

嘉義縣 109 學年度食農教育優良教案甄選實施計畫

教案甄選

壹、背景敘寫

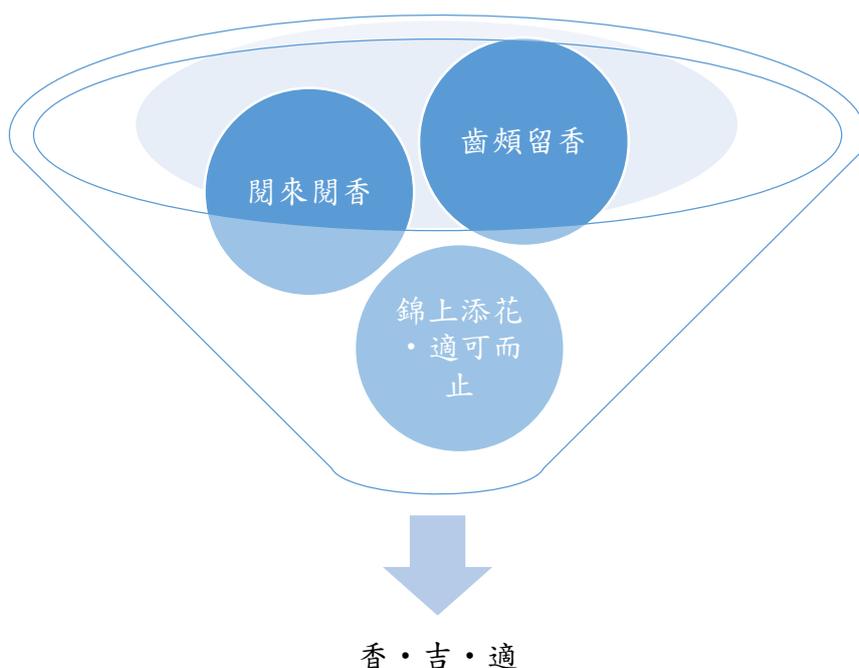
本校因得天獨厚的自然環境，不僅四周果園林立，校園內更有土生土長的果樹，學生家多半也都自種果樹，一年四季皆有豐盛水果可食用；學校的販賣機曾經販售香蕉，一直乏人問津，學生說：自己家裡的香蕉都吃不完了，誰還會買？對於學生而言香蕉是再普通不過的水果，但是，卻也因太習以為常，以致學生不愛吃香蕉，尤其到了酷熱夏天，寧可花錢買手搖杯果汁，也不願以家裡的水果製成果汁消暑。本課程以國二生為主人翁，以在地常見香蕉為課程主角，先帶學生以閱讀理解策略認識香蕉，再了解目前台灣香蕉產業面臨的困境，最後以學生最愛的飲品切入健康飲食的概念，且認識食品添加物，以期學生建立健康飲食觀念，為日後充實生涯打好基礎。

貳、課程內容

教學活動主題命名為「香·吉·適」，係因香蕉為課程主題，且香蕉為在地食材，故結合本校校名，第三個「適」字是為傳達健康飲食的核心——「適量」。本校國中生的飲食習慣可以從學校午餐的剩食看出，每每魚肉食材全盤皆空，反觀蔬菜沒有一次是有盤底朝天的情況出現，國中生不吃蔬菜偏食，已是積習難改，為此，筆者認為若是讓學生以果汁取代手搖飲，應是可以幫助學生增加膳食纖維攝取量。

「香·吉·適」課程設計是為建立學生健康飲食觀念，從認識香蕉文本切入，進行「閱來閱香」教學活動，了解香蕉的營養成分、保存方法，進一步了解果農的辛酸，接著本著「民以食為天」的精神，以「齒頰留香」帶入常見的香蕉料理，並介紹飲品中的食品添加物，告訴學生「錦上添花·適可而止」，期待學生對於健康飲食多一分用心、重視，成為一位擁有健康飲食素養的人！

