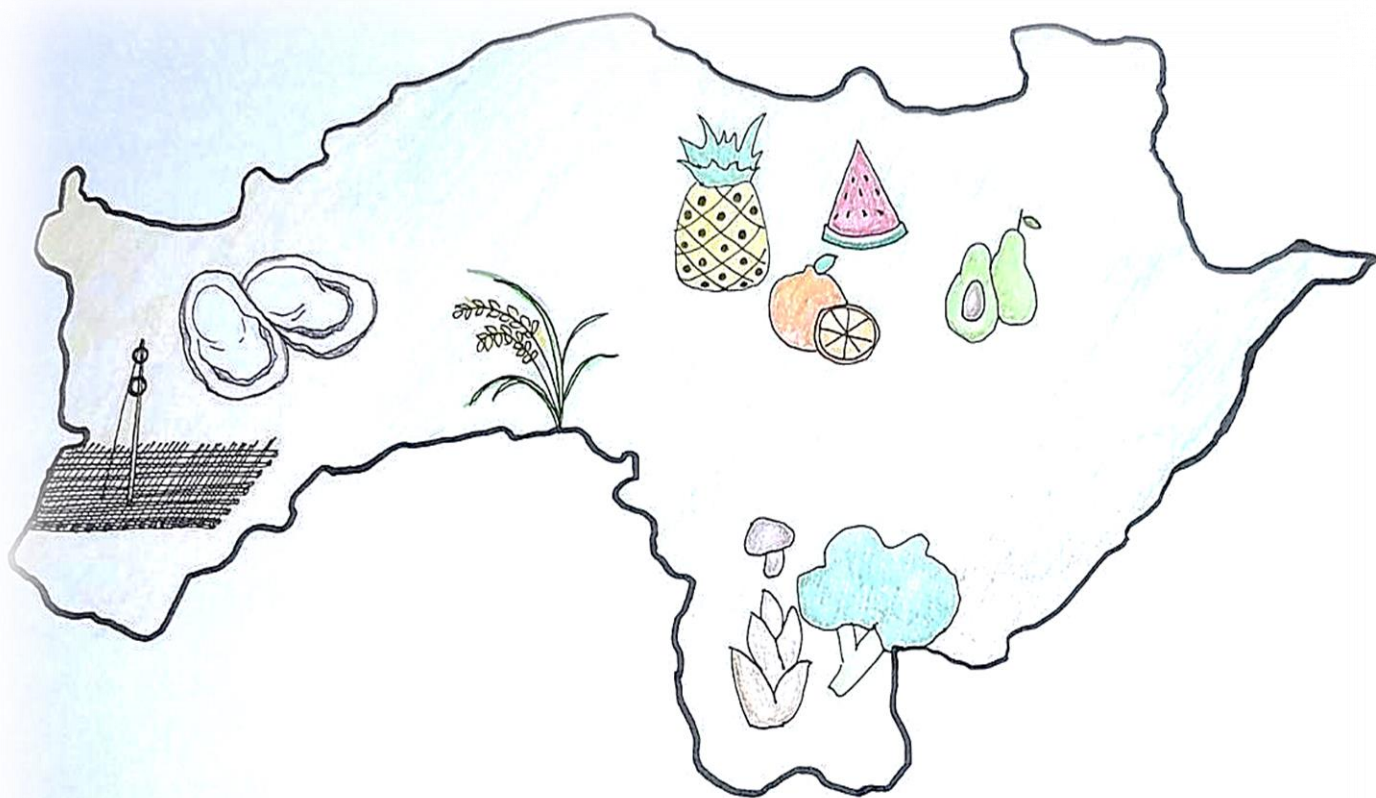


嘉義縣 108 學年度食農教育優良教案甄選

嘉鄉食尚，

神農食代



# 嘉義縣 108 學年度食農教育優良教案甄選實施計畫

## 壹、課程理念

### 一、推動飲食教育

讓學生體驗飲食活動，了解食物的產出過程，透過相關課程與生活的連結，建立健康飲食的習慣，以及打造友善的飲食環境。

### 二、體驗農業生產

透過農業活動的體驗，讓學生能理解農業生產、飲食以及環境生態的關聯性，讓學生重新審視人與自然的關係。

### 三、架構食農教育

透過課程與活動的安排，與社區共同營造食農環境的推動，活絡在地支持系統，傳承傳統飲食文化，提升糧食自給率之目標。

## 貳、課程架構



### 參、教學方法

- 一、DIY 綠花園－發現法：讓學生透過實作與探索，發現環境溫度與綠色植物之間的關聯性，並且發現問題的所在。
- 二、鄉味四溢－演示法：教師演示生火及烹煮，讓學生從觀察中獲得認識，再經由學生的模仿與練習習得知識與技能。
- 三、食尚科技－練習法：以創造性練習提供學生 micro：bit 基本概念，透過反覆練習與測試，解決問題。
- 四、均衡飲食－討論法：藉由討論的過程，培養學生合作精神，集思廣益、互相啟發，學習如何深入思考。

### 肆、評量方式

- 一、DIY 綠花園－實作評量、紙本評量：以學生實作的 DIY 綠花園盆栽，以及學習單作為評量重點。
- 二、鄉味四溢－實作評量、紙本評量：以學生料理的食物和分工情形，以及學生給予教師評分的學習單作為評量重點。
- 三、食尚科技－實作評量：以學生練習的 micro：bit 基本操作、創意作品，以及學生將 micro：bit 和 DIY 綠花園結合的植栽當作評量重點。
- 四、均衡飲食－紙本評量、口語評量：以學生的卡路里計算學習單、學生對於飲食的發表作為評量重點。



伍、教學活動

<b>領域/科目</b>		綜合活動/童軍 科技領域/生活科技 健體領域/健康	
<b>實施年級</b>		七年級/八年級/九年級	
<b>主題名稱</b>		嘉鄉食尚，神農食代	
<b>設計依據</b>			
<b>學習 重點</b>	<b>學習 表現</b>	<p>綜 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。</p> <p>綜 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。</p> <p>運 c-IV-3 能應用資訊科技與他人合作進行數位創作。</p> <p>健 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 能夠栽養蔬果，認識蔬果。</li> <li>● 學會砍樹生火，烹煮食材。</li> <li>● 藉由科技課程，製作灑水器。</li> <li>● 計算食物熱量，健康學習單。</li> </ul>
	<b>學習 內容</b>	<p>童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。</p> <p>童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。</p> <p>生 P-IV-7 產品的設計與發展。</p> <p>健 Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● DIY 綠花園器材組裝、植物栽種與收穫。</li> <li>● 砍樹生火，烹煮在地食材並分享。</li> <li>● micro:bit 濕度偵測應用——自動澆水裝置。</li> <li>● 食物熱量計算，分析食物營養成分。</li> </ul>
<b>核心 素養</b>	<b>總綱</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</li> <li>● J-B2 具備善用科技、資訊與媒體以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</li> </ul>	
	<b>領綱</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。</li> <li>● 科-J-A3 利用科技資源，擬定與執行科技專題活動。</li> <li>● 健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有</li> </ul>	

