

# 烏漆麻黑的美味仙草

## 目 錄

壹、課程理念.....	3
貳、課程架構.....	3
參、教學方法.....	3
肆、評量方式.....	3
伍、教學活動.....	4
設計依據.....	4
各單元學習重點與學習目標.....	4
教學單元活動設計.....	4
陸、教學成果.....	11
柒、教學省思（教學者反思）.....	13

# 嘉義縣 109 學年度食農教育優良教案甄選實施計畫

## 壹、課程理念

### 一、推動健康飲食

茶最早是中國先民發現的，但最早茶是當要來使用，來發現飲茶有益於身體，於是後來就成為日常飲品走入人們日常生活茶。在台灣似乎早已不可或缺，大街小巷四處都有手搖飲料店，便利商店內也賣著罐裝或鋁箔包茶飲，人手一罐甚至一杯在手都四處可見，有些不健康的茶飲是導致肥胖的來源。

基於現在人也越來越重視飲食方面的健康，也想讓學生體驗飲食活動，透過相關課程來建立他們健康的飲食觀念。

### 二、了解在地農業

透過此課程讓學生了解在地的食材，並傳承推動傳統文化。

## 貳、課程架構

單元名稱	節次	教學重點
認識在地農業	一	讓學生認識在地農業，並省思在地農業的過去與現在，並討論未來的趨勢
奇特之草是仙草	一	讓學生利用 google 搜尋主題，仙草雖是草但也是可食用之草，並且規劃菜單
大廚大展身手	一	在烹煮當中，懂得烹飪者的用心，並且烹煮後的收拾

## 參、教學方法

分組討論教學、實作法。

## 肆、評量方式

採用實作評量方式

一、認識在地農業：利用小組討論發表，展現團隊精神發言。

二、奇特之草是仙草：利用小筆電搜尋在地食材資訊，並書寫學習單和決定菜單

三、大廚大展身手：利用分組的團隊精神，並分工合作完成此次食品

## 伍、教學活動

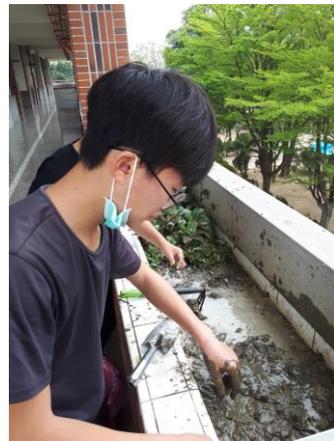
領域/科目	綜合活動/家政 綜合活動/童軍 科技領域/生活科技	
實施年級	國中一年級到三年級	
主題名稱	烏漆麻黑的美味仙草	
主題內容 勾選 可複選	<input type="checkbox"/> 農事教育、 <input checked="" type="checkbox"/> 人類與糧食生態永續、 <input type="checkbox"/> 產銷履歷 <input type="checkbox"/> 綠色生產與消費、 <input type="checkbox"/> 碳足跡、 <input checked="" type="checkbox"/> 食品安全 <input checked="" type="checkbox"/> 健康飲食、 <input type="checkbox"/> 午餐禮儀、 <input checked="" type="checkbox"/> 感恩惜物、 <input type="checkbox"/> 其他 _____	
<b>設計依據</b>		
學習 重點	學習表現	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 綜 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 綜 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 運 t-IV-4 能應運算思惟解析問題
	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。 家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為 資 T-IV-1 資料處理應用專題 家 Ac-IV-1 食品標示與加工食品之認識、利用，維護飲食安全的時間策略及行動 家 Ab-IV-2 飲食的製備與創意運用
核心 素養	總綱	A1 系統思考與解決問題 C2 人際關係與團隊合作
	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-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標 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。
議題 融入	實質內涵	環境教育： 環 J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性 環 J8 了解台灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性 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 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生
	所融入之 單元	環境教育：認識在地農業 資訊教育：奇特之草是仙草 環境教育：大廚大展身手
與其他領域/科目	童軍：與戶外野炊課程結合，讓學生對料理上更產生興趣	

<b>的連結</b>	資訊：利用大視屏講解，並讓學生分組使用小筆電 google 搜尋主題相關內容，並設計菜單		
<b>教材來源</b>	自編		
<b>教學設備/資源</b>	校園家政教室和資訊教室		
各單元學習重點與學習目標			
單元名稱	學習重點		學習目標
認識在地農業	學習表現	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	一、了解在地農業發展的種類 二、對於在地農業未來趨勢存在與否
	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。	
奇特之草是仙草	學習表現	綜 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 運 t-IV-4 能應運算思惟解析問題	一、認識仙草並了解仙草在本地的 重要性 二、了解仙草的種植到曬乾流程 三、設計關於仙草的菜單
	學習內容	家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為 資 T-IV-1 資料處理應用專題	
大廚大展身手	學習表現	綜 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	一、自行烹煮和善後環境 二、對於友善環境並感恩 三、了解有機食材與環境永續關係
	學習內容	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，維護飲食安全的時間策略及行動	

教學單元活動設計			
<b>單元名稱</b>	認識在地農業	<b>時間</b>	<b>45 分</b>
<b>學習目標</b>	一、了解在地農業發展的種類 二、對於在地農業未來趨勢存在與否		