參、課程架構



肆、教學活動

領域/科目	綜合領域/家政科
實施年級	國中二年級
主題名稱	香·吉·適
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 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 ◎綜合領域 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。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 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。 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。 ◎語文領域國語文 1-IV-1 以同理心，聆聽各項發言，並加以記錄、歸納。 1-IV-1 掌握生活情境，適切表情達意，分享自身經驗。 5-IV-4 應用閱讀策略增進學習效能，整合跨領域知識轉化為解決問題的能力。
	學習內容 ◎綜合領域 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。 家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。 ◎語文領域國語文 Bc-IV-2 描述、列舉、因果、問題解決、比較、分類、定義等寫作手法。 Bd-IV-1 以事實、理論為論據，達到說服、建構、批判等目的。
核心素養	總綱 ◎總綱：A 自主行動 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。
	領綱 綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。 國-J-A2 透過欣賞各類文本，培養思辨的能力，並能反思內容主題，應用於日常生活中，有效處理問題。
議題融入	實質內涵 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。

所融入之單元	了解食物里程、在地食材與環境永續的關係。
與其他領域/科目的連結	語文領域國語文及綜合領域家政科
教材來源	行政院農業委員會/食農教育教學資源平台/國產農漁畜產品教材
教學設備/資源	電腦、投影設備
學習目標	<p>單元主題一：閱來閱香【第一節課】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能理解並支持地產地消的理念。 2. 學生能體認消費者於農產品選購中的社會責任。 3. 學生能認識香蕉種類、營養、選購及保存方法。 <p>單元主題二：齒頰留香【第二節課】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能覺察香蕉對健康的益處。 2. 學生能比較「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」的差異。 3. 學生能學習健康飲食的消費方式，使地球永續經營。 <p>單元主題三：錦上添花·適可而止【第三節課】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能認識食品添加物。 2. 學生能檢視並改善自己的飲食行為。 3. 學生能覺察過量食品添加物對身體造成的危害。

教學單元活動設計			
單元名稱	閱來閱香	時間	45 分鐘
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能理解並支持地產地消的理念。 2. 學生能體認消費者於農產品選購中的社會責任。 3. 學生能認識香蕉種類、營養及保存方法。 		
學習表現	<p>◎綜合領域</p> <p>2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p> <p>3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。</p> <p>3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。</p> <p>◎語文領域國語文</p> <p>1-IV-1 以同理心，聆聽各項發言，並加以記錄、歸納。</p> <p>5-IV-4 應用閱讀策略增進學習效能，整合跨領域知識轉化為解決問題的能力。</p>		
學習內容	<p>◎綜合領域</p> <p>家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。</p> <p>家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為。</p> <p>家 Aa-IV-3 飲食行為與環境永續之關聯、實踐策略及行動。</p> <p>◎語文領域國語文</p> <p>Bc-IV-2 描述、列舉、因果、問題解決、比較、分類、定義等寫作手法。</p> <p>Bd-IV-1 以事實、理論為論據，達到說服、建構、批判等目的。</p>		
領綱核心素養	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，		

	<p>運用適當的策略，解決生活議題。</p> <p>綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。</p> <p>國-J-A2 透過欣賞各類文本，培養思辨的能力，並能反思內容主題，應用於日常生活中，有效處理問題。</p>		
核心素養呼應說明	<p>1. 課程以線上影音認識香蕉產業及產銷議題，討論回饋以建立支持在地食材選購，呼應領綱核心素養「綜-J-A2」及「綜-J-A3」。</p> <p>2. 閱讀「行政院農業委員會/食農教育教學資源平台/國產農漁畜產品教材」認識香蕉，從而建立地產地消的觀念，促進環境永續發展，呼應領綱核心素養「國-J-A2」。</p>		
議題融入說明	<p>環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p>		
第一節【閱來閱香】：教學活動內容及實施方式		時間	學習評量
<p>【引起動機】 介紹香蕉產銷概況</p> <p>1. 線上影音：〈香蕉王國，一頁滄桑史〉 https://news.tvbs.com.tw/life/931596</p> <p>2. 線上影音：〈台青蕉樂團，賣搖滾更賣香蕉〉 https://news.cts.com.tw/vita/campus/201906/201906031963038.html</p> <p>3. 線上影音：〈香蕉它不肥〉 https://www.youtube.com/watch?v=rZSB7R2WUvY</p> <p>4. 觀看影音回饋：</p> <p>(1) 台灣香蕉產業榮景不再，同學們可以做的事是什麼？</p> <p>(2) 〈香蕉它不肥〉這首歌中「不肥」指的是什麼？歌詞想表達的寓意是？</p>		15”	口語評量
<p>【發展活動】 香蕉介紹</p> <p>1. 網站：台灣水果款款學：香蕉不能放冰箱？品種、保存方法、冷知識大公開！ https://smiletaiwan.cw.com.tw/article/3545</p> <p>2. 文本閱讀：行政院農業委員會/食農教育教學資源平台/國產農漁畜產品教材 https://fae.coa.gov.tw/theme_data.php?theme=kids_edu_ad&id=11</p> <p>(1) 認識香蕉的用途。</p> <p>(2) 選購香蕉的用法。</p> <p>(3) 香蕉的保存方法。</p> <p>3. 文本討論回饋：小組共同完成「我的蕉傲」學習單</p>		15”	實作評量
<p>【綜合活動】 小組共同完成香蕉介紹圖</p> <p>1. 就觀看的影音及文本介紹，小組討論共同完成屬於小組的香蕉介紹圖，預計於下一節課請各組分享。</p> <p>2. 教師總結：我們都是生活在台灣土地上的一份子，台灣這塊寶地孕育</p>		15”	高層次紙筆評量