		效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	
議題 融入	實質 內涵	<p>環境教育：認識與理解人類生存與發展所面對的環境危機與挑戰，從中探究氣候變遷，並執行綠色、簡樸與永續的生活行動。</p> <p>戶外教育：強化與環境的连接，養成友善環境的態度，發展社會覺知與互動的技能，建立友善與包容之人際關係，進而發展社會參與和團隊合作的素養。</p> <p>資訊教育：增進善用資訊解決問題與運算思維能力，養成資訊社會應有的態度與責任。</p> <p>科技教育：具備科技哲學觀與科技文化的素養，從 micro：bit 的學習中激發學習科技及科技設計的興趣與技能。</p> <p>環境教育：認識與理解人類生存與發展所面對的環境危機與挑戰，從個人身體健康與飲食習慣，思考如何培養綠色永續的生活行動。</p>	
	所融 入之 單元	<p>環境教育：DIY 綠花園</p> <p>戶外教育：鄉味四溢</p> <p>資訊教育、科技教育：食尚科技</p> <p>環境教育：均衡飲食</p>	
與其他領域/ 科目的連結	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 生物：學生在操作植物的耕種時，需要了解植物的成長歷程，教師亦可於生物課帶學生參觀與進行葉菜分辨之實驗。</li> <li>● 資訊：micro：bit 的設計需要以資訊課程式設計為優先，建立學生基本知識。</li> <li>● 家政：戶外野炊課程可與家政課的烹飪結合，讓料理更專業有趣。</li> </ul>		
教材來源	自編		
教學設備/資 源	DIY 綠花園建置材料、micro：bit 材料包、校園野炊區。		
<b>各單元學習重點與學習目標</b>			
單元名稱	學習重點		學習目標
DIY 綠花園	學習表現	綜 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長	<p>1. 學生能夠實際操作器材、組裝設備。</p> <p>2. 學生能夠理解節能減碳降溫概念。</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>3.學生能夠明白在地食材如何帶動友善環境。</p>
	<p><b>學習內容</b></p>	<p>童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。</p> <p>童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。</p> <p>童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。</p>	
<p>「鄉」味四溢</p>	<p><b>學習表現</b></p>	<p>綜 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。</p> <p>綜 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。</p>	<p>1.能使用在地食材製作道地美食。</p> <p>2.能從實作中，學會野炊的烹調技巧。</p> <p>3. 學生能分工合作，適應團體生活。</p> <p>4. 學生能學會簡易的野炊，具備野外求生的技能。</p>
	<p><b>學習內容</b></p>	<p>童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。</p> <p>童 Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。</p> <p>童 Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。</p>	

食尚科技	學習表現	<p>運 c-IV-2 能選用適當的資訊科技與他人合作完成作品。</p> <p>運 c-IV-3 能應用資訊科技與他人合作進行數位創作。</p> <p>設 c-IV-3 能具備與人溝通、協調、合作的能力。</p>	<p>1.啟發學生 micro：bit 微電腦應用學習動機和興趣。</p> <p>2.使學生具備程式設計、邏輯思維能力，提昇未來競爭力。</p> <p>3.教導學生利用 micro：bit 微電腦和硬體設備。</p> <p>4.落實資訊教育生活化，提昇學生資訊應用。</p>
	學習內容	<p>資 T-IV-1 資料處理應用專題。</p> <p>資 T-IV-2 資訊科技應用專題。</p> <p>生 P-IV-7 產品的設計與發展。</p>	
均衡飲食	學習表現	<p>健 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>健 1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。</p> <p>健 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>1.認識食物中的卡路里。</p> <p>2.日常生活中養成良好的飲食習慣。</p> <p>3.透過小組討論，增進同學間互相學習的機會。</p>
	學習內容	<p>健 Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。</p> <p>健 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。</p> <p>健 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。</p>	

