

嘉義縣 108 學年度食農教育優良教案甄選實施計畫

漸入佳境~創意無限

# 目 錄

(一)基本資料.....	
報名表.....	
作品聲明與授權書一份.....	
(二)教學理念.....	3
課程方案設計架構圖.....	4
教學單元設計.....	7

## 一、設計理念

(一)單元的設計緣起、背景、意涵與重要性。

台灣的珍珠奶茶享譽國際，搖搖飲料店更是五花八門，幾乎每個小朋友都愛不釋手，但現今坊間飲料不是加入大量果糖就是使用進口茶葉或食材，孩子的健康充滿憂慮，體重過重、BMI 超標的比例更是不斷增加，因此，發想怎樣才能讓孩子在這愛喝飲料的年代喝得健康喝出快樂，並教小朋友運用在地產業創造產品價值，藉由家鄉生產的產物引導孩子感恩土地、感謝農民之外進而幫助孩子具備創新、多元的學習。走出校園處處可見綠油油的稻田，米飯更是每天必備的主食，此單元設計的緣起想要藉由食農教育，讓孩子親自體驗食農不單單只是種植蔬菜為主，極具經濟價值結合觀賞與實用的另類食農-蝶豆花食材運用帶來的健康思維，培養具感恩心、健康力，能自發思考的創意行動家。

(二)學生學習特質與需求(起始行為或先備知識)。

1. 學生上過三年級下學期單元一-蔬菜的成長後具備基本種植知識與照顧能力。
2. 三上單元四-溶解的進階運用
3. 具學習熱忱、喜歡創造思考

(三)核心素養的展現

1. A2. 系統思考與解決問題：學生能在種植蝶豆花植物種植情境過程中，能負起管理之責任並對植物從生長到採收花朵及進行蝶豆花飲過程中對於色層的呈現如何能製作出來，學生能夠運用到自然科學所學溶解原理對於所遇到問題選擇適當的策略，並進一步思考如何運用蝶豆花遇到不同物質時所呈現出的色澤來創作。
2. B3. 藝術涵養與美感素養：學生透過進行蝶豆花飲與創意米飯糰的歷程中能運用美學思維創造出不同層次美感兼具美觀又實用的蝶豆花飲與蝶豆飯糰。
3. C2. 人際關係與團隊合作：學生從蝶豆花栽培過程中從播種到澆水、施肥、最後採收與製作蝶豆花飲和飯糰過程中學生不但要學會與同學合作，互相討論到最後完成。

(四)學習重點(表現與內容)的統整與銜接。

1. 透過動手自製健康飲品了解日常生活中也可以喝得健康又歡喜並從中培養藝術感知。
2. 樂於與人合作並培養團隊合作的能力

## 二、單元架構

課程方案	健入佳境~創意無限			
課程教學目標	1. 能知道如何種植蝶豆花植物(認知)。 2. 學習如何驅蟲、施肥以及善加利用水資源(技能)。 3. 能知道手搖飲品與市售飲品食品添加物多且含糖高，對身體的健康影響(認知)。 3. 喜歡動手做出健康美味又環保的蝶豆花創意飲食與料理(情意)。			
教學對象	三年級			
教學時數	共 240 分鐘(6)	時間	單元	地點
		40 分鐘(2 節)	蝶豆花的栽培	花園
		40 分鐘(1 節)	認識飲料添加物	教室
		80 分鐘(2 節)	愛鄉健康行動家	教室
		40 分鐘(1 節)	迷漾的蝶豆風采	花園
教學活動架構	<p>(一)食農課程設計緣起</p> <p>台灣的珍珠奶茶享譽國際，搖搖飲料店更是五花八門，幾乎每個小朋友都愛不釋手，但現今坊間飲料不是加入大量果糖就是使用進口茶葉或食材，孩子的健康充滿憂慮，體重過重、BMI 超標的比例更是不斷增加，因此，發想怎樣才能讓孩子在這愛喝飲料的年代喝得健康喝出快樂，並教小朋友運用在地產業創造產品價值，藉由家鄉生產的產物引導孩子感恩土地、感謝農民之外進而幫助孩子具備創新、多元的學習。走出校園處處可見綠油油的稻田，米飯更是每天必備的主食，此單元設計的緣起想要藉由食農教育，讓孩子親自體驗食農不單單只是種植蔬菜為主，極具經濟價值結合觀賞與實用的另類食農-蝶豆花食材運用帶來的健康思維，培養具感恩心、健康力，能自發思考的創意行動家。</p> <p>(二)教學活動架構</p> <p>本課程方案包含了三個主題，架構如下：</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph TD     A[健入佳境~創意無限] --- B[蝶豆花的栽培樂]     A --- C[認識飲料添加物]     A --- D[愛鄉健康行動家]     A --- E[迷漾的蝶豆風采]           </pre> </div>			