我的蕉傲



一、請依據文本，回答下列問題：

1. 香蕉的用途不包括下列何者？

- (A) 用於飲食
- (B) 用於醫藥
- (C) 用於交通
- (D) 用於造景

2. 依本文所述，選購香蕉的方法何者有誤？

- (A) 挑選外觀弧形明顯者為佳
- (B) 挑選果皮泛黑者為佳
- (C) 挑選香蕉柄水潤青綠為佳
- (D) 挑選果皮光滑無皺痕為佳

3. 關於香蕉的保存方法下列敘述何者正確？

- (A) 為確保香蕉新鮮，應將香蕉放進冰箱保鮮
- (B) 香蕉過熟時，可將整支香蕉放入冷凍保鮮再食用
- (C) 夏天因天熱，宜將香蕉用紙包覆以保鮮
- (D) 不管溫度高低，香蕉應放置通風處保存

4. 請以簡短 30 字介紹香蕉。

二、請依據文本介紹，在海報紙上畫出香蕉介紹圖。



教學單元活動設計

單元名稱	齒頰留香	時間	45 分鐘
學習目標	1. 學生能覺察香蕉對健康的益處。 2. 學生能比較「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」的差異。 3. 學生能學習健康飲食的消費方式，使地球永續經營。		
學習表現	◎綜合領域 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。 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 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。		

	◎語文領域國語文 1-IV-1 掌握生活情境，適切表情達意，分享自身經驗。 5-IV-4 應用閱讀策略增進學習效能，整合跨領域知識轉化為解決問題的能力。	
學習內容	◎綜合領域 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用。 ◎語文領域國語文 Bc-IV-2 描述、列舉、因果、問題解決、比較、分類、定義等寫作手法。 Bd-IV-1 以事實、理論為論據，達到說服、建構、批判等目的。	
領綱核心素養	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。 國-J-A2 透過欣賞各類文本，培養思辨的能力，並能反思內容主題，應用於日常生活中，有效處理問題。	
核心素養呼應說明	1. 各組的香蕉圖是閱讀行政院農業委員會的國產農漁畜產品教材後繪製出各組討論介紹的重點，呼應領綱核心素養「綜-J-A2」及「國-J-A2」。 2. 手做香蕉飲品活動是讓同學發揮創意，善用生活中常見食材，呼應領綱核心素養「綜-J-A3」。	
第二節【齒頰留香】：教學活動內容及實施方式		
	時間	學習評量
【引起動機】 小組分享各組香蕉介紹圖 1. 小組分別介紹他們所認識的香蕉。 2. 由各組票選：哪一組的介紹令同學印象深刻呢？深刻的點是？	20”	口語評量
【發展活動】 手做香蕉飲品 1. 教師於上課前五分鐘以果汁機將「香蕉牛奶」備好，靜置於講桌上。 2. 教師介紹市售飲品「香蕉牛奶」保久乳，再分予每位同學品嚐「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」。 3. 各組討論「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」的差異，並填寫「我的選擇」學習單。 4. 請小組討論： (1)「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」的成份有哪些差異？ (2) 香蕉牛奶不能像木瓜牛奶一樣做成新鮮屋的飲品，原因何在？ (3) 為什麼市售的香蕉飲品只有一種品牌可選擇？	15”	實作評量
【綜合活動】 票選香蕉飲品 1. 請各組著手準備創意香蕉飲品，並預留四杯創意飲品供他組享用評價。飲品最受歡迎的組別可以獲得獎勵。 2. 預計於下一節課討論飲品成分。 3. 教師總結：香蕉是同學家裡常見水果，只要加點巧思手做香蕉飲品，口感不輸手搖杯，既省錢又健康，亦可減少垃圾量，這種利己又利他的事何	10”	實作評量

