

臺南市志開實驗小學 112 學年度**第一學期**一年級彈性學習

小學堂大教室「食農教育」課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

一、內容說明

(一)設計理念與規劃：

現代的孩子少有機會接觸土地，少了與大自然環境有連結，身心從小就感受到不少壓力，如果能讓孩子去和土地親近、和周遭自然環境接觸，引領孩子體驗自然，學習與大自然友善共存。透由食農教育，學習簡易農業生產的方法，理解農業生產和環境永續息息相關；學習飲食健康與消費，認識飲食的均衡營養與健康，理解綠色消費的重要性；再者，學習進餐禮儀和輕食料理，以期達成「產地到餐桌」的完整歷程。

一年級學童以體驗活動為主，以遊戲、知識為輔，期待透過食農教育課程，達到學校推展食農教育的目標。

(二)活動架構圖：



(三)單元內容：

領域/科目	小學堂大教室「食農教育」		設計者	志開食農教學團隊
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學習階段： <input checked="" type="checkbox"/> 一年級、 <input type="checkbox"/> 二年級 <input type="checkbox"/> 第二學習階段： <input type="checkbox"/> 三年級、 <input type="checkbox"/> 四年級 <input type="checkbox"/> 第三學習階段： <input type="checkbox"/> 五年級、 <input type="checkbox"/> 六年級	教學節數	上學期：每周1節，共21節 下學期：每周1節，共21節 合計：每周1節，共42節	
實施類別	<input checked="" type="checkbox"/> 單一領域融入 <input type="checkbox"/> 跨領域融入（健康與體育領域） <input type="checkbox"/> 跨科融入 <input type="checkbox"/> 跨議題融入	實施時間	<input type="checkbox"/> 領域/科目 <input checked="" type="checkbox"/> 校訂必修(實驗課程) /選修 <input type="checkbox"/> 團體活動時間 <input type="checkbox"/> 彈性學習課程/時間	
單元名稱	略			
設計依據				
核心素養	總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達	B3 藝術涵養與美感素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作	

	<p>領域 核心 素養 具體 內涵</p>	<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-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。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</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-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p> <p>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。</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>健康 與體育 領域</p>	<p>主題 軸</p>	<p>1. 群體健康與運動參與：含「健康環境」、「運動知識」、「水域休閒運動」、「戶外休閒運動」與「其他休閒運動」5 個次項目。</p> <p>2. 個人衛生與性教育：含「個人衛生與保健」與「性教育」2 個次項目。</p> <p>3. 人、食物與健康消費：含「人與食物」與「健康消費」2 個次項目。</p> <p>4. 身心健康與疾病預防：含「健康心理」與「健康促進與疾病預防」2 個次項目。</p>
<p>健康 與體育 領域 / 學習 重點</p>	<p>學習 內容 主題</p>	<p>1. 事物變化及生命成長現象的觀察與省思</p> <p>2. 環境之美的探索與愛護</p> <p>3. 生活事物特性的探究與創新應用</p> <p>4. 人際關係的建立與溝通合作</p> <p>5. 生活規範的實踐與省思</p> <p>6. 自主學習策略的練習與覺察</p>
<p>健康 與體育 領域 / 學習 重點</p>	<p>學習 表現</p>	<p>1a- I -1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>2b- I -1 接受健康的生活規範。</p> <p>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3b- I -2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p> <p>4a- I -2 養成健康的生活習慣。</p>
	<p>學習 內容</p>	<p>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。</p> <p>Ea- I -2 基本的飲食習慣。</p> <p>Fa- I -2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>

食農 教育 議題 融入	學習 主題	■ 農業生產與安全 ■ 農業與環境 ■ 飲食與健康 ■ 飲食消費與生活型態 ■ 飲食習慣 □ 飲食文化
----------------------	----------	--

