

嘉義縣 109 學年度食農教育優良教案甄選實施計畫

教案參考格式

- 壹、課程理念
- 貳、課程架構
- 參、教學方法
- 肆、評量方式
- 伍、教學活動

領域/科目		健康與體育
實施年級		二年級
主題名稱		蚵的保鮮與有機蚵料理
主題內容 勾選 可複選		<input type="checkbox"/> 農事教育、 <input 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 checked="" 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	1a-I -1 1a-I-2 4a-I-1 4a-I-2
	學習內容	Bb-I -1 Ca-I -1 Ea-I -1 Ea-I--2 Fb-I--2
核心 素養	總綱	<p><i>E-A3 具備擬訂計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</i></p> <p><i>E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。</i></p> <p><i>E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。</i></p>

	領綱	<p>健體-E-A1 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。</p> <p>健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。</p> <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p> <p>生活-E-A3 藉由各種媒介，探索人、事、物的特性與關係，同時學習各種探究人、事、物的方法、理解道理，並能進行創作、分享及實踐。</p> <p>生活-E-B2 運用生活中隨手可得的媒材與工具，透過各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理。</p>
議題融入	實質內涵	海洋教育 環境教育 家庭教育
	所融入之單元	校本課程
與其他領域/科目的連結	生活認識我們的社區	
教材來源	自編	
教學設備/資源	電腦 網路 智慧型大電視	
各單元學習重點與學習目標		
單元名稱	學習重點	
	學習目標	
吃出健康	學習	1a- I -1 認識基本的健康常識
		1. 能認識基本健康常識。

	表現	<p>識。</p> <p>2b- I -1 接受健康的生活規範。</p> <p>4a- I -1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務</p>	<p>2. 了解健康生活規範，並落實日常生活中。</p> <p>3. 能知道正確獲得健康資訊的方式，使用健康產品與服務。</p>
	學習內容	<p>從網路影片中提取健康訊息並分享。</p>	
「蚵」家好滋味	學習表現	<p>5- I -4 對生活周遭人、事、物的美有所感動，願意主動關心與親近。</p> <p>6- I -4 關懷生活中的人、事、物，願意提供協助與服務。</p> <p>6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境，尊重生命。</p>	<p>1. 能說出至少三項人事物是感動人的塭港之美。</p> <p>2. 願意主動關心與親近塭港的在地美。</p> <p>3. 將生活中感人之美寫或畫在學習單當中。</p> <p>4. 能說出家人養蚵環境，並關懷環境是否健康。</p> <p>5. 能說出有機蚵的養殖環境，覺察人與環境依存關係。</p> <p>6. 能說出一道有機料理的完成，需人與環境和諧依存，進而做到愛護環境，珍惜資源並尊重生命。</p>
	學習內容	<p>口頭分享上學途中景象</p> <p>口頭分享家人工作</p> <p>畫出塭港漁村養蚵地方，並簡單說明</p> <p>口頭回答家中煮過的蚵料理，並完成學習單。</p>	
有機料理一起來享受	學習表現	<p>1a-I-1 認識基本健康常識。</p> <p>4a-I-2 養成健康生活習慣。</p> <p>2-I-1 以正確發音流利地說出語意完整的話。</p> <p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>7-I-5 透過一起工作的過程，感受合作的重要性。</p>	<p>1. 能認識基本健康常識，並說出有機蚵料理應具備健康要素。</p> <p>2. 知道有機飲食是健康飲食習慣，能在生活中養成。</p> <p>1. 能正確流利與食完整的說出有機蚵料理的完成步驟。</p> <p>2. 認識飲食當中的健康常識，並判斷料理是否有機</p> <p>3. 透過有機蚵分享，感受合作的重要性，並學會共同分享與合作學習。</p>
	學習內容	<p>影片討論</p> <p>小組分享</p> <p>完成料理學習單</p>	

