

嘉義縣 112 年度食農教育優良教案甄選實施計畫

教案封面

		收件 編號	(由收件學校填寫)
組 別	<input type="checkbox"/> <u>低年級組</u> <input checked="" type="checkbox"/> <u>中年級組</u> <input type="checkbox"/> <u>高年級組</u> <input type="checkbox"/> <u>國中組</u>		
教案名稱	歡天「薯」地·地瓜 YA		

壹、課程理念

為什麼要推動食農教育?從生活層面來看，現代學生開始有固食(只吃喜歡的食物)、子食(偏向嬰兒食品或兒童式餐點)、粉食(偏向吃使用麵粉的主食)、濃食(吃重度調味的食物，如加工食品)及不吃早餐等不良飲食習慣，造成肥胖、偏食、食物過敏、青少年代謝症候群增加等健康問題；從生產消費面來看，食物取得方式過度依賴超市及連鎖速食店，反應出飲食安全問題；此外，多數學生說出「我們吃的地瓜是屬於植物的果實。」顯現出日常生活與自然的關係斷裂，故透過本次地瓜食農課程的實施，五感體驗課程方式進行，希望學生能由自我出發，藉由農作及食作來體驗地瓜此食物的美好，讓自己與環境自然的連結，並學會省思與感恩。

貳、課程架構



參、教學方法

1. 講述教學法：自地瓜的顏色了解各個種類，由生活中去了解美的形式原理應

用在食材搭配。

2. 體驗教學法：讓學生體驗農耕模式，親自學習農作精神，感受大自然給我們的恩惠，拉近食物與人的距離，由課程中去互動心靈與共好自然。
3. 討論教學法：從主題討論中讓學生去互動，不傳遞預定的規範，從討論溝通中統整訊息來源並結合成完整的作品。
4. 協同教學法：結合綜合活動與藝術與人文領域課程去統整規劃的課程，跨領域的結合讓學生在學習脈絡中不再單一化。

肆、評量方式

檔案評量(海報)、口頭評量、實作評量

伍、教學活動

領域/科目		健康與體育領域
實施年級		四年級
主題名稱		歡天「薯」地•地瓜 YA
主題內容		<input checked="" 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
勾選		<input type="checkbox"/> 綠色生產與消費、 <input type="checkbox"/> 碳足跡、 <input type="checkbox"/> 食品安全
可複選		<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 _____
設計依據		
核心素養	總綱	A2 系統思考與解決問題 B3 藝術涵養與美感素養 C2 人際關係與 團隊合作
	領綱	★健康與體育 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 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。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。
學習	學習表現	★健康與體育 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。

重點		4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。
	學習內容	★健康與體育 Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。
議題融入	實質內涵	戶外教育
	所融入之單元	戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。
與其他領域/科目的連結		★綜合活動 ★藝術與人文
教材來源		健康與體育(康軒版)、綜合活動(康軒版)、藝術與人文(康軒版)、
教學設備/資源		大屏電視、契作地瓜田、水上鄉農會四健會

教學單元活動設計(第一節)				
單元名稱	聰明選地瓜		時間	40 分鐘
學習重點	學習表現	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的辦法。 3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。		
	學習內容	Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。		
學習目標	1. 能發覺食物的誘惑會造成不正確的選擇。 2. 能分辨紅燈食物(不健康)與綠燈食物(健康)。 3. 能運用超級食物-地瓜			
領綱核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。			

核心素養 呼應說明	A2 系統思考與解決問題 具備健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中健康的問題。
議題融入 說明	
第一節：教學活動內容及實施方式	
【引起動機】"食"在好誘惑 1.請學生拿 10 種貼在黑板上的食物圖卡(各式餅乾、糖果、蛋糕、巧克力、珍珠奶茶、紅茶、水果、青菜、地瓜……) 2.請學生說出選擇這些食物的原因(看到就很想吃 很甜 很好吃……) 3.教師提問:猜猜看，選擇這些食物會有甚麼影響？	【時間】 8 分鐘 【評量重點】 1.能不經思考拿出 10 種食物圖卡 2.能踴躍發表
【發展活動】食在好營養-地瓜 1. 教師提問：在這些食物中，請說出哪一個是超級（好）食物？ 答：地瓜 2.教師：請上網搜尋地瓜為什麼是超級食物並作小組發表 小組發表： (1) 營養價值高、含膳食纖維與多種維生素 (2) 促進腸道好菌生成、改善腸道健康 (3) 花青素可降低罹癌風險 (4) 能幫助視力保健 (5) 可強化大腦功能 (6) 能讓血糖上升較慢 3.教師提問：依顏色來分，市面上常見的地瓜有幾種？你吃過哪幾種？請於組間與同學發表感想 答：三種：黃地瓜、紅地瓜、紫地瓜 4.教師提問：請問地瓜葉會長地瓜嗎？地瓜會長地瓜葉嗎？請上網搜尋並小組分享 答：一般常見的地瓜分為兩類，其中一種是專吃地瓜葉但它不會結地瓜的「葉用甘藷」，俗稱甘藷葉，別稱蕃薯葉、地瓜葉等，主要食用部位為葉及葉柄，而普通的地瓜雖也會長葉子的，不過其葉纖維粗口感不佳。	【時間】 25 分鐘 【評量重點】 能上網搜尋資料並與小組內分享