	學習 內涵	<p>食 E2. 認識農產品生長過程及農業生產方法的演變，透過農業相關體驗活動，體會農業工作的樂趣與價值。</p> <p>食 E4. 瞭解農業對環境保護及永續發展的價值與重要性。</p> <p>食 E5. 瞭解農業提供人們糧食、衣物原料、生活能源等各項生活基本需求。</p> <p>食 E6. 認識常見食物，瞭解飲食習慣對身體健康及罹患疾病風險的影響，並能選擇健康的食物。</p> <p>食 E7. 瞭解個人的營養需求，於學校午餐及日常生活中實踐均衡飲食行為。</p> <p>食 E12. 樂於與他人共食，展現分享的情懷，增進與家人、朋友和諧相處的關係。</p> <p>食 E13. 瞭解食物來源及餐食製備過程中的辛勞，養成惜食與感恩的情懷。</p> <p>食 E14. 認識基本餐桌禮節，展現良好的進餐習慣</p>		
教材來源	自編			
教學設備	電腦、電子白板、學校農地、大型美植袋、小鏟子、水桶等			
學習目標				
<p>1. 「自發」實踐健康的飲食生活：培養飲食相關知能及選擇能力，養成良好的飲食習慣，落實健康飲食生活。</p> <p>2. 人際「互動」與文化傳承：展現合宜的進餐禮儀、樂於與人分享交流，敏察和接納多元的飲食文化並傳承在地飲食文化。</p> <p>3. 與環境「共好」：瞭解各種農業活動、關懷自然與環境，覺察農業與經濟、社會、環境的關聯與價值，支持在地農業與永續發展。</p>				
學習活動設計				
學習活動內容及實施方式(含教學策略)		進行 時間	學習 評量	備註
第一週 8/30~9/2	相見歡：認識同學與老師 本學期食農課程說明 食農分組、取隊名、選小組長	1 節		8/30 開學日
第二週 9/3~9/9	運土(從美植袋挖土出來 10 袋) 備麻布袋裝土、落葉 提問：人需要什麼東西才會長大？那蔬菜水果呢？(土壤有養分) Ps:上課 ppt	1 節	口頭評量 實作評量	
第三週 9/10~9/16	一、知識 提問：	1 節	口頭評量 實作評量	

	<p>1. 上個星期我們在食農課做了什麼事情（搬落葉，搬落葉時看到什麼？你害怕什麼？我們如何克服？）</p> <p>2. 複習 ppt 的內容。</p> <p>二、工作：整地（運土和搬落葉）</p>			
<p>第四週 9/17~9/23</p>	<p>一、整地</p> <p>二、畫今天工作的內容？</p> <p>（運土、推車、落葉裡的蟲）</p>	1 節	<p>口頭評量 實作評量</p>	<p>調整上班、上課 (補原 10/9(一) 課程)</p>
<p>第五週 9/24~9/30</p>	<p>一、知識和工作</p> <p>提問：</p> <p>1. 葉菜有哪些(舉例)？</p> <p>2. 以圖片說明什麼是定植。</p> <p>3. 實際種植，葉菜種植方法-定植：萵苣（株距 20cm）</p> <p>4. 把萵苣菜苗畫下來。</p>	1 節	實作評量	減塑
<p>第六週 10/1~10/7</p>	<p>一、為菜苗澆水，若菜苗消失要重新定植（可先分享菜苗不見的心情）。</p> <p>二、觀察記錄：畫下菜苗的樣子</p>	1 節	實作評量	戶外教育
<p>第七週 10/8~10/14</p>	戶外教育週	1 節		<p>調整放假 (原 9/23(六) 放假) 10/10 國 慶日</p>
<p>第八週 10/15~10/21</p>	<p>一、提問：</p> <p>1. 照顧的過程有發現什麼？</p> <p>2. 種下的萵苣有哪些變化？</p> <p>二、佈達作業：把這星期的萵苣畫下來</p> <p>三、共讀繪本(ppt)-《在菜園裡玩遊戲》上集</p>	1 節	<p>口語評量 實作評量</p>	
<p>第九週</p>	<p>一、知識：環保酵素的用途（簡單介紹幾種）</p>	1 節	實作評量	