。			
單元名稱	吃出健康	時間	40 分鐘
學習目標	3. 能認識基本健康常識。 4. 了解健康生活規範，並落實日常生活中。 3. 能知道正確獲得健康資訊的方式，使用健康產品與服務。		
學習表現	1a- I -1 認識基本的健康常識。 2b- I -1 接受健康的生活規範。 4a- I -1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務		
學習內容	從網路影片中提取健康訊息並分享。		
領綱核心素養	健體-E-A1 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。 健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。		
核心素養呼應說明	身體健康與飲食習慣密不可分，透過影片分享，可以讓學生體會更深切。		
議題融入說明	健康與環境與家庭教育息息相關		
活動一身體健康小達人(1 節)			備註
【引起動機】 一、照片欣賞(洗腎照片) 老師提問：照片中的人在哪裡？他們在做什麼？ 學生答：他們在醫院，打針。 老師問：管子中紅紅的東西是甚麼？ 學生答：好像是血 二、影片欣賞： 1. 老師提問：影片中的小女生外表和我們有什麼不同？她怎麼了？她爸爸為甚麼要把影片放給大家看？(學生討論：小女生生病了，她應該病得很重《恩為她看起來非常瘦，還在打針……》)			【時間】 13 分鐘 【評量重點】 1. 能說出照片中的人在洗腎 2. 能說出影片中小女孩得癌症。

<p>【發展活動】</p> <p>一、老師說明：</p> <p>1. 針對照片：這些照片中的人，他們在洗腎，洗腎就是把身體的血液抽出來過濾，因為他們腎臟功能壞掉了，必須透過機器的幫忙，才能活下去，一個禮拜要到醫院三次，非常辛苦，也讓健保負擔龐大費用。</p> <p>2. 針對影片：影片中的小女生得了癌症，生命快要結束了，所以她長得非常瘦，她爸爸很難過，希望大家可以知道健康的重要性，因此把影片 po 給大家看。</p> <p>二、小組討論：</p> <p>老師拋出兩個問題讓小伍分組討論</p> <p>1. 你覺得台灣洗腎的人多嗎？你覺得是什麼原因造成他們洗腎？</p> <p>2. 你覺得台灣得癌症的人多嗎？你覺得是什麼原因造成他們得癌症</p> <p>三、小組分享(兩組)</p> <p>小朋友說出他們的看法</p>	<p>【時間】</p> <p>17 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>1. 能仔細聆聽老師解說</p> <p>2. 小組分享討論結果</p> <p>3. 能知道飲食與健康息息相關</p>
<p>【綜合活動】</p> <p>※綜合活動：</p> <p>1. 洗腎越來越多的原因很多是因為飲食引起，食用過多化學物質，會導致腎臟功能破壞，需靠洗腎延續生命。。</p> <p>2. 兒童癌症的發病原因可能是因為遺傳，也可能是食用太多化學物質導致細胞病變。</p> <p>3. 飲食健康和生活息息相關，所以飲食應從小做起。</p>	<p>【時間】</p> <p>10 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>能口頭分享健康與飲食息息相關</p>
<p>教學提醒</p>	<p>從照片影片中了解身體健康重要性，應從生活中養成量好飲食習慣。</p>
<p>參考資料</p>	<p>照片、影片</p>
<p>附錄</p>	
<p>活動二：健康知識任我行</p>	
<p>【引起動機】</p> <p>一、照片欣賞：老師準備一些實物照片 po 在大電視上(包括食物、食品……)</p> <p>1. 老師問這些照片的食材你們熟悉嗎？他們可以安心吃嗎？是不是健康料理？</p> <p>學生答：(蚵料理，我們這裡的盛產，很有營養，很好吃……)</p> <p>2. 老師問：看起來色香味俱全的食物就可安心食用？</p> <p>學生答：(不一定，可能不健康)</p>	<p>【時間】</p> <p>20 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>1. 學生能分辨出蚵料理。</p> <p>2. 學生能知道色香味俱全不一定健康。</p>