【綜合活動】食在好美味 教師：請上網搜尋自己最感興趣卻沒吃過的美味地瓜料理，並分享給大家這道料理吸引你的原因 組間分享：低卡地瓜塔、拔絲地瓜等		【時間】 7 分鐘 【評量重點】 能上網搜尋資料並與小組內分享
教學提醒	搭配生生平板的數位學習方式	
參考資料	超級食物地瓜好處多！地瓜料理方式介紹與迷思破解 https://helloyishi.com.tw/healthy-eating/nutrition/health-benefits-of-sweet-potatoes/ 紅色、黃色、紫色 6 種地瓜品種比一比，營養師教你吃對更加分 https://health.gvm.com.tw/article/99469	
附錄		

教學單元活動設計(第二、三節)			
單元名稱		地瓜挖挖挖	時間 80 分鐘
學習重點	學習表現	綜合活動 2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。	
	學習內容	綜合活動 Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。 Bb-II-3 團體活動的參與態度。	
學習目標		1. 五感認識地瓜：讓小朋友認識地瓜的種類、如何種植?如何採收?對身體的好處及採收的技巧。 2. 體驗學習：當一日的小農夫，體驗當農夫辛苦的耕種及收成時的快樂心情。 3. 感恩惜福：培養感恩惜福的心，珍惜物資，進而疼惜這塊土地，更珍愛家鄉。	
領綱核心素養		綜-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。	
核心素養呼應說明		C1 道德實踐與公民意識	

議題融入 說明	戶外教育		
	戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。		
第二、三節：教學活動內容及實施方式			備註
【引起動機】 1. 到達契作地瓜田，田主人親自介紹地瓜品種及生長過程。 2. 示範如何採收地瓜，使用鏟子將土撥開，再將地瓜挖出來，需注意不要把地瓜弄斷。			【時間】 10 分鐘 【評量重點】 能說出挖地瓜之技巧
【發展活動】 1. 五感體驗： 師：眼前這一片土看到了什麼？生：只看到葉子 師：實際摸著地瓜，想像在土裡生長情況，如何用鏟子撥開，不會把地瓜弄斷、完整挖出一顆地瓜 2. 學生實際操作挖出地瓜 3.			【時間】 60 分鐘 【評量重點】 1. 學生每人能各自挖出地瓜 2.
【綜合活動】 學生運用 ORID 口頭分享本日活動感受 1. 我看到、摸到、吃到..... 2. 我的感覺是..... 3. 我發現種地瓜..... 4. 我能珍惜吃到地瓜的美好			【時間】 10 分鐘 【評量重點】 能用 ORID 焦點討論法說出本次活動的感受及反思
教學提醒	須指導拿鏟子的方式、注意防曬。		
參考資料			
附錄			

教學單元活動設計(第四、五節)			
單元名稱		我愛地瓜娃娃	時間 80 分鐘
學習 重點	學習 表現	藝術與人文 1-II-6 能使用視覺元素與想像力，豐富創作主題。 2-II-5 能觀察生活物件與藝術作品，並珍視自己與他人的創作。	

	學習內容	藝術與人文 視 A-II-1 視覺元素、生活之美、視覺聯想。 視 P-II-2 藝術蒐藏、生活實作、環境布置。
學習目標		1.運用地瓜元素進行設計生活小物，添加生活趣味。 2.能觀察作品中的視覺元素進行聯想，並珍視自己與他人的創作。
領綱核心素養		藝-E-B3 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。
核心素養呼應說明		B3 藝術涵養與美感素養具備藝術感知、創作與鑑賞能力，體會藝術文化之美透過生活美學的省思，豐富美感體驗，培養對美善的人事物，進行賞析、建構與分享的態度與能力。
議題融入說明		
第一節：教學活動內容及實施方式		備註
【引起動機】 地瓜料理百百種，哪一種料理是夜市最容易見到的? 答:地瓜球 喜歡地瓜球嗎?吃到地瓜球時口感如何? 答:吃起來香甜還有 Q 勁，大小剛剛好，容易一口接一口		【時間】 10 分鐘 【評量重點】 能說出地瓜球的特性
【發展活動】 地瓜娃娃鑰匙圈 利用地瓜球的形狀特性進行手作 1.用紙黏土捏製地瓜球 2.再用紙黏土捏製可愛地瓜娃娃 3.將地瓜球袋及地瓜娃娃穿上鎖鏈 4.再鑰匙圈部件上綁上蝴蝶結 5.鑰匙圈與地瓜球袋、地瓜娃娃組合，完成作品。		【時間】 60 分鐘 【評量重點】 能作出地瓜球鑰匙圈
【綜合活動】 分享製作地瓜娃娃鑰匙圈的過程及感想。		【時間】 10 分鐘 【評量重點】 能說出作作品當中所遇的挫折及完成後的感想。
教學提醒		
參考資料		
附錄		

