



## 嘉義縣 110 學年度食農教育 優良教案甄選實施計畫

餐餐有禮(低年級組)

# 嘉義縣 110 學年度食農教育優良教案甄選實施計畫

## 壹、課程理念

隨著家庭結構的轉變，現已不再像以往大家庭共同用餐時，有需多的規矩。家庭成員的減少、家長年輕化，用餐已不再像以往的戰戰兢兢，而是令人放鬆，可以隨興的時刻。在家庭沒有要求用餐禮儀的情況下，學生的禮儀教學更是需要被重視，因此設計了「餐餐有禮」這套課程，讓低年級的學生就能對用餐禮儀有基本的認識。

## 貳、課程架構

從家庭用餐習慣分享出發，進入中式料理介紹，以及讓學生分享用餐時有禮貌及沒禮貌的行為，營造學生圍繞在「如何成為一個有禮貌的小孩？」的思維中。透過討論，思考在同學做了沒有禮貌的行為時，要如何有技巧的糾正他，並能同理被指責時的不悅，一同想出好的勸說方式。

中餐禮儀結束後，進行西餐認識及西餐禮儀的介紹，這部分是學生較為陌生的經驗，以認識、模擬體驗的方式增加學生經驗，並著重在西餐的用餐流程認識，最後以中西式用餐差異的分享作為課程結尾。

## 參、教學方法

- 講述法：教師分別介紹中西餐的不同。
- 討論法：學生討論有禮貌的行為、沒禮貌的行為。
- 角色扮演教學法：中餐藉由學生做出不同的不禮貌行為，讓同儕進行有同理的指正方式；西餐則模擬用餐流程，增加學生經驗。
- 發表教學法：學生能分享其感受，及了解中西餐禮儀之異同。

## 肆、評量方式

- 實作評量，學生模擬用餐情境，做出適當的反應（中餐）且能夠依照用餐流程運用正確的餐具（西餐）。

## 伍、教學活動

領域/科目	生活領域	
實施年級	一年級	
主題名稱	餐餐有禮	
主題內容	<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 type="checkbox"/> 健康飲食、 <input checked="" type="checkbox"/> 午餐禮儀、 <input 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	6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。
	學習內容	E-I-1 生活習慣的養成。 E-I-3 自我行為的檢視與調整。
核心素養	總綱	C1 道德實踐與公民意識 具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會活動，關懷自然生態與人類永續發展，而展現知善、樂善與行善的品德。
	領綱	生活-E-C1 覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。
議題融入	實質內涵	生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
	所融入之單元	我是有禮貌的小朋友
教材來源		自編
教學設備/資源		投影片、學習單、中式餐具一套、西式餐具學生一人一套(自製之教具)、活動卡牌

教學單元活動設計			
單元名稱		我是有禮貌的小朋友	時間 80 分鐘
學習 重點	學習 表現	6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。	
	學習 內容	E-I-1 生活習慣的養成。 E-I-3 自我行為的檢視與調整。	
學習目標		<p>一、認識中、西餐禮儀且養成良好的用餐習慣。</p> <p>二、學習如何表得自己的感受。</p> <p>三、能以同理的方式委婉指正他人的不良行為。</p>	
領綱核心素養		<p>生活-E-C1</p> <p>覺察自己、他人和環境的關係，體會生活禮儀與團體規範的意義，學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命，並於生活中實踐，同時能省思自己在團體中所應扮演的角色，在能力所及或與他人合作的情況下，為改善事情而努力或採取改進行動。</p>	
核心素養呼應 說明		透過認識中、西餐禮儀，學習適切的用餐方式，藉此反思自身平常的用餐舉止是否需要調整，以養成良好的習慣。	
議題融入 說明		<p>生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。</p> <p>培養學生在遇到同儕做出不好的行為時，能同理他人，說出正向的鼓勵方式來糾正他人的錯誤行為。</p>	
第一節：中餐禮儀			備註
<p><b>【引起動機】</b></p> <p>一、教師提問：家中平常吃午餐都吃些什麼？用了哪些器材。 (學生說出各種菜色、使用鍋碗瓢盆筷匙)</p> <p>二、教師提問：家裡面用什麼樣的餐具吃飯？在那裡吃？ (各種型態：坐圓桌、客廳...)</p> <p>三、教師提問：你覺得吃飯的時候，會有哪些行為是讓你覺得不舒服的？ (黑板記錄，回答兩三樣即可)</p>			<p><b>【時間】</b></p> <p>5min</p> <p><b>【評量重點】</b></p> <p>能與同儕討論並分享自己家中用餐經驗。</p>

**【發展活動】**

- 一、教師以學生校外教學時吃合菜的經驗為出發，介紹中式菜餚。  
(冷盤、羹、魚、肉、湯品、甜點)
- 二、教師藉由剛剛學生講出的不舒服行為進行延伸，並逐一介紹餐桌禮儀。  
以示範不好的用餐行為的模式，讓學生猜出是什麼行為。

包含：

吃飯說話	放碗筷發出聲響	用筷子攪動湯品
嘴巴有食物說話	亂擺放餐具	在菜餚中翻動挑食物
吃東西發出聲音	夾菜沿路滴汁	用筷子搶食
坐姿不良		

- 三、請另一位學生指正這項不好的行為，並由教師紀錄學生如何指正。
- 四、教師詢問學生聽到這些指正時的心情與想法。
- 五、比較各個學生的指正方式，歸納出一句較為委婉地勸導方式，並供接下來遊戲使用，例如：OOO，請你不要\_\_\_\_\_，這讓人感覺不舒服，我們要當一個有禮貌的小朋友。