樂不為呢？		
參考資料	網站：行政院農業委員會/食農教育教學資源平台〈美好食尚〉教案	
附錄	附錄三：「我的選擇」學習單	

【附錄三】「我的選擇」學習單

我的選擇

一、香蕉介紹圖分享，我們欣賞：第 _____ 組：因為這組同學介紹吸引我們的點是：_____

二、我覺得「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」PK 結果如下：

	色(視覺)	香(嗅覺)	味(味覺)	口感(觸覺)
現打的香蕉牛奶				
香蕉牛奶保久乳				

三、我覺得：

(1) 香蕉牛奶不能像木瓜牛奶一樣做成新鮮屋的飲品，原因何在？

(2) 為什麼市售的香蕉飲品只有一種品牌可選擇，我覺得是？

四、我們喜歡的創意香蕉飲品是：

飲品名	綜合果汁	香蕉牛奶 優格	香蕉蜂蜜 牛奶	香蕉布丁	香蕉奧力 歐
勾選					

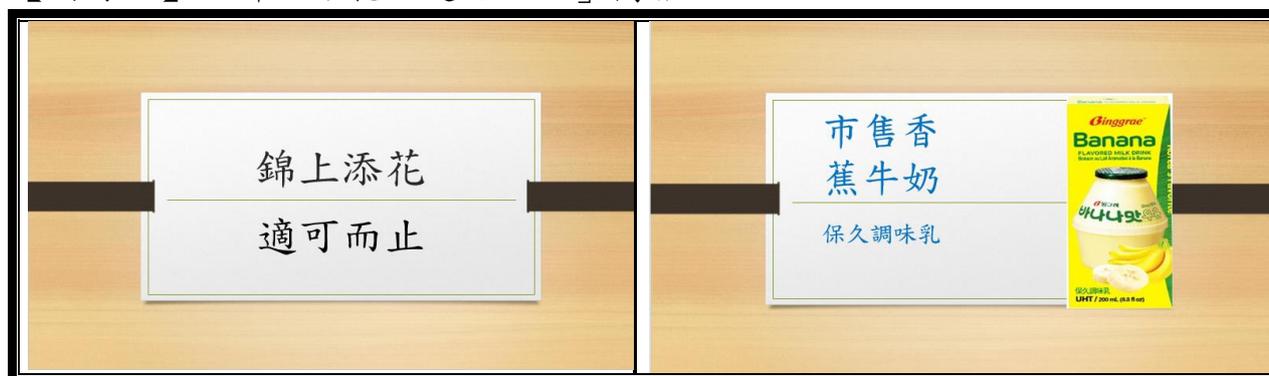
教學單元活動設計			
單元名稱	錦上添花·適可而止	時間	45 分鐘

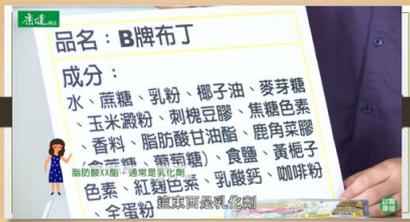
學習目標	1. 學生能認識食品添加物。 2. 學生能檢視並改善自己的飲食行為。 3. 學生能覺察過量食品添加物對身體造成的危害。
學習表現	◎綜合領域 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 3d-IV-2 分析環境與個人行為的關係，運用策略與行動，促進環境永續發展。
學習內容	◎綜合領域 家 Aa-IV-1 個人與家庭飲食行為之影響因素與青少年合宜的飲食行為。 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的實踐策略及行動。
領綱核心素養	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。
核心素養呼應說明	分享創意飲品製作方法且認識飲品中的食品添加物是呼應領綱核心素養「綜-J-A2」及「綜-J-A3」。
議題融入說明	環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。