	<p>第一個主題「蝶豆花的栽培樂」。教導孩子栽培的原理概念，讓孩子親身操作農事，從中學會植物生長的條件(如：澆水、肥料、陽光)及如何才能克服病蟲害讓植物生長的又高又健康。過程中孩子必須要學會與他人合作、討論、互動中能包容與接納彼此不同的想法。</p> <p>第二個主題「認識飲料添加物」。透過讓小朋友認識市售飲料及手搖飲料中所含添加物及糖份對人體帶來的危害，引發孩子思維如何才能喝出快樂、健康與成就。透過撥放 youtube 影片後讓孩子思考平時喝的手搖飲料或市售飲料對身體的影響有甚麼？引導孩子討論在受不了飲料的誘惑下可以怎麼喝才能有健康又美味的飲品。</p> <p>第三個主題是「愛鄉健康行動家」。讓孩子將蝶豆花經過親自從栽培到採收到曬乾後的花材實際如何運用在日常生活中，並結合在地農產創意出健康美味佳餚。利用自然領域單元二奇妙的水加上上學期學到的溶解的概念進行課程延伸教學，也讓孩子從中體會食農概念引導孩子多層面思考激發孩子的創造力與對土地的感恩心。過程中孩子必須透過討論、合作及嘗試才能創作出令人驚豔的作品，進一步增進孩子的團體感與人際互動。</p> <p>第四個主題「迷漾的蝶豆風采」，從栽培到採收到健康的體驗後當然還要走到花圃裡靜靜欣賞蝶豆植物美，結合環境教育讓孩子感受自然環境孕育出美麗的蝶豆花，也因為蝶豆花的存在讓校園更添藍紫色風采，此單元是希望孩子能透畫出它的美之外更能畫出在蝶豆映襯下的校園風采。</p> <p>(三) 食農教育課程願景 本課程方案</p>
教學地點	教室或菜圃
十二年國教之核心素養	<input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養
連結領域	自然與生活科技、綜合活動、藝術與人文、環境教育
配合九年一貫課程綱要分段能力指標	<p>◎自然與生活科技</p> <p>2-2-2-1 實地種植一種植物，飼養一種小動物，並彼此交換經驗。藉此栽種知道植物各有其特殊的構造，學習安排日照、提供水份、溶製肥料、選擇土壤等種植的技術。</p> <p>1-2-4-2-9 運用實驗結果去解釋發生的現象或推測可能發生的事</p> <p>1-4-5-4 傾聽別人的報告，並能提出意見或建議</p> <p>2-1-1-2「察覺」到每種狀態的變化常是由一些原因所促成的，並「練習」如何去操作和進行探討活動</p> <p>2-4-8-3 認識各種天然與人造材料及其在生活中的應用，並嚐試對各種材料進行加工與運用。</p> <p>◎環境教育</p> <p>1-1-1 能運用五官觀察來探究環境中的事物。</p>