**【時間】**

25min

**【評量重點】**

學生能猜出教師示範之不禮貌行為，並說出想法。  
學生能說出自己聽到指正時的感受，並討論出委婉的勸說方式。

**【綜合活動】**

- 一、教師準備抽題卡，由學生上台演出用餐中的不好行為。
- 二、台下學生猜出不好的行為，並一同指正。
- 三、教師總結今日課程及學生表現優缺。

**【時間】**

10min

**【評量重點】**

學生能為碗的指正同學的錯誤行為。

## 第二節：西餐禮儀

備註

**【引起動機】**

- 一、教師呈現義廚到校料理的照片，藉此回顧學生享用西餐的經驗，並進行提問與討論。



- (一) 請問你是如何食用義大利麵的呢？  
使用的餐具為叉子及湯匙。
- (二) 如何正確使用餐具？  
食用方法為慣用手用叉子捲起義大利麵。
- (三) 請問你有其他西餐的用餐經驗嗎？

**【時間】**

5min

**【評量重點】**

能與同儕討論並分享自己的西餐經驗。

### 【發展活動】

一、介紹常見西餐（牛排、義大利麵、沙拉.....等）

二、教師說明西餐的用餐禮儀

(一) 坐姿：坐下時立腰挺胸，雙膝自然併攏，椅子坐一半，手肘不可以撐在桌上。

(二) 餐巾布：平鋪在大腿上，用來擦拭嘴角或是手指。

(三) 用餐注意事項：

1. 不要大口吞食或飲水。
2. 避免發出聲音。
3. 吞下食物才交談。

(四) 餐具使用方式：

1. 餐具使用順序為「由外往內」、「由下往上」。
2. 右手拿刀，左手拿叉子。



3. 餐具名稱與用途（前菜、沙拉、正餐、甜點）

4. 刀叉擺放意義



▲ 圖7-23 暫時離席刀叉擺放



▲ 圖7-24 用餐結束刀叉擺放

三、學生演練西餐禮儀

教師呈現情境與菜色圖片，學生須根據情境做出對應的姿勢或是拿取對應的餐具。

### 【綜合活動】

完成學習單：學生依據情境完成學習單上的著色部分與填寫。

### 【時間】

25min

### 【評量重點】

專心聆聽且能正確練習西餐用餐方式

### 【時間】

10min

### 【評量重點】

能正確完成西餐禮儀學習單

## 陸、教學成果

### 一、教學過程



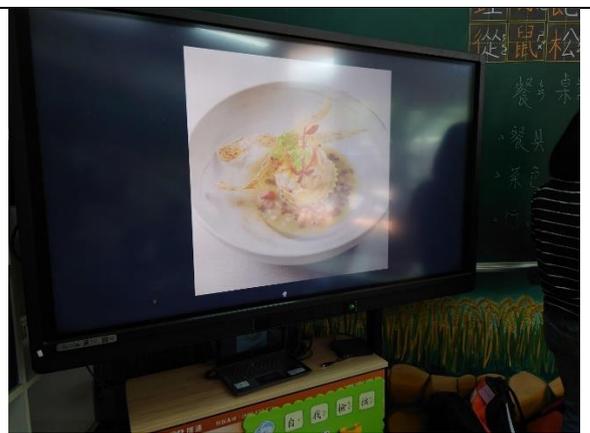
介紹中式菜肴。



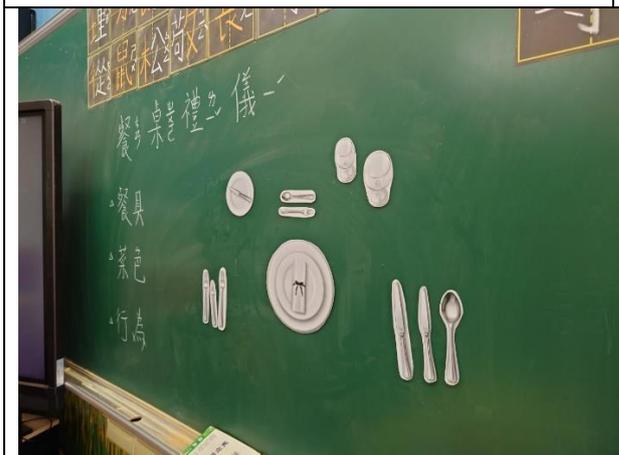
學生試用餐具。



學生做出不禮貌行為供其他學生猜測。



西式餐點介紹。



西式餐具介紹。



學生體驗擺盤。

## 柒、教學省思

### 教學者一：

學生在中餐教學時，反應熱烈，多半都能猜出教師要表達的不禮貌行為，但在引起動機提問時，回答內容較少，可見學生在家中較少被要求。在表達情緒時，用詞較為單薄，未來可結合日常的國語課、寫作課，讓課程更加豐富。而課程中較沒有帶到「自省」的部分，如何讓孩子內化這些禮儀，是未來若要執行這門課程可再加深的方向。

### 教學者二：

西餐需要用到的餐具較多，教師在教學時除了透過講述法說明用餐順序之外，也可加入同儕討論，讓學生說出自己觀察到的情形（例如：餐具大小及數量）。

對低年級學生而言，西餐較為陌生，因此在教學上以用餐流程（菜色、餐具擺放與使用順序）為主。原先教學設計為一節課，但在課堂中發現，學生在練習用餐時容易混淆餐具的順序，因此建議本課程可以將菜色及餐具使用分為兩節課進行。西餐菜色介紹的同時，可納入上菜的順序，接著在學生對西餐有初步認識之後，透過觀察餐點學習餐具的運用。

學生在本次教學活動中反應熱絡，樂於嘗試不同的用餐方式，也能從中西餐中找出異同處。教學活動除了讓學生認識中西餐的差異之外也能培養孩子日常生活中所需留意的舉止儀態。