教學單元活動設計(第六、七節)			
單元名稱		地瓜抹來抹去	時間 80 分鐘
學習重點	學習表現	綜合活動 2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。	
	學習內容	綜合活動 Bb-II-1 團隊合作的意義與重要性。 Bb-II-3 團體活動的參與態度。	
學習目標		透過團隊合作一同完成核桃地瓜抹醬	
領綱核心素養		綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。	
核心素養呼應說明		C2 人際關係與團隊合作 具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通 協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。	
議題融入 說明			
第一節：教學活動內容及實施方式			備註
【引起動機】地瓜好神奇 想想看，地瓜除了作甜料理，如拔絲地瓜，有沒有看不到地瓜形狀卻是地瓜料理的料理呢？ 答：將地瓜完全磨成泥再與其他材料混合而成地瓜抹醬，今日要來製作核桃地瓜抹醬			【時間】 10 分鐘 【評量重點】 能說出地瓜料理
【發展活動】製作核桃地瓜抹醬 步驟 1:將地瓜外皮刷洗乾淨，烤箱設定攝氏 150~200 度烘烤約 1 小時，至地瓜熟透並產生焦糖香氣。(講師準備)			【時間】 60 分鐘 【評量重點】 能作出自己的核桃地瓜抹醬

核桃地瓜抹醬材料（一個人）

- 熟地瓜泥：60g
- 無鹽奶油：20g
- 細砂糖：15g
- 奶粉：35g
- 鮮奶油：40g
- 核桃：15g



現場製作

手作抹醬～作法

- 準備好一個可以攪拌的容器和攪拌棒
- 小碗內加入秤好的地瓜泥60克、加入奶油20克拌勻後再加入鮮奶油15克，稍作攪拌
- 再依序加入糖15克、奶粉35克，最後加入核桃15克
- 將小碗內的醬料拌勻後即可裝入玻璃罐內，完成

【綜合活動】

地瓜除了吃之外還有哪些神奇之處

對健康的神奇之處:可減肥、可抗癌、降血壓

【時間】

10 分鐘

【評量重點】

能說出地瓜的神奇之處

教學提醒

參考資料

附錄

教學單元活動設計(第十節)			
單元名稱		地瓜葉●地瓜 YA	時間 40 分鐘
學習 重點	學習 表現	健康與體育 1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。	
	學習 內容	健康與體育 Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	
學習目標		1.運用技能自己種植健康安全地瓜葉 2.透過成果發表了解地瓜促進健康生活	
領綱核心素養		綜-E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	
核心素養呼應 說明		A3 規劃執行與創新應變具備規劃及執行計畫的能力，並試探與發展多元專業知能、充實生活經驗，發揮創新精神，以因應社會變遷、增進個人的彈性適應力。	
議題融入 說明			
第一節：教學活動內容及實施方式			備註
【引起動機】 學生口頭分享近日來為地瓜葉澆水的心得			【時間】 5 分鐘 【評量重點】
【發展活動】 1.親自採摘地瓜葉 2.各組分享地瓜食農教育成果			【時間】 30 分鐘 【評量重點】

		食農教育成果分享
【綜合活動】我愛地瓜 地瓜真的是神奇食物，不僅好吃又健康。		【時間】 5 分鐘 【評量重點】 口頭發表對地瓜這個食物的想法
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）