一、教學單元活動設計—DIY 綠花園

教學單元活動設計			
單元名稱	DIY 綠花園	時間	2 節課
學習目標	1. 學生能夠實際操作器材、組裝設備。 2. 學生能夠理解節能減碳降溫概念。 3. 學生能夠明白在地食材如何帶動友善環境。		
學習表現	童 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長 童 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。		
學習內容	童 Aa-IV-2 小隊制度的分工、團隊合作與團體動力的提升。 童 Ca-IV-1 戶外觀察、追蹤、推理基本能力的培養與運用。 童 Da-IV-2 人類與生活環境互動關係的理解，及永續發展策略的實踐與省思。		
領綱核心素養	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 綜-J-C1 探索人與環境的關係，規劃、執行服務學習和戶外學習活動，落實公民關懷並反思環境永續的行動價值。</li> </ul>		
核心素養呼應說明	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生組裝與操作 DIY 綠花園的過程中，了解設備置於屋頂能夠達到節能降溫的作用。</li> <li>● 學生在種植在地蔬果時，能夠明白挑選在地食材，可縮短食物里程，降低交通運輸的排放量，藉此探索人與環境的關係，反思環境永續的行動價值。</li> </ul>		
議題融入說明	環境教育：認識與理解人類生存與發展所面對的環境危機與挑戰，從中探究氣候變遷，並執行綠色、簡樸與永續的生活行動。		
第一節：教學活動內容及實施方式			備註
<b>【引起動機】</b> 1. 帶學生至四樓，測量地板溫度及天花板溫度。再帶學生至三樓測量三樓地板溫度，藉由樓層溫度不同，帶學生思考如何降溫。			<b>【時間】</b> 10 分鐘  <b>【評量重點】</b> *學生能運用溫度測量儀器，測量兩個樓層的溫度。
<b>【發展活動】</b> 1. 說明綠花園的構造，逐步帶學生理解綠花園的降溫概念，以及對環境的影響。 2. 帶學生將泥土與有機肥料混合。			<b>【時間】</b> 25 分鐘  <b>【評量重點】</b> *學生能合力將泥土與有機肥料結合。





3.請學生將吸水條放入盒子內。



\*學生能將吸水條置入盒中。

**【綜合活動】**

- 1.帶學生寫學習單
- 2.請學生發表心得

- \*請學生回家蒐集寶特瓶。
- \*請學生回家蒐集在地蔬果種子。
- \*請學生回家規劃綠屋頂排列圖樣。

**【時間】**

10 分鐘

**【評量重點】**

\*學生能完成學習單。

**教學提醒**

- \*請學生分組操作。
- \*下一次上課前，請學生記得每日去翻動泥土。

**附錄**

附件一、學習單

**第二節：教學活動內容及實施方式**

**備註**

**【引起動機】**

- 1.請學生發表自行帶來的在地蔬果種子與苗。
- 2.請學生計算各組帶來的寶特瓶，並進行寶特瓶蒐集競賽累計。

**【時間】**

10 分鐘

**【評量重點】**

\*學生能發表並理解在地蔬果。  
\*學生能從寶特瓶蒐集累積中，了解循環運用的環保知識。

**【發展活動】**

- 1.學生將寶特瓶扣上綠基底，並且將吸水繩置入寶特瓶內。

**【時間】**

25 分鐘

- 2.將泥土與肥料分別裝入盒中，並將種子與苗放入泥土中。
- 3.學生將綠盒子排列成各組的樣式。
- 4.學生分組澆水灌溉。



**【評量重點】**

- \*學生能將綠花園設備組裝完成，並放入種子與苗。
- \*學生能將盒子美化排列成不同樣式。

**【綜合活動】**

- 1.請學生發表心得
  - (1) 有關寶特瓶循環利用的概念，以及是否可以減少使用寶特瓶。
  - (2) 屋頂降溫以後，對於環境有什麼影響？
  - (3) 除了使用廠商製造的套件，是否也可以 DIY 創作家裡的降溫盆栽。
- 2.安排各組負責澆水之同學

**【時間】**

10 分鐘

**【評量重點】**

- \*學生能發表心得，並能理解綠花園的在地食材與減碳環保的意義。

**教學提醒**

- \*請學生分組操作。
- \*下一次上課前，請學生記得每日去翻動泥土。

二、教學單元活動設計—鄉味四溢

教學單元活動設計			
單元名稱	鄉味四溢	時間	2 節課
學習目標	1.能使用在地食材製作道地美食。 2.能從實作中，學會野炊的烹調技巧。 3.能熟練控制火勢。 4.能分工合作，和諧的完成炊事。		
學習表現	童 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 童 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。		
學習內容	童 Cb-IV-1 露營知識與技能的學習，以提升野外生存能力。 童 Cb-IV-2 露營活動組織分工、計畫、執行、檢討與反思。 童 Cb-IV-3 露營中的活動領導、溝通與問題解決。		
領綱核心素養	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。		