第三節【錦上添花·適可而止】：教學活動內容及實施方式		時間	學習評量
【引起動機】分享香蕉飲品 1. 請上週獲獎組別分享最受歡迎飲品的製作方法。 2. 鼓勵同學自製果汁消暑，健康又環保。		5"	口語評量
【發展活動】認識食品添加物 1. 教師藉著「錦上添花·適可而止」簡報，介紹食品添加物，引導學生找出「香蕉牛奶保久乳」的成分中哪些是食物原料？哪些是食品添加物？ 2. 觀看〈食品添加物〉動畫 https://www.youtube.com/watch?v=5_Ztu45aQf8 ，藉由動畫讓同學了解飲食應著重食用「食物原型」，以獲取完整的營養。 3. 教師再介紹： <u>衛福部食藥署</u> 「食品添加物使用範圍及限量暨規格標準」整合查詢服務 https://consumer.fda.gov.tw/law/foodadditiveslist.aspx?nodeid=521 ，引導學生關注所吃下食品的成分，可以自行查詢。 4. 專家學者提出「單方添加物」依法經過安全測試，但是多種「單方添加物」合用成為「複方添加物」是依法免測種組合安全，這些「複方添加物」安全與否是個大問號？ 4. 教師回饋討論：		35"	口語評量

<p>(1) 香蕉牛奶不能像木瓜牛奶一樣做成新鮮屋的飲品，原因何在？同學說：香蕉易壞、營養容易流失、不易保存。</p> <p>(2) 為什麼市售的香蕉飲品只有一種品牌可選擇？同學說：沒有很多人喜歡吃、不易保存就賣不好。</p> <p>(3) 同學最喜歡的香蕉飲品是「香蕉布丁牛奶」，香蕉與牛奶營養價值高，加上布丁味道香醇，但是布丁的食品添加劑多，學生食用還是要適量。</p> <p>(4) 觀看〈20151119 中天新聞：增色添香賣相好！食品添加物的隱藏秘密〉 https://www.youtube.com/watch?v=SiV2cmxdFY8</p> <p>(5) 希望同學飲食時秉持適量、適當、適可，以維護身體健康，避免「禍從口入」！</p>		
<p>【綜合活動】健康飲食</p> <p>1. 教師總結：香蕉的高營養價值是得到公認的，香蕉含有豐富的醣份、蛋白質、鉀、磷、鈣，多種維生素和膳食纖維，可謂營養的寶礦，因此有智慧之果之稱。香蕉好吃營養成分又高，與其花錢購買營養品補充，倒不如從日常生活周遭可取得的食材便宜又方便。</p> <p>2. 常言道：好吃的東西不營養，營養的東西不好吃。為求身體健康以擁有美好生活，同學對於口腹之慾的追求還是要「適可而止」！</p>	5”	
<p>參考資料</p>	<p>專書：《食品科學概論·第四版》曾道一、賈宜琛編著·新文京出版 網站： 1. 行政院農業委員會/食農教育教學資源平台〈美好食尚〉教案 2. 【樂活小學堂】黏稠劑？調味劑？一次搞懂常見食品添加物 https://www.youtube.com/watch?v=3t2pqyGCzkc 3. 食品添加物成日常?! 揭密舌尖上的真相 T 觀點 20201212 (完整版) https://www.youtube.com/watch?v=dY7xIT3OZ6A&t=381s</p>	
<p>附錄</p>	<p>【附錄四】「錦上添花·適可而止」簡報</p>	