<p>【發展活動】</p> <p>一、老師提問：</p> <p>1. 什麼是健康飲食？</p> <p>學生答：有豐富營養成分的食物、看起來很漂亮的食物、吃起來很美味的食物</p> <p>2. 什麼是有機飲食？</p> <p>學生答：沒有汙染的食物、好吃的食物……</p> <p>3. 我們塭港最有名的特產是蚵，請問是有機蚵嗎？</p> <p>學生答：是。因為很營養很好吃……</p> <p>老師答：有機的概念是減少汙染，不一定顏色鮮豔，也不一定特別好吃……</p> <p>4. 老師問：如何讓蚵料理成為有機料理？</p> <p>學生答：減少好海洋汙染，讓蚵成為有機蚵。</p> <p>5. 老師問：除了這些，還有甚麼需補充嗎？</p> <p>二學生針對的 5 題討論與分享：</p> <p>有機與健康息息相關，我們要讓在地的蚵成為有機蚵才能煮出有機的蚵料理。</p>	<p>【時間】</p> <p>45 分</p> <p>【評量重點】</p> <p>1. 能說出三項健康飲食的概念</p> <p>2. 能說出有機飲食的概念，”至少三種</p> <p>3. 能說出海洋汙染會影響蚵生長，也會破壞環境。</p> <p>4. 能和諧進行討論，並提出小組看法</p>		
<p>【綜合活動】</p> <p>老師統整：</p> <p>1. 有機的蚵來自乾淨的海洋，從小就要養成愛護海洋，減少海洋汙染，才能養出健康的有機蚵。</p>	<p>【時間】</p> <p>15 分</p> <p>【評量重點】</p> <p>1. 知道乾淨海洋和生活息息相關。</p>		
<p>教學提醒</p>	<p>了解有機飲食的概念，從小養成關心環境，愛護海洋的好習慣。</p>		
<p>參考資料</p>	<p>網路照片</p>		
<p>附錄</p>			
<p>教學單元活動設計</p>			
<p>單元名稱</p>	<p>蚵家好滋味</p>	<p>時間</p>	<p>80 分鐘</p>
<p>學習目標</p>	<p>4. 能說出至少三項人事物是感動人的塭港之美。</p> <p>5. 願意主動關心與親近塭港的在地美。</p> <p>6. 將生活中感人之美寫或畫在學習單當中。</p>		

	<p>4.能說出家人養蚵環境，並關懷環境是否健康。</p> <p>5.能說出有機蚵的養殖環境，覺察人與環境依存關係。</p> <p>6.能說出一道有機料理的完成，需人與環境和諧依存，進而做到愛護環境，珍惜資源並尊重生命。</p>
學習表現	<p>5-I-4 對生活周遭人、事、物的美有所感動，願意主動關心與親近。</p> <p>6-I-4 關懷生活中的人、事、物，願意提供協助與服務。</p> <p>6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境，尊重生命。</p>
學習內容	<p>口頭分享上學途中景象</p> <p>口頭分享家人工作</p> <p>畫出塭港漁村養蚵地方，並簡單說明</p> <p>口頭回答家中煮過的蚵料理，並完成學習單。</p>
領綱核心素養	<p>健體-E-B3</p> <p>具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C3</p> <p>具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p>
核心素養呼應說明	<p>健康飲食需透過多元感官去感受，媒體提供的多元訊息，也讓學生體會更深刻，進而關心本土愛護環境。</p>
議題融入說明	<p>環境議題、海洋議題</p>
活動一：塭港特產(1)	備註
<p>【引起動機】</p> <p>1. 老師 po 出幾種居住型態照片，讓學生觀察並提問這些照片有甚麼不同？ 學生答：有的山很多，有的是一大片農田，有的有很多車子，◎案高高的建築物，有的有很多漁船和大海……</p> <p>2. 老師提問：那我們生活的社區，和哪張圖片比較接近？問甚麼？ 學生答：有很多漁船和大海的那張，因為我們學校隔著馬路就是大海，我們的家人也常開船出海工作</p>	<p>【時間】</p> <p>5 鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>1. 能說出居住地區是的特色</p>