<p><b>核心素養呼應說明</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生在升火的時候，能夠理解升火的方式，並且了解野外生存與環境並存的重要。</li> <li>● 學生在料理在地食材的時候，能夠思考如何發展在地產業文化，並且藉由在地食材的發揮，理解在地食材發揮的減碳功能，來反思環境永續的行動價值。</li> </ul>
<p><b>議題融入說明</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 戶外教育：強化與環境的連接感，養成友善環境的態度，分組清潔食物料理時，發展社會覺知與互動的技能，培養尊重與關懷他人的情操，建立友善與包容之人際關係，進而在發展社會參與和團隊合作的素養。</li> </ul>
<p><b>第一節：教學活動內容及實施方式</b></p>	
<p><b>【引起動機】</b></p> <p>1.請學生分別撿拾校園內的樹枝與石頭。</p> <p>2.請同學探討野外生存時，如何運用隨手可得的材料生火。</p>	<p><b>【時間】</b></p> <p>10 分鐘</p> <p><b>【評量重點】</b></p> <p>*學生是否能考量到環境的重要，並且合力行動。</p>
<p><b>【發展活動】</b></p> <p>1.學生各組運用多元的升火方式將火生起。</p> <p style="padding-left: 20px;">a.木材生火    b.擊石生火    c.衛生紙生火</p> <p>2.教師示範營火架設，並讓學生練習操作。</p>  <p>3. 教師示範架設炊煮架，並讓學生練習操作。</p>	<p><b>【時間】</b></p> <p>25 分鐘</p> <p><b>【評量重點】</b></p> <p>*學生是否能合力將火生起。</p> <p>*學生是否能架設良好穩固的炊煮架。</p>
<p><b>【綜合活動】</b></p> <p>1.學生將 DIY 綠花園課程栽種之作物採下，並進行食材的清潔。</p> <p>2.學生清潔食材後，進行料理烹調的準備。</p>	<p><b>【時間】</b></p> <p>10 分鐘</p> <p><b>【評量重點】</b></p> <p>*學生能將自行帶來的在地食材，以及綠花園種植的作物清洗並作好料理準備。</p>

<b>教學提醒</b>	*學生因為生火的方式不同，可能有無法將火生起的組別。 *在綠花園作物採收前，可以先指導學生採收方式。		
<b>第二節：教學活動內容及實施方式</b>		<b>備註</b>	
<b>【引起動機】</b> 1.請各組討論當地的在地食材是什麼？以及各組帶來的食材是否符合在地性。 2.請各組討論要將做好的料理給哪些教師評分，並且要如何介紹各組的料理，吸引教師評分。	<b>【時間】</b> 10 分鐘  <b>【評量重點】</b> *學生是否能說出推廣在地食材的好處。		
<b>【發展活動】</b> 1. 教師說明野炊注意事項及烹調原則。 2. 教師發給各小隊學習單，請各組進行分工。 3. 學生開始野炊料理。	<b>【時間】</b> 25 分鐘  <b>【評量重點】</b> *學生能否發揮創意完成料理，並且完成給教師評分的學習單。		
<b>【綜合活動】</b> 1.請學生清潔野炊器材，進行環境的復原。 2.請各組發表各組得分最高的菜餚，並且說明可能的原因。	<b>【時間】</b> 10 分鐘  <b>【評量重點】</b> *學生能將器材與環境清潔復原。 *學生能欣賞並尊重他人的發言。		
<b>附錄</b>	附件二 學習單		

