|  |
| --- |
| **「農村好綠」四健作業活動教案** |
| **壹、四健作業活動設計** |
| 作業組名稱 | 惜農珍食作業組 |
| 作業時間及期程 | (**註：作業活動的日期、作業活動期程：例如：為期幾個月?…)**14小時 |
| 作業活動地點 | 本會會議室 |
| 主題類型 | □農務好綠(動物篇)ˇ農務好綠(作物篇)ˇ農食好綠 | □農著好綠□農宅好綠ˇ農行好綠 | ˇ農玩好綠□其他 |
| 教學對象 | □學校型： | □幼級會員 | □初級會員 | □中級會員 | □高級會員 | □其他 |
| ■社區型： | □幼級會員 | □初級會員 | ■中級會員 | □高級會員 | □其他 |
| 教學目標 | 目標敘述 | 目標檢核說明(**註：意見回饋表、心得紀錄、…)** |
| 透過作業組讓會員認識現階農業的概況、與農產品標章，如何選購安全蔬果與在地生產，在地消費的觀念，並透過健康飲何吃得健康，選擇當令食物，藉由動手做以在地生產，發揮會員小手做料理，玩出健康，也提升會員生活中成長與教育，愛惜環境與農業，及珍惜我們的農產品及食物。 | 1.讓會員更了解農業與環境的關係，所有看到與吃到的糧食都與農業、環境息息相關 |
| 2.食材的來源、開發食品、製造食器、與消費食物的過程，和以飲食為基礎的習俗、思想與哲學等 |
| 3.減少低價農產品對在地農業的衝擊，並結合減少食物里程的環保概念與加強人親土親的飲食風味，推廣在地農業，符合世界環保趨勢，透過食育相關之環境教育，培養會員終生健康的身心和豐富的人性，並增加農民自信心，吸引青年人投入農業生產行列並推動在地產業與正確飲食文化 |
| 創意實作活動 | 1.藉由農改場的技術員指導更認識農業及台南農特產的產業概況2.認識標章並讓會員更認識農業QR-COD，了解安全的農業3.藉由PTT認識各地的飲食文化及倫理與在地的差異4.透過各種食育的教具，讓會員更認識六大類食物與飲食紅綠燈5.取之在地食材，發揮四健會員創意及親自烹飪，製作簡易營養料理6.分享成果，會員與義指一起饗宴與討論 |
| 在地資源運用 | 講師-四健義指、在地青農、家政班員、在地學校老師物材-在地農特產：鳳梨、竹筍…等場所-本會會議室 |
| 作業活動/教學準備 | 設計者 | 劉怡佩 |
| 講師 | 林儀萍、改良場技術員、產銷班班長、家政幹部、楊從貴 |
| 學員 | 1.在地食材與幸福料理-鳳梨、竹筍、調味料…等2.環保清潔液-鳳梨皮、檸檬皮、黑糖、鹽、瓶子…等3.作業紀錄簿、上網搜尋相關資料 |

|  |
| --- |
| **貳、作業單元教學活動設計** |
| **單元** | **單元設計** | **教學流程** | **時間** | **教學資源** | **注意事項** |
| 1 | 名稱 | 認識農會及四健會 | 1.介紹農會地點、部門、作 用、供銷貨品、及四健業 務2.介紹四健會由來、主要架 構3.播放四健會影片4.作業組會議 | 1.5小時 | 電腦、單槍、農會簡介 |  |
| 單元說明 | (1)學習目標： 認識農會與四健會(2)預期的學習成果： 對農會與四健會的  工作更了解(3)單元評量的方式： 口頭發表、作業紀 錄。 |
| 2 | 名稱 | 農業與環境 | 透過作業組讓會員更了解農業與環境的關係，所有看到與吃到的糧食都與農業、環境息息相關，密不可分，讓會員從最基本的土地與環境開始 | 1.5小時 | 電腦、單槍 |  |
| 單元說明 | 1.農業的概況2.土壤與環境 |
| 3 | 名稱 | 認識在地農特產-鳳梨 | 1.鳳梨的概況與型態、生產 與利用2.鳳梨肥培管理3.鳳梨品種介紹，每個品種 的食用與用途4.作業組會議 | 1.5小時 | 電腦、單槍、PTT、鳳梨 |  |
| 單元說明 | 1.了解鳳梨產業2.鳳梨ㄟ生態 |
| 4 | 名稱 | 認識食物的營養價值 | 1.帶領會員認識食物碳足 跡，並設計相關活動2.認識基本六大類食物3.何謂食品添加物？4.認識安全食物標章5.調製香精飲料6.作業組會議 | 2小時 | 電腦、單槍、PTT、香精、各種教具 |  |
| 單元說明 | 1. 健康飲食概念2.認識食品添加物 |  |
| 5 | 名稱 | 食農小學堂 | 了解飲食與農業的關係健康鐵三角，每日的均衡飲食，選擇吃當令的食物，並培養正確飲食習慣，不浪費食物 | 2小時 | 電腦、單槍、PTT |  |
| 單元說明 | 1.飲食與農業的關係 與活用2.飲食紅綠燈 |
| 6. | 名稱 | 幸福料理達人 | 1.以在地農特產鳳梨、竹筍 為主食，並結合米食，搭 配當令的食材，發揮創 意，讓會員親自烹飪，製 作簡易營養料理，對於食 育的觀念能夠有更進一步 的認識，吃真的食物少吃 食品2.作業組會議 | 2小時 | 鳳梨、竹筍、米、調味料…等 |  |
| 單元說明 | 1.選購優良安全的 食材2.在地食材認識 |  |
| 7 | 名稱 | 環保再利用 | 1.鳳梨皮再利用-製作環保  清潔液2.檸檬蘆薈清潔液 | 2小時 | 鳳梨皮、檸檬皮、蘆薈、黑糖、鹽…等 |  |
| 單元說明 | 鳳梨皮與檸檬清潔液 |
| 8 | 名稱 | 四健創藝手作 | 利用環保素材製作『創藝手作』並讓會員們親手製作，達到從工作中學習目的 | 1.5小時 | 環保素材等材料 |  |
| 單元說明 | 創藝手作 |

**(請依作業活動設計規劃，延伸所需的「單元教學活動設計」欄位)**

|  |
| --- |
| **参、四健作業活動效益** |
| 作業活動的產出 | 1.更認知農業的相關資料2.鳳梨品種的生態之海報3.時令食材幸福料理4.環保清潔劑與創意手作 |
| 學習結果的質化效益 | 本次作業組著重於讓學員認知農業與環境是息息相關的，且讓會員認識在地農特產-鳳梨，且實際到鳳梨園參觀，並協助農民農務的工作，減輕農民成本的的支出，及指導會員如何選購安全的農產品及如何吃得健康，並讓會員親自手做料理，達到「做中學 學中做」的精神，為響應環保，將利用鳳梨皮製成環保清潔劑，捐贈給有需要的人 |
| 學習結果的量化效益 | 1.藉由課後意見調查表，由統計表分析會員於作業組整個過程之課後心得 及回饋。2.將作業組成果發布於本會粉絲團，並邀請記者一起參與作業組成果展， 報導四健會作業組政個活動成果，提升四健會曝光率。 |
| **肆、其他建議或補充** |
|  |

 **四健作業教案設計者： 劉怡佩 日期： 105.12.16**