【附錄四】「錦上添花·適可而止」簡報





◎香蕉牛奶不能像木瓜牛奶一樣
做成新鮮屋的飲品，原因何在？

香蕉易壞
營養容易流失、
不易保存



◎為什麼市售的香蕉飲品
只有一種品牌可選擇？

沒有很多人喜歡吃
不易保存就賣不好

◎最受歡迎香蕉飲品

香蕉布丁牛奶



伍、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）



觀賞〈香蕉王國，一頁滄桑史〉影片



〈香蕉它不肥〉歌曲欣賞



閱讀農委會香蕉介紹文本



學生繪製香蕉介紹圖



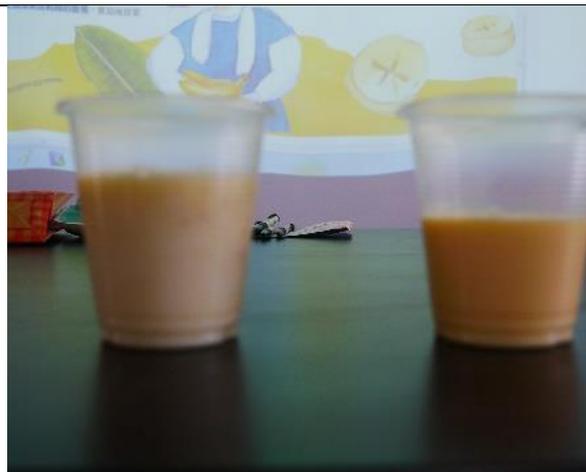
學生繪製香蕉介紹圖



學生繪製香蕉介紹圖



學生繪製香蕉介紹圖



「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」



各組介紹香蕉：一人獨撐大局



各組介紹香蕉：團結就是力量



各組介紹香蕉：走自 High 風的介紹



各組介紹香蕉：走學術風的介紹



各組介紹香蕉：走相聲風的介紹



學生著手準備創意香蕉飲品



各組著手準備創意香蕉飲品



濃牛奶的飲品讓學生出現白鬍子

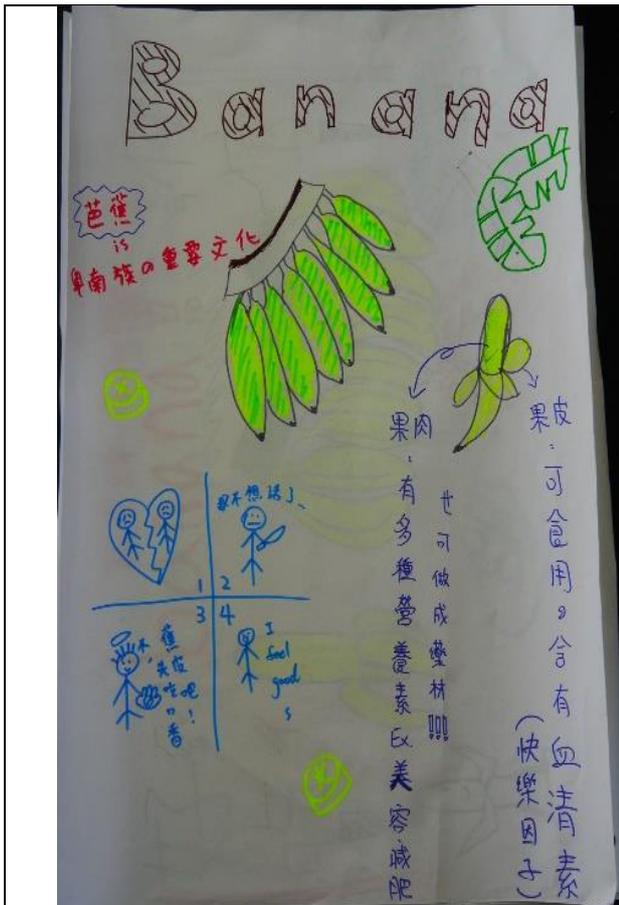


觀看〈食品添加物的隱藏秘密〉短片

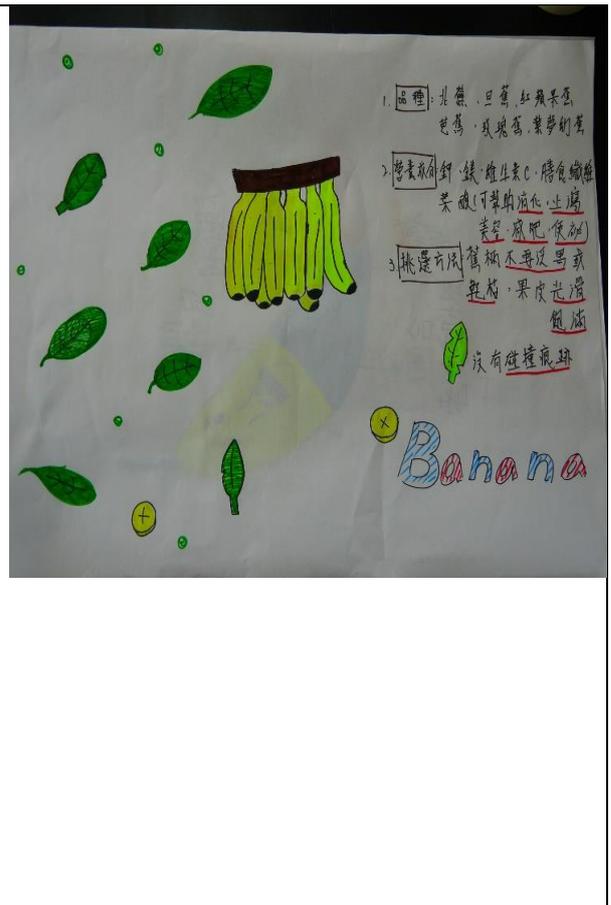


觀看〈食品添加物的隱藏秘密〉短片

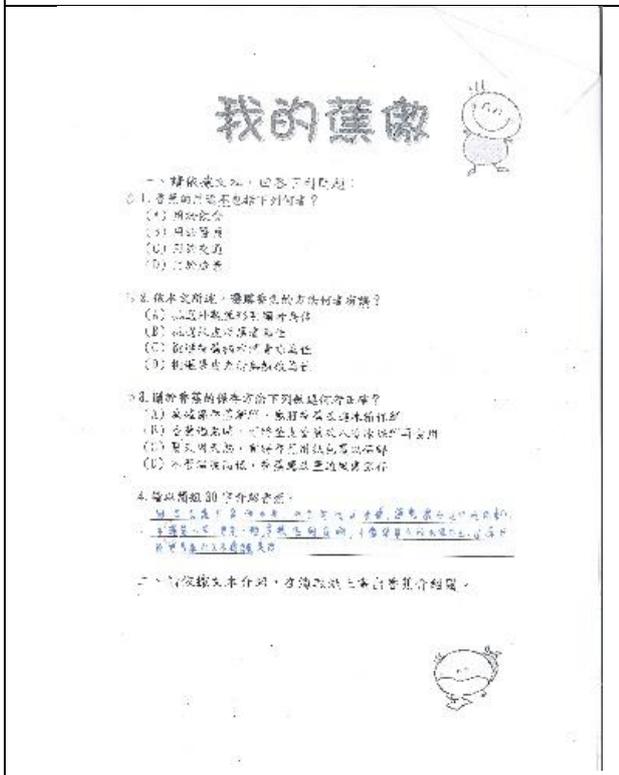
二、學生作品（學習單或其他）