### 三、教學單元活動設計—食尚科技

<b>教學單元活動設計</b>			
<b>單元名稱</b>	食尚科技	<b>時間</b>	2 節課
<b>學習目標</b>	1.學生能運用編輯器寫程式，並成功完成簡易程式設計。 2.學生能發揮創意，製作各樣不同的程式設計。 3.學生能結合土壤濕度感測棒，做簡單的澆灌系統。		
<b>學習表現</b>	運 c-IV-2 能選用適當的資訊 科技與他人合作完成作品。 運 c-IV-3 能應用資訊科技與 他人合作進行數位創作。 設 c-IV-3 能具備與人溝通、協調、合作的能力。		

<b>學習內容</b>	資 T-IV-1 資料處理應用專題。 資 T-IV-2 資訊科技應用專題。 生 P-IV-7 產品的設計與發展。
<b>領綱核心素養</b>	● 科-J-C2 運用科技工具進行溝通協調及團隊合作，以完成科技專題活動。
<b>核心素養呼應說明</b>	● 能從資訊課程中學習程式設計，並將程式設計與科技工具結合，運用在生活當中。 ● 能對科技有敏感度，並且選用適當的科技產品，以因應生活所需，未來才能為生活開創更多產品，兼具需要與創意結合的實用性。
<b>議題融入說明</b>	● 資訊教育：增進善用資訊解決問題與運算思維能力，養成資訊社會應有的態度與責任。 ● 科技教育：具備科技哲學觀與科技文化的素養，從 micro：bit 的學習中激發學習科技及科技設計的興趣與技能。
<b>第一節：教學活動內容及實施方式</b>	
<b>【引起動機】</b> 1.請學生到學校跑馬燈觀賞跑馬燈內容，思考看看跑馬燈的內容要如何吸引路人的注意。	<b>【時間】</b> 5 分鐘 <b>【評量重點】</b> *學生是否能在生活中有所觀察，並且能適當地表達想法。
<b>【發展活動】</b> 1.請學生將 micro：bit 和電腦連結，並做出簡單的 hello 跑馬燈。 2.請學生發揮創意設計自己的跑馬燈。	<b>【時間】</b> 30 分鐘 <b>【評量重點】</b> *學生是否能發揮創意完成跑馬燈設計。
<b>【綜合活動】</b> 1.請學生分組討論，如何將 micro：bit 的程式設計與自動澆水系統結合。 2.讓學生討論，除了和自動澆水系統結合以外，還能和什麼用具結合，讓生活更便利呢？	<b>【時間】</b> 10 分鐘 <b>【評量重點】</b> *學生能深入思考，並討論發表。
<b>第二節：教學活動內容及實施方式</b>	
<b>【引起動機】</b>	<b>【時間】</b>

1.帶學生參觀學校的定時植物灑水器，請學生思考如何製作小型盆栽的小型灑水器。	5 分鐘 <b>【評量重點】</b> *學生是否能理解自動澆水系統與 micro:bit 的連節。
<b>【發展活動】</b> 1.利用程式來讀取 P0 的類比信號值，確認是否從未插入泥土的 300，到土壤濕度感測棒插入乾的土中變成 200，慢慢加水後是否掉下 50。 2.加上繼電器、水泵，測試當 P0 值大於某一數時，是否代表太乾，並且確認能否啟動水泵，打水進來。	<b>【時間】</b> 30 分鐘 <b>【評量重點】</b> *學生能夠經由多次的測試找到 P0 值。
<b>【綜合活動】</b> 1.將製作好的小工具插入 DIY 綠花園的小盒子裡，進行自動澆水測試。	<b>【時間】</b> 10 分鐘 <b>【評量重點】</b> *學生能完成自動澆水系統。

#### 四、教學單元活動設計—均衡飲食

教學單元活動設計			
單元名稱	均衡飲食	時間	1 節課
學習目標	1.認識食物中的卡路里。 2.日常生活中養成良好的飲食習慣。 3.透過小組討論，增進同學間互相學習的機會。		
學習表現	健 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 健 1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 健 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。		
學習內容	Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。		
領綱核心素養	● 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。		
核心素養呼應說明	● 藉由卡路里的計算，了解食物營養與人的健康關係，並且運用資訊科技計算食物的熱量，從中思考科技的進步是否能和永續環境共存。		