- 2-1-1 認識生活周遭的自然環境與基本的生態原則。
- 3-1-1 經由接觸而喜愛生物,不隨意傷害生物和支持生物生長的环境條件。
- 3-2-1 瞭解生活中個人與環境的相互關係並培養與自然環境相關的個人興趣、嗜好與責任。
- ◎健康與體育
- 2-3-3-8 檢視媒體所助長飲食趨勢之合適性,並體認正確的飲食可降低健康上的風險。
- 2-1-3-1 培養良好的飲食習慣。
- 2-1-4-9 辨識食物的安全性,並選擇健康的營養餐點。
- 2-2-5-9 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的利用價值、安全性、外觀及口味。
- ◎綜合活動
- 1-2-2 參與各式各類的活動,探索自己的興趣與專長。
- 2-2-1 做好日常保健,實踐個人生活所需的技能及一般禮儀。
- 3-2-2 參加團體活動,了解自己所屬團體的特色,並能表達自我以及與人溝通。
- ◎藝術與人文
- 1-2-5 嘗試與同學分工、規劃、合作,從事藝術創作活動。
- 2-2-6 欣賞並分辨自然物、人造物的特質與藝術品之美。
- 2-2-7 相互欣賞同儕間視覺、聽覺、動覺的藝術作品,並能描述個人感受。
- 2-2-2-4 相互欣賞同儕間的作品,並能描述其美感特質。
- 2-4-8-5 尊重與讚美別人的意見與感受,願意將自己的創意配合別人的想法作修正與結合。
- ◎社會-
- 5-2-2-4 了解認識自我及認識周圍環境的歷程,是出於主動的,也是主觀的,但是經由討論和溝通,可以分享觀點與形成共識。
- 5-4-4-5 在面對個體與個體、個體與群體之間產生合作或競爭的情境時,能進行負責任的評估與取捨。
- 9-4-7-6 關懷全球環境和人類共同福祉,並身體力行。

### 三、教學單元設計

領域/科目		健康與體育		設計者	羅沛滢
實施年級		三年級		總節數	共 6 節， 240 分鐘
單元名稱		健入佳境~創意無限			
<b>設計依據</b>					
學習重點	學習表現	健康 1a-II-2 了解促進健康生活的辦法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。		核心素養	<b>健體-E-A1</b> 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <b>A2. 系統思考與解決問題</b> <b>B3. 藝術涵養與美感素養：藝-E-B3</b> 善用多元感官，察覺感知藝術與生活的關聯，以豐富美感經驗。 <b>C2. 人際關係與團隊合作</b>
	學習內容	Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。			
議題融入	議題/學習主題				
與其他領域/科目的連結		自然與生活科技、綜合活動、藝術與人文、環境教育			
教材來源		康軒版單元四-飲食與健康			
<b>學習活動設計</b>					
學習引導內容及實施方式(含時間分配)				學習評量	備註
<b>主題一：「蝶豆花的栽培樂」</b>  引起動機：(10分) 教師事先做好一杯具美麗色層的蝶豆花飲(圖一)，讓小朋友猜猜看老師有上拿的是甚麼？有誰知道這是甚麼做成的嗎？引起學生對蝶豆花產生興趣。 1. 老師秀出蝶豆花照片(圖二)，讓學生說出看到蝶豆花的感覺(學生可能會說好漂亮、好夢幻…等)，接著引導市售的蝶豆花可能都含有農藥那怎樣才能有不含有農藥的蝶豆花呢？引導學生說出可以自己種植。 2. 提問自己種植有什麼好處呢？(學生可能回答：健康、環保、				能說出種植植物的好處 能知道栽培作物的方式	●教學提醒事項

美化環境…等)

發展活動：(40 分)

實際栽種蝶豆花植物：

1. 栽種前需先請學生查好栽種相關資料並準備好所需工具。
2. 走到花圃裡：教導學生從整土到播種。

綜合活動：(30 分)