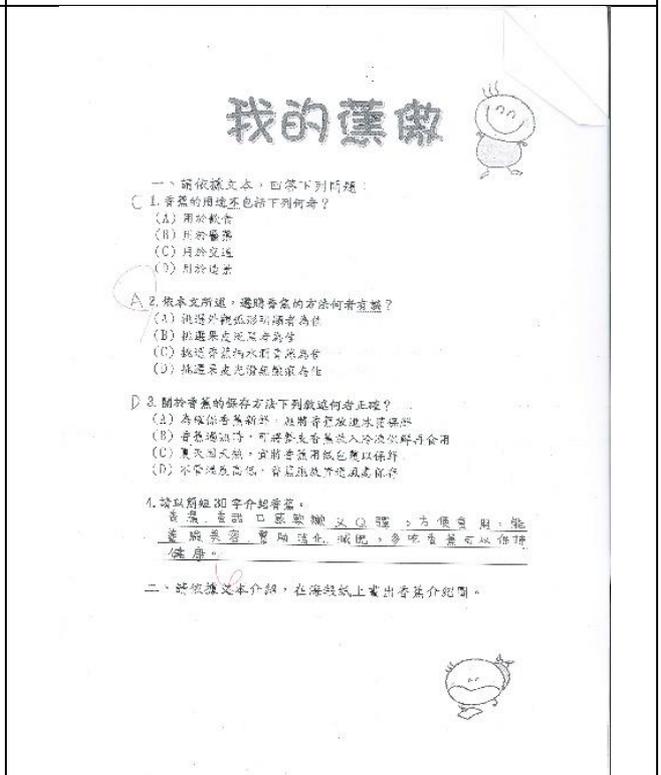
香蕉介紹圖的逗趣插畫



中規中矩的香蕉介紹圖



〈我的蕉傲〉學習單



〈我的蕉傲〉學習單

我的選擇

一、香蕉介紹圖分享，我們欣賞：第 1 組：因為這組同學介紹及引致我們的點是：牛奶好喝，味道好，營養豐富。

二、我覺得「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」PK 結果如下：

品(名稱)	色(顏色)	味(味道)	口(口感)
現打的香蕉牛奶	黃色	香甜的香蕉味	滑順
香蕉牛奶保久乳	淡黃色	很苦	香滑

三、我覺得：

(1) 香蕉牛奶不能變成牛奶一併做成新類型的飲品，原因何在？
因為香蕉味是現打的，營養豐富。

(2) 為什麼市售的香蕉飲品只有一種品牌可選擇，我想這是？
手工製作

四、我們喜歡的營養香蕉飲品是：

飲品名	綜合果汁	香蕉牛奶	香蕉牛奶	香蕉布丁	香蕉圓力歐
勾選				<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

我的選擇

一、香蕉介紹圖分享，我們欣賞：第 2 組：因為這組同學介紹及引致我們的點是：牛奶好喝，味道好，營養豐富。

二、我覺得「現打的香蕉牛奶」與「香蕉牛奶保久乳」PK 結果如下：

品(名稱)	色(顏色)	味(味道)	口(口感)
現打的香蕉牛奶	黃色	香甜的香蕉味	滑順
香蕉牛奶保久乳	淡黃色	很苦	香滑

三、我覺得：

(1) 香蕉牛奶不能變成牛奶一併做成新類型的飲品，原因何在？
可以香蕉味不能變成長久保存。