學習表現	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
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。
領綱核心素養	綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標
核心素養呼應說明	學生在討論過程中了解在地農業的種植過程，並在種植後的處理中，培養學生在團隊中的思考和表達，並思索現在的飲食習慣是否會導致該產作物的沒落或是量產
議題融入說明	經由飲食的習慣，讓學生了解在地的農業文化的存在價值
<b>第一節：教學活動內容及實施方式</b>	
	<b>備註</b>
<b>【引起動機】</b> 藉由飲食來讓學生反思，每天除了正餐之外，還食用了那些東西？並探討那些產品對人體是否健康？	<b>【時間】</b> 10 分 <b>【評量重點】</b> 學生能主動發表
<b>【發展活動】</b> 一、介紹在地農業的種類。 二、讓學生分組討論在地農產的種植環境和季節。 三、討論對於在地農業未來趨勢存在與否	<b>【時間】</b> 20 分 <b>【評量重點】</b> 學生能主動發表
<b>【綜合活動】</b> 以分組報告分享心得	<b>【時間】</b> 15 分 <b>【評量重點】</b> 分組報告
教學提醒	提醒學生回家的路途中，觀察路邊的農田是否種植仙草
參考資料	

附錄



教學單元活動設計

單元名稱	奇特之草是仙草	時間	45 分
學習目標	一、認識仙草並了解仙草在本地的重要性 二、了解仙草的種植到曬乾流程 三、設計關於仙草的菜單		
學習表現	綜 1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 運 t-IV-4 能應運算思惟解析問題		
學習內容	家 Aa-IV-2 青少年飲食的消費決策與行為 資 T-IV-1 資料處理應用專題		
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。		
核心素養呼應	由網路搜尋過程中了解在地農業，了解該農作物是具影響力的，也了解種植的氣候環境和事後的處理過程，並體會到種植仙草的農民辛苦。也藉由網路讓		

說明	學生設計菜單和流程	
議題融入說明	了解仙草在台的地位，因從種植仙草到市售仙草的過程，讓學生懂得要珍惜食物	
第一節：教學活動內容及實施方式		備註
<p><b>【引起動機】</b> 因學生喜愛茶飲，但市售茶飲大多有添加物，探討除了市售茶飲，在地農產是否有可提供相關健康茶飲</p>	<p><b>【時間】</b> 10分</p> <p><b>【評量重點】</b> 學生回答問題</p>	
<p><b>【發展活動】</b> 一、了解仙草的種植到曬乾流程 二、搜尋仙草的菜單和烹煮過程</p>	<p><b>【時間】</b> 25分</p> <p><b>【評量重點】</b> 學生參與討論 書寫學習單</p>	
<p><b>【綜合活動】</b> 小組發表各組討論的菜單，並一起統整決定共同菜色</p>	<p><b>【時間】</b> 10分</p> <p><b>【評量重點】</b> 各組參與程度</p>	
教學提醒	提醒分配下次上課該帶的材料和每人負責的工作職責	
參考資料		
附錄		

教學單元活動設計			
單元名稱	大廚大展身手	時間	45 分
學習目標	一、自行烹煮和善後環境 二、對於友善環境並感恩 三、了解有機食材與環境永續關係		
學習表現	綜 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	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，維護飲食安全的時間策略及行動		
領綱核心素養	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。		
核心素養呼應說明	在料理的當中學生學會小組一起規劃，並且一起執行分配工作，也對在地農產更懂得珍惜，也了解環境永續的價值		
議題融入說明	在料理過程中對天然食品和加工食品的認識，也永續環境對本土的重要性		
第一節：教學活動內容及實施方式			備註
【引起動機】 學生分享決定菜單的因素		【時間】 5 分	【評量重點】 小組討論
【發展活動】 一、學生小組自行烹煮和善後環境，展現團隊精神 二、對於加工食品和天然食品的認識更了解，並對友善環境心懷感恩 三、有機食材與環境永續關係		【時間】 30 分	【評量重點】 學生實作
【綜合活動】 學生分享對於本地農產仙草的想法，學會感恩農民		【時間】 10 分	【評量重點】 學生參與討論 並發表想法
教學提醒			

參考資料



附錄



陸、教學成果（勿出現學校、作者之文字、圖像或是照片）

學生作品（學習單或其他）

家政學習單 班級 _____ 姓名 _____ 座號 3	
三界埔一仙草	
介紹仙草	水上、關西、三義並稱全臺灣三大仙草產區。 是涼性的。 為清涼解渴除暑劑。 仙草能清熱、利濕消暑效果一級棒，而且能治療中暑、火氣大、皮膚發炎、牙痛等熱性體質引起的不適症狀
仙草的生長環境和條件	種仙草要日照充足，農田排水良好。 種植時間是3月至4月，收成期是9月至10月。因水上天氣較炎熱，所以仙草成熟較快變成8月就開始收成了
心得和感想	原來水上是三大仙草產區，之前都不知道，有點驚訝。做仙草時，我們一直攪拌，然後到了要倒凍粉，還是一直攪拌，攪到一定程度後，就要放涼，所以我們靈機一動，開了電風扇，吹啊吹，還把電風扇整台拿起來，快笑死。仙草凍加鮮奶加紅茶，好吃。

家政學習單

班級 \_\_\_\_\_ 姓名 \_\_\_\_\_ 座號 5

三界埔—仙草

介紹仙草	又稱「仙人草」、「小花凍粉草」 功用：保護受損細胞老化、生津止渴、清涼退火、養顏美容、降血壓、補腎
仙草的生長環境和條件	農田的排水要好、灌溉方便 適宜氣溫約 $20^{\circ}\sim 25^{\circ}\text{C}$ 日照充足 1-2月之間應將母株旁之土壤鋤鬆
心得和感想	雖然也沒有做的很好吃，但是做的過程也是富含許多幽默娛樂的過程，很好玩，也知道了很多仙草的知識，這次活動真好玩！

## 柒、教學省思（教學者反思）

仙草對我們生活飲食來說似乎是很理所當然存在，但從沒想過去探討原來嘉義的仙草也是鼎鼎有名的三大出產之一，只是在地學生對仙草的生長很視為理所當然，在此次的課程當中發現學生對在地農業真的了解不多，經由這次課程結束後，學生有更了解自己在地的文化。