一、教學過程（含照片）



地瓜田主人說明地瓜種類



地瓜田主人說明挖地瓜種時注意事項



親自示範如何挖地瓜



實實在在拔出一個地瓜



手作地瓜包，親自揉地瓜粉麵糰



挖完地瓜後，手作地瓜包。



四健會老師複習地瓜相關知識



四健會老師複習吃地瓜要注意的事項



觀看四健會老師如何捏製地瓜娃娃



四健會老師幫忙串接部件



地瓜娃娃鑰匙圈完成



全班與四健會老師大合照



講師說明地瓜是好物



講師說明奶油的差異性



努力擣好我的地瓜泥



努力攪拌我的地瓜抹醬



地瓜抹醬完成



大家起合照

二、學生作品（學習單或其他）



努力除雜草，讓地瓜葉能吸滿養份



努力澆水



地瓜葉大豐收



自己種的地瓜葉自己摘



將學習過程製作成海報



將學習過程製作成海報

柒、教學省思（教學者反思）

- 1.帶著學生到地瓜田，剛開始大家覺得要摸土，感覺髒髒的不是很願意，後來地瓜田主人將地瓜自土裡挖出完整一個時，學生們睜大眼睛，感覺不可思議。親自動手挖地瓜後，學生的表情不一樣了，沒有人在乎髒不髒了，只有在乎自己地瓜的大小、形狀等等。
- 2.邀請學生為地瓜葉小苗圃除草、澆水，學生很興奮，每天時間一到必然準時做好自己必須要做的事，待可以摘取地瓜葉時，學生見到豐收狀況好開心，可惜當時就讓學生帶回去了，並未安排現場吃著自己採摘下來的地瓜葉，甚為可惜。
- 3.感謝水上鄉農會四健會給予一系列的地瓜食農課程，不論是做地瓜娃娃鑰匙圈還是做地瓜抹醬，學生都覺得有趣又驚奇，不斷地問著四健會阿姨何時會再來，或者詢問是否能做拔絲地瓜，不過考量近學期末了，沒有合適的時間再安排，學生頗感失落。
- 4.配合五感體驗進行的食農課程，學生很有感，考量未來各類食農課程進行，能將課程排進校訂課程更能掌握時間及進度安排。

【附件五】嘉義縣 112 年度食農教育優良教案甄選資料檢核表

寄件人姓名：張曉黎

服務學校：嘉義縣柳林國小

聯絡電話(含分機)：05-2683240

地址：608 嘉義縣水上鄉柳林村 92 號

收件人：

62541 嘉義縣布袋鎮

光復里六棟寮 40 號

嘉義縣布袋國中學務處 收

*請以「掛號」寄出。

*寄件前，請再次確認以下資料：

項次	報名資料	請打「v」
1	報名表*1	
2	切結書*1	
3	授權書*1	
4	紙本教案*2	
5	教案上傳雲端	

收件編號

(由收件學校填寫)

【附件六】

嘉義縣 112 年度食農教育優良教案甄選實施計畫

評 分 表

編號：_____

教案名稱			
評審項目	評 審 內 容	配分比重	分 數
教案結構 流程設計 主題內容	1. 符合本教案甄選目的。 2. 活動內容符合素養導向之設計。 3. 教學策略合宜，能啟發學習者。 4. 能維持學習動機。	30%	
教材教具 設計運用	1. 能選用合宜之教材。 2. 能提高學生學習成效。 3. 能運用學校現有之資源。 4. 能符合未來時代之趨勢。	20%	
學習評量設計	符合素養導向之學習評量（含學習單、測驗題、實作…等）與學習目標、教材內容之契合	10%	
教學創新	教學活動設計之創新、多元與實用性	10%	
教學成效與省思	實踐應用與授課省思	30%	
小 計		100%	
總 分			
評 分 意 見			
評 審 委 員	(簽名) 年 月 日		

備註：教案內容有嚴重謬誤或完全不符學生身心發展階段時，評審得直接評定教案不入選，不受配分比重影響。

寄件人姓名：

服務學校：

聯絡電話(含分機)：

地址：

收件人：

62541 嘉義縣布袋鎮

光復里六棟寮 40 號

嘉義縣布袋國中學務處 收

*請以「掛號」寄出。

*寄件前，請再次確認以下資料：

項次	報名資料	請打「v」
1	報名表*1	
2	切結書*1	
3	授權書*1	
4	紙本教案*2	
5	教案上傳雲端	

收件編號

(由收件學校填寫)

【附件六】

嘉義縣 112 年度食農教育優良教案甄選實施計畫

評 分 表

編號：_____

教案名稱			
評審項目	評 審 內 容	配分比重	分 數
教案結構 流程設計 主題內容	1. 符合本教案甄選目的。 2. 活動內容符合素養導向之設計。 3. 教學策略合宜，能啟發學習者。 4. 能維持學習動機。	30%	
教材教具 設計運用	5. 能選用合宜之教材。 6. 能提高學生學習成效。 7. 能運用學校現有之資源。 8. 能符合未來時代之趨勢。	20%	
學習評量設計	符合素養導向之學習評量（含學習單、測驗題、實作…等）與學習目標、教材內容之契合	10%	
教學創新	教學活動設計之創新、多元與實用性	10%	
教學成效與省思	實踐應用與授課省思	30%	
小 計		100%	
總 分			
評 分 意 見			
評 審 委 員	(簽名) 年 月 日		

備註：教案內容有嚴重謬誤或完全不符學生身心發展階段時，評審得直接評定教案不入選，不受配分比重影響。