10/22~10/28	二、工作：製作環保酵素			
第十週 10/29~11/4	蔬菜收成： 做輕食料理和體驗（五感中的味覺） （吐司 果醬 番茄沙拉醬 葡萄乾 抹刀）	1 節	實作評量	
第十一週 11/5~11/11	種草莓 一、介紹草莓的生長環境與價值。 二、舊美植袋的倒乾淨，接著裝一半的落葉， 一半的土(風雨球旁的美植袋)	1 節	口頭評量 實作評量	
第十二週 11/12~11/18	一、草莓的中耕管理(澆水、施肥) 二、學習做草莓成長紀錄	1 節	實作評量	
第十三週 11/19~11/25	一、共讀繪本(ppt)-《在菜園裡玩遊戲》下集 二、草莓的中耕管理(澆水、施肥) 三、草莓成長紀錄	1 節	實作評量	
第十四週 11/26~12/2	一、五感體驗-認識蔬果 1. 用 ppt 介紹常見的蔬果，認識外形 2. 用嗅覺聞一聞，辨別蔬果的氣味 3. 玩遊戲-抽任務表，例如：請摸出不是水果 的食物（神秘箱裡會放很多蔬果） 二、草莓中耕管理（澆水、除草、放名牌）	1 節	口頭評量 實作評量	
第十五週 12/3~12/9	一、草莓中耕管理（追肥） 二、草莓生長歷程-關於葉子 三、六大類食物口訣。	1 節	口頭評量 實作評量	
第十六週 12/10~12/16	一、草莓中耕管理（保留 6 片葉子、開花了 沒） 二、認識香蕉園的生態 1. 香蕉假莖象鼻蟲-PPT	1 節	作業評量 實作評量	

	2. 蚯蚓的蚓糞土 3. 其它			
第十七週 12/17~12/23	一、孵豆芽的教學 二、照顧草莓 三、我的飲食餐盤	1 節	口頭評量 實作評量	家政-手工藝
第十八週 12/24~12/30	一、把孵好的綠豆芽帶到學校 一、綠豆芽參考料理教學 三、回家料理綠豆芽(拍照或畫圖) 四、草莓中耕管理	1 節	實作評量	
第十九週 12/31~1/6	一、分享綠豆芽料理(學習單) 二、草莓中耕管理、草莓套袋 三、草莓成長紀錄	1 節	實作評量	
第二十週 1/7~1/13	基本的進餐禮儀 一、影片 二、演練 三、複習草莓照顧的方法 四、作業優良戳戳樂	1 節	口頭評量	
第二十一週 1/14~1/20	課程回顧&心得分享	1 節		1/19 (五)休業式

二、活動設計提醒(或省思)

1. 課程從分組，取隊名開始，每個小組同心協力的挖土、搬土、搬落葉做堆肥，過程中不時聽到尖叫聲！有的趨之若鶩，有的望之卻步，原來是挖到了往往只會在書本看到的蚯蚓、雞母蟲、鼠婦等等...。可喜的是，完成整地工作時，同時治癒了大部分同學怕蟲的心理障礙、屏除了泥土髒的刻板印象，並能體會團隊合作的重要性。
2. 本著食農教育三面六項的架構，從實地種植中了解種植的步驟，體會農夫的辛勞及享受收成的喜悅。透過觀察、紀錄、描繪，認識作物的生長過程。同學們從被照顧者化身為照顧者，更能培養其責任心。
3. 透過品嚐輕食料理，享受自己栽種的生菜吐司，更能瞭解食物從農地到餐桌的過程。
4. 草莓栽種，本著惜物愛物及環保概念，沿用學長姐的舊美植袋，同學們不僅悉心照顧也

會對草莓說好話。感動的是，收成的草莓會與先與家人、長輩或老師分享，表達其感恩的情懷。

5. 透過孵豆芽的課程，認識水耕的方法，藉由每天親自幫其換水照護，並在收成後與家人共同製作料理的過程，學習感恩、惜福、尊重生命。
6. 從課程中帶入飲食禮儀，五感體驗認識蔬果，瞭解健康的飲食。
7. 若有幾個同學或粗心、或不用心而疏於照顧作物，導致作物枯死，需要與同學建立共識，加強其養成負責的態度。

三、附錄(課程會用到的作業、學習單、教材或評量方式)

附錄一：

附錄二：

附錄三：

四、參考資料(活動設計參考教材)

(一)書籍

1. 食農教育教學知能手冊(2022)。國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系。行政院農委會。
2. 食農教育教案手冊(2022)。國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系。行政院農委會。

(二)網站

臺南市志開實驗小學 112 學年度**第二學期**一年級彈性學習

小學堂大教室「食農教育」課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)

一、內容說明

(一)設計理念與規劃：

現代的孩子少有機會接觸土地，少了與大自然環境有連結，身心從小就感受到不少壓力，如果能讓孩子去和土地親近、和周遭自然環境接觸，引領孩子體驗自然，學習與大自然友善共存。透由食農教育，學習簡易農業生產的方法，理解農業生產和環境永續息息相關；學習飲食健康與消費，認識飲食的均衡營養與健康，理解綠色消費的重要性；再者，學習進餐禮儀和輕食料理，以期達成「產地到餐桌」的完整歷程。