1. 紀錄栽種時間。
2. 植物生長觀察記錄：學生分組進行澆水，並定期做記錄。
3. 討論栽種過程遇到的問題及解決方法



圖一



(圖二)

## 主題二：「認識飲料添加物」

引起動機(5 分)

一、播放

<https://www.youtube.com/watch?v=OgGntrDmzm8&list=PLXpQ8I8p1OEmLdKk0TTrJmghvizJW8R6q>

肥胖對健康的危害

<https://www.youtube.com/watch?v=090SoOOZBtQ> 東森新聞 HD]

危害甚大！含糖飲料、汽水 年奪 18 萬條命

等新聞議題，引起學生注意喝飲料的問題及對健康的影響，引發學生學習的動機。

發展活動：(20 分)

(一)引導學生討論：

1. 從影片中看到了甚麼？
2. 飲料中的糖或添加物、香料會對我們的身體產生害處，但大家又很喜歡飲料的情況下，可以怎麼解決才能滿足喝的慾望又能喝得健康？

(二)

3. 教師拿出學生採收後曬乾的蝶豆花。引導學生說出可以怎麼運用在生活上呢？又如何才能與在地食材結合呢？
4. 討論為甚麼要與在地產物結合？吃在地產物有什麼好處？
5. 教師揭示將舉辦一場蝶豆花飲及蝶豆飯糰創意大賽。

綜合活動：(15 分)

1. 學生分組討論作品如何呈現，教師可以協助播放色彩鮮美的

能知道含糖飲料及添加物對人體的危害

能說出怎樣做才能有健康的飲品

能參與同學一起討論後作出結論

能知道食用在地產物的好處



蝶豆花飲品照片。

2. 討論所需物品及配料(如：可樂、無糖綠茶、海苔、蜂蜜、檸檬、鮮奶、果醬、花材配飾等)(可樂的使用是為了調色)

### 主題三：「愛鄉健康行動家」

引起動機：(5分)

1. 端出熱騰騰的蝶豆花飯(圖三)、蝶豆花水(事先準備好)及相關材料。

3. 教師說明比賽辦法。

發展活動：(40分)

1. 各小組準備就緒後便可開始自由創作時間。
2. 討論與實作過程學生可能會遇到意見不同的時候，教師引導如何溝通達成共識，並鼓勵每個學生都要參與道喔！

綜合活動：(35分)

1. 小組呈現完成的蝶豆花飲與創意飯糰。

評分：※學生自評：一人一張評分紙，進行各組的評分，但自己組別不能評。

※邀請主任、美術老師等相關科目教師參與評分。

※依分數高低選出最佳創意獎、最佳視覺獎、最佳設計獎、最佳合作獎。

2. 增強信心時間(頒獎)：鼓勵學生勝不驕敗不餒的精神並能用美的眼睛欣賞。別人給予自己肯定外也要給別人讚美。

3. 食指大動，品嚐美味。

4. 總結：鼓勵學生說出經過學習後能減少含糖飲料或不健康天加物的飲品食用頻率以及生長在這塊土地上的我們可以怎麼運用土地帶給我們的恩惠及在吃著香噴噴又美麗的蝶豆米飯糰時能感恩農民的辛苦



(圖三)

### 主題四：「迷漾的蝶豆風采」

引起動機：(5分)

教師說明寫生時的技巧與注意事項

發展活動：(30分)

實際帶著學生到花園進行寫生活動

能合作完成具創意  
又有健康概念的飲品  
及米飯糰料理

能實際畫出校園中  
食農植物之風采與  
映襯下的環境之美。

綜合活動：(5分)

1. 教師請學生說一說自己的感受並分享畫作。
2. 完成的畫作張貼於藝術畫廊供欣賞。

**教學設備/資源**

電腦、單槍、種子、澆水器、鏟子、500cc 透明杯、盤子

**參考資料**

附錄：

(一) 評分表

	組別 1	組別 2	組別 3
色層的美感			
創意展現			
設計感			
總分			