<p><b>議題融入</b></p> <p><b>說明</b></p>	<p>● 環境教育：認識與理解人類生存與發展所面對的環境危機與挑戰，從個人身體健康與飲食習慣，思考如何培養綠色永續的生活行動。</p>
<p><b>第一節：教學活動內容及實施方式</b></p>	
<p><b>【引起動機】</b></p> <p>1.學生各自拿出帶來的餅乾/糖果包裝袋，找出熱量標示的地方。</p> <p>2.請學生分享各組上次童軍課炊煮的食物，並且評比哪一組的食物最健康。</p>	<p><b>【時間】</b></p> <p>10 分鐘</p> <p><b>【評量重點】</b></p> <p>*學生是否能樂於分享，並且對健康食物有概念。</p>
<p><b>【發展活動】</b></p> <p>1.以食物掛圖說明六大類食物的卡路里含量，再舉例說明生活中常吃到的食物作為加強，讓學生對卡路里有基本的概念。</p> <p>2.老師教導學生計算卡路里含量的方法。</p> <p>3.教導學生認識食物營養素的基本常識，及正確的飲食習慣，並分辨營養食物和垃圾食物的差別。</p>	<p><b>【時間】</b></p> <p>25 分鐘</p> <p><b>【評量重點】</b></p> <p>*學生是否能瞭解營養食物與垃圾食物的差別。</p>
<p><b>【綜合活動】</b></p> <p>1.學生能分組完成學習單，並進行各組報告與分享。</p>	<p><b>【時間】</b></p> <p>10 分鐘</p> <p><b>【評量重點】</b></p> <p>*學生能否分組完成學習單。</p>



附件一

嘉義縣立\_\_\_\_\_國民中學 DIY 綠花園學習單

一、綠花園的作用是什麼？對環境有什麼幫助與意義？

二、嘉義縣的在地食材，除了海產以外，你還能想出什麼蔬果呢？

這一次，你要和組員共同種些什麼植物？為什麼呢？

三、請規畫你的綠花園，讓你的綠花園更有美感更獨特！

(除了盒子的排列，也要設想種出來的蔬果和花卉喔!)



附件二

童軍戶外野炊活動工作分配表及活動流程評分表  
 \_\_\_\_\_年\_\_\_\_班

第 \_\_\_\_\_ 組，組別成員座號：

擬作菜色（各組至少三道菜，做完菜餚後給 教師評分，一人評一道菜，一道菜最高 100 分）

菜色名稱	菜色名稱	菜色名稱
內容食材	內容食材	內容食材
導師評分 (一人評一道菜，最高 100 分)	任課老師評分 (一人評一道菜，最高 100 分)	教職員評分（任一位，簽 章評分） (一人評一道菜，最高 100 分)
累積按讚數（向任一教職員奉上餐點後可以換其簽名或蓋章；加分用）		

場地清理維護：全組人員（列入評分項目，最高 100 分）

--

**\*背面寫組別成員、工作分配表** (野炊當日繳回評分)

第 組，組別成員： 年 班

座號									
姓名									

個人負責項目 (每個人均需填寫分配工作項目) :

座號、攜帶野炊器材：(EX:1 號：帶烤肉架、鐵網...)

座號、攜帶食材、調味料：(EX:1 號：帶肉片、烤肉醬...)

座號、烹飪：(EX:1 號：負責烤肉、切菜...)

場地事後清理維護：全組人員 (列入評分項目)

附件三

## 「均衡飲食，最健康！」學習單

班級\_\_\_\_\_姓名\_\_\_\_\_座號\_\_\_\_\_組別\_\_\_\_\_

一、請同學試著分析小組的野炊料理，並進行卡路里計算。

第_____組		
菜色名稱	內容食材	卡路里計算

二、請同學試著討論，哪一組的菜色最營養呢？自己小組的菜色要如何改善才可以達到營養料理的標準呢？