一年級學童以體驗活動為主，以遊戲、知識為輔，期待透過食農教育課程，達到學校推展食農教育的目標。

(二)活動架構圖：



(三)單元內容：

領域/科目	小學堂大教室「食農教育」	設計者	志開食農教學團隊
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學習階段： <input checked="" type="checkbox"/> 一年級、 <input type="checkbox"/> 二年級 <input type="checkbox"/> 第二學習階段： <input type="checkbox"/> 三年級、 <input type="checkbox"/> 四年級 <input type="checkbox"/> 第三學習階段： <input type="checkbox"/> 五年級、 <input type="checkbox"/> 六年級	教學節數	上學期：每周1節，共21節 下學期：每周1節，共20節 合計：每周1節，共41節
實施類別	<input checked="" type="checkbox"/> 單一領域融入 <input type="checkbox"/> 跨領域融入（健康與體育 領域） <input type="checkbox"/> 跨科融入 <input type="checkbox"/> 跨議題融入	實施時間	<input type="checkbox"/> 領域/科目 <input checked="" type="checkbox"/> 校訂必修(實驗課程)/ 選修 <input type="checkbox"/> 團體活動時間 <input type="checkbox"/> 彈性學習課程/時間
單元名稱	略		
設計依據			
核心	總綱 A1 身心素質與自我精進	B3 藝術涵養與美感素養	

素養	核心素養	A2 系統思考與解決問題 A3 規劃執行與創新應變 B1 符號運用與溝通表達	C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解
	領域核心素養具體內涵	<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-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。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</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-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p> <p>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。</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>	
健康與體育領域	主題軸	<ol style="list-style-type: none"> 1. 群體健康與運動參與：含「健康環境」、「運動知識」、「水域休閒運動」、「戶外休閒運動」與「其他休閒運動」5 個次項目。 2. 個人衛生與性教育：含「個人衛生與保健」與「性教育」2 個次項目。 3. 人、食物與健康消費：含「人與食物」與「健康消費」2 個次項目。 4. 身心健康與疾病預防：含「健康心理」與「健康促進與疾病預防」2 個次項目。 	
	學習內容主題	<ol style="list-style-type: none"> 1. 事物變化及生命成長現象的觀察與省思 2. 環境之美的探索與愛護 3. 生活事物特性的探究與創新應用 4. 人際關係的建立與溝通合作 5. 生活規範的實踐與省思 6. 自主學習策略的練習與覺察 	
健康與體育領域 / 學習重點	學習表現	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	
	學習	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p>	

	內容	Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea- I -2 基本的飲食習慣。。 Fa- I -2 與家人及朋友和諧相處的方式。		
食農教育議題融入	學習主題	<input checked="" type="checkbox"/> 農業生產與安全 <input checked="" type="checkbox"/> 農業與環境 <input checked="" type="checkbox"/> 飲食與健康 <input checked="" type="checkbox"/> 飲食消費與生活型態 <input checked="" type="checkbox"/> 飲食習慣 <input type="checkbox"/> 飲食文化		
	學習內涵	<p>食 E2. 認識農產品生長過程及農業生產方法的演變，透過農業相關體驗活動，體會農業工作的樂趣與價值。</p> <p>食 E4. 瞭解農業對環境保護及永續發展的價值與重要性。</p> <p>食 E5. 瞭解農業提供人們糧食、衣物原料、生活能源等各項生活基本需求。</p> <p>食 E6. 認識常見食物，瞭解飲食習慣對身體健康及罹患疾病風險的影響，並能選擇健康的食物。</p> <p>食 E7. 瞭解個人的營養需求，於學校午餐及日常生活中實踐均衡飲食行為。</p> <p>食 E12. 樂於與他人共食，展現分享的情懷，增進與家人、朋友和諧相處的關係。</p> <p>食 E13. 瞭解食物來源及餐食製備過程中的辛勞，養成惜食與感恩的情懷。</p> <p>食 E14. 認識基本餐桌禮節，展現良好的進餐習慣</p>		
教材來源	自編			
教學設備	電腦、電子白板、學校農地、大型美植袋、小鏟子、水桶等			
學習目標				
1. 「自發」實踐健康的飲食生活：培養飲食相關知能及選擇能力，養成良好的飲食習慣，落實健康飲食生活。 2. 人際「互動」與文化傳承：展現合宜的進餐禮儀、樂於與人分享交流，敏察和接納多元的飲食文化並傳承在地飲食文化。 3. 與環境「共好」：瞭解各種農業活動、關懷自然與環境，覺察農業與經濟、社會、環境的關聯與價值，支持在地農業與永續發展。				
學習活動設計				
學習活動內容及實施方式(含教學策略)		進行時間	學習評量	備註
第一週 2/15~2/17	一、選小組長、說明上課內容和評量規準， 二、環保酵素的應用 三、食農配備說明	1	口語評量	2/15 開學
第二週 2/18~2/24	一、照顧草莓	1	實作評量	