<p>【發展活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師說明:都市型態、鄉村型態和漁村型態的不同，並提問:我們社區型態為何? 學生答:漁村型態 2. 老師提問家人的主要工作為何? 學生答:剝蚵、養蚵、賣海產、出海捕魚…… 3. 學生回答塭港是漁村型態，漁產是特產，為有特色是蚵。 4. 完成學習單。 	<p>【時間】 17 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出家鄉是漁村型態 3. 能說出居民主要生活方式
<p>【綜合活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師展示學習單，讓小朋友根據自己完成的學習單簡單說明。 2. 老師總結我們社區是漁村型態，生活與大海息息相關 	<p>【時間】 8 分鐘</p> <p>【評量重點】 能口述學習單內容</p>
<p>教學提醒</p>	<p>讓學生了解居住社區型態，進而知道社區特色與特產，並願意愛護環境。</p>
<p>參考資料</p>	<p>網路照片</p>
<p>附錄</p>	<p>學習單</p>
<p>活動二：有機蚵與我(2)</p>	
<p>【引起動機】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師 p0 照片問學生那是甚麼? 學生答:蚵 2. 老師問:蚵養在哪裡? 學生答:大海。 3. 老師問:家人養蚵的地方有沒汙染?為甚麼? 學生答:沒有。因為沒看到很多垃圾，一點點垃圾對大海應該沒影響。 	<p>【時間】 10 分鐘</p> <p>【評量重點】 能說出蚵養在大海</p>
<p>【發展活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師 p0 海洋汙染照片包括大量垃圾、漁船油污…… 2. 老師問:你們覺得這樣會汙染海洋嗎?雖然海洋很大，但每個人製造一點垃圾，對海洋難道不會造成傷害? 學生答:會。比我們想像可怕。 3. 老師提問:這樣生長環境的蚵，可以稱為有機蚵嗎? 5. 小組討論:如果要將塭港蚵變成有機蚵，我們該如何做? 5. 小組共同完成一張學習單 	<p>【時間】 25 分鐘</p> <p>【評量重點】 <u>小組完成有機蚵學習單，並上台分享。</u></p>

<p>【綜合活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師總結:不乾淨的海洋，養不出健康有機的蚵，不健康的蚵會對身體健康造成重大傷害。 2. 愛護海洋從自己做起。 	<p>【時間】 5 分鐘</p> <p>【評量重點】 能說出海洋健康的重要性</p>		
<p>教學提醒</p>	<p>了解社區特產，並知道海洋與生活密不可分，並願意愛護海洋。</p>		
<p>參考資料</p>	<p>網路照片</p>		
<p>附錄</p>	<p>學習單</p>		
<p>教學單元活動設計</p>			
<p>單元名稱</p>	<p>創意有機蚵料理(4)</p>	<p>時間</p>	<p>120 分鐘</p>
<p>學習目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. 能認識基本健康常識，並說出有機蚵料理應具備健康要素。 4. 知道有機飲食是健康飲食習慣，能在生活中養成。 4. 能正確流利與食完整的說出有機蚵料理的完成步驟。 5. 認識飲食當中的健康常識，並判斷料理是否有機 6. 透過有機蚵分享，感受合作的重要性，並學會共同分享與合作學習。 		
<p>學習表現</p>	<p>1a-I-1 認識基本健康常識。 4a-I-2 養成健康生活習慣。 2-I-1 以正確發音流利地說出語意完整的話。 1a-I-1 認識基本的健康常識。 7-I-5 透過一起工作的過程，感受合作的重要性。</p>		
<p>學習內容</p>	<p>影片討論 小組分享 完成料理學習單</p>		
<p>領綱核心素養</p>	<p>生活-E-A3 藉由各種媒介，探索人、事、物的特性與關係，同時學習各種探究人、事、物的方法、理解道理，並能進行創作、分享及實踐。</p> <p>生活-E-B2 運用生活中隨手可得的媒材與工具，透過各種探究事物的方法及技能，對訊息做適切的處理。</p>		

核心素養呼應	透過與家人互動玩成有機蚵料理，增進與家人間的情感。	
說明	透過美食分享，與同學間情感更融洽，也感受分享帶來的喜悅。	
議題融入	家庭教育	
說明		
活動一：認識有機蚵料理(1)		備註
【引起動機】 1. 老師播放幾道常見蚵料理烹煮影片 學生答:(蚵仔煎、蚵仔包、蚵仔麵線、蚵仔酥……)它們都很好吃。 2. 老師問:這些是在地美食嗎? 學生答:是。我們常見也常吃。 3. 老師口述複習有機蚵的要件，請同學思考，待會小組討論。		【時間】 10 分鐘 【評量重點】 1. 能說蚵是在地常見美食
【發展活動】 1. 請小組討論影片中那些情形能不能說是有機蚵料理?為甚麼? 2. 小組討論： (1)回答是:因為覺得看不出化學添加物而且很好吃。 (2)回答不是:因為不能確定蚵產地的海域是否受汙染，也無法確定添加蔬菜是否為有機蔬菜，更無法確定美味食物是否添加化學添加物。 3. 小組上台分享		【時間】 17 分鐘 【評量重點】 1. 能仔細聆聽老師解說 2. 小組分享討論結果
【綜合活動】 1. 老師回應:回答不是的那組，思慮較縝密，值得讚許。 2. 小組討論:如何做出一道有機蚵料理。 3. 每組準備一道料理，請和家人一起完成，下節課分享。(雖然不是你獨自完成，請你當小幫手，記得口述製作過程)		【時間】 13 分鐘 【評量重點】 能口頭分享有機蚵料理的要件。
教學提醒	與家人共同完成料理時，要做一個好幫手。	
參考資料	網路影片	
附錄		
活活動二：小小美食家(2)		備註