(2) 為什麼市售的香蕉飲品只有一種品牌可選擇，我想這是？
手工製作

四、我們喜歡的營養香蕉飲品是：

飲品名	綜合果汁	香蕉牛奶	香蕉牛奶	香蕉布丁	香蕉圓力歐
勾選		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>

<我的選擇>學習單
<我的選擇>學習單

陸、教學省思 (教學者反思)

一、著重教育潛移默化

課堂中傳達「好吃的東西不營養，營養的東西不好吃」，學生立即反應：東西好吃很重要，不好吃根本不想吃！學生畢竟是個十多歲的孩子，追求口腹之慾是人之常情啊！要以一節課的活動希冀孩子做到健康飲食是過於理想化，但，筆者深信課堂中的傳道授業，會如同水滴流入到學生的世界中，日積月累，假以時日，水滴終會匯成水流，形成學生飲食觀念的主流，教育成效並非一蹴可及呀！

二、進行操作型課程

十二年國教課綱強調以核心素養為課程發展的主軸，關注學生的生活經驗，整合知識、情意、技能，以求學生在生活中實踐力行，因此，課程安排「創意飲品」的操作課程，給學生學習任務，從一次次製作的飲品不斷修正，以求創作出最受歡迎的飲品。學生從操作活動中體驗到的不僅是找出問題的核心，更是培養學生獨立思考與解決問題的素養。看著學生熱烈討論著比例調配的想法，那不就是課堂中最美的風景嗎？常覺得偏鄉孩子缺乏企圖心，做什麼事都提不起勁，這次的課堂著實翻轉教師對學生刻板印象，其實，並不是學生不想學，而是課程不合學生胃口罷了！

生涯可規劃，生命無法想像，偏鄉孩子因各種因素影響，在起跑點即已輸他人一截，更遑論未來生涯規劃？但是生命存在許多無限可能，多付出點心力設計孩子感興趣課程，多為孩子營造多元生活經驗，孩子的表現回饋是不可預期的！