	二、整地：將美植袋中的土先挖 10-20cm 出來，再放入落葉到與美植袋平高，最後再回填土（工具：圓鋤和小鏟子、大的空美植袋）			
第三週 2/25~3/2	一、照顧草莓 二、持續整地	1	實作評量	228 和平紀念日
第四週 3/3~3/9	一、照顧草莓 二、持續整地	1	實作評量	
第五週 3/10~3/16	一、整地之回填土 二、種綠豆（用免洗筷當作株距挖一個洞，一個洞種 3 顆），覆土時要壓紮實一點（鎮壓-土壤和豆子要緊密結合）。	1	實作評量	
第六週 3/17~3/23	一、觀察綠豆並做紀錄（學習單） 二、綠豆的中耕管理	1	實作評量	
第七週 3/24~3/30	一、介紹綠豆（上） 二、觀察綠豆並做紀錄（學習單） 三、綠豆的中耕管理	1	實作評量	
第八週 3/31~4/6	一、觀察綠豆並做紀錄 二、綠豆的中耕管理	1		4/4 兒童節、 4/5 清明掃墓節
第九週 4/7~4/13	一、介紹綠豆（下） 二、綠豆的中耕管理（施 355+426-1:1 的綜合肥）	1	實作評量	
第十週 4/14~4/20	一、介紹波斯菊可當綠肥和觀賞 二、介紹大花咸豐草和波斯菊是親戚（從種子的相似度來看），在校園找到其綠色未成熟的瘦果玩射飛標遊戲，介紹鬼針草。 三、灑播波斯菊（若做用點播法:1CM 分深，3CM 間距）	1	實作評量	
第十一週 4/21~4/27	一、製作母親節禮物（找天然素材做卡片：粉彩、落葉、種子、花…），每個學生把材料放在大的回收紙袋或報紙內，寫上座號。 二、綠豆（施混合肥）	1	實作評量	母親節感恩

第十二週 4/28~5/4	製作母親節禮物(上): A4 雲彩紙對折, 另裁內縮 1cm 的西卡紙, 西卡紙用粉彩上底色, 開始以蒐集的素材自由創作黏貼。	1	實作評量	母親節 感恩
第十三週 5/8~5/12	製作母親節禮物(下)	1	口頭評量 實作評量	
第十四週 5/5~5/11	一、認識蝴蝶(上) 二、觀察綠豆並做紀錄 三、綠豆的中耕管理。	1	口頭評量 實作評量	
第十五週 5/12~5/18	一、採收綠豆(剝綠豆夾) 二、觀察紀錄(食農筆記)	1	實作評量	畢業祝 福
第十六週 5/19~5/25	一、綠豆的中耕管理 10' (二次採收) 二、介紹綠豆料理-綠豆沙	1	實作評量	畢業祝 福
第十七週 5/26~6/1	一、認識種子 二、種子盆栽(馬拉巴粟、桃花心木...)	1	實作評量	
第十八週 6/2~6/8	一、種子變魔術(繪本: 子兒吐吐)-ppt 二、食農筆記(畫水果和種子)	1	實作評量	
第十九週 6/9~6/15	一、多吃水果-百香果 二、製作百香果果凍	1	實作評量	6/10 (一) 端午節
第二十週 6/16~6/22	課程回顧&心得分享	1	口頭評量	
第二十一週 6/23~6/30	課程回顧&心得分享	1	口頭評量	6/28 (五) 休業式