<p>【引起動機】 老師請同學將帶來的蚵料理擺放桌上(每組一道)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請小朋友用五官探索: 色、香、味(氣味) 2. 請小朋友觀察使用食材為何? 學生答:青菜、蛋、調味品…… 2. 小組討論,各組的蚵料理是否為有機料理? 	<p>【時間】 8 分鐘</p> <p>【評量重點】</p>
<p>【發展活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請小組派員說明,料理製作過程(包括蚵產地、青菜來源、是否添加人工調味品) 2. 組員上台說明 3. 大家一起來品嚐 4. 完成學習單(有機蚵料理學習單附件三) 	<p>【時間】 25 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出料理製作過程 2. 能判斷是否為有機料理
<p>【綜合活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師總結:有機蚵是我們未來養殖的目標,需要大家共同努力付出。 2. 愛護環境當健康的守護者。 	<p>【時間】 7 分鐘</p> <p>【評量重點】 知道愛護海洋的重要性</p>
<p>活動三：蚵保鮮達人(2)</p>	<p>備註</p>
<p>【引起動機】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師提問:食物太多吃不完怎麼辦? 2. 學生討論回答: 冰冰箱、倒掉……. 3. 老師問:要冰冰箱,要注意甚麼? 學生答:包保鮮膜……. 	<p>【時間】 10 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能說吃不完的食物要放冰箱保存,並盡快吃完。
<p>【發展活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師播放影片:古時候的人,和現在的人處理方式 2. 老師提問:家人如何處理吃不完的食物 5. 學生口述回答: 	<p>【時間】 60 分鐘</p> <p>【評量重點】</p>

<p>6. 煮過的食物如果沒吃完，如何處理？ 冰冰箱，且最好盡快吃完</p> <p>7. 食物的保鮮與健康的關係:雖然冰在冰箱可以保鮮，但並不能長久保存，因為還是會孳生細菌影響身體健康。</p> <p>8. 在地特產-蚵，如何保鮮?(新鮮蚵與料理蚵保存方式有何不同?)</p> <p>9. 學生根據經驗討論:冰冰箱</p> <p>10. 回家和家人討論</p> <p>(1) 料理蚵保存:存放冰箱盡快吃完以免滋生細菌影響健康。</p> <p>(2) 新鮮蚵保存: 新鮮蚵仔最怕碰到水，買回家後連同蚵仔本身的水、包裝袋直接放置冰箱冷藏，可以讓蚵仔保存 4~5 天都還很新鮮喔!盡量避免放冷凍以免影響蚵烹煮後的口感。</p>	<p>1. 能仔細聆聽觀看影片，知道食物保存不易。</p> <p>2. 能知道不管新鮮蚵或料理蚵都不能長久保存，以免影響健康。</p> <p>3. 能知道飲食與健康息息相關</p>
<p>【綜合活動】</p> <p>老師總結:吃出健康，平常要養成健康飲食的重要性，從愛環境做起，終身力行。</p>	<p>【時間】</p> <p>10 分鐘</p> <p>【評量重點】</p> <p>能口頭分享健康與飲食與環境息息相關</p>
<p>教學提醒</p>	
<p>參考資料</p>	
<p>附錄</p>	

陸、教學成果（勿出現學校、作者之文字、圖像或是照片）

- 一、教學過程（含照片）
- 二、學生作品（學習單或其他）

柒、教學省思（教學者反思）