

臺北市民權國民小學 102 學年度區域資賦優異教育方案~

『「廚」神「農」事—「食」分「健」美』實施計畫

一、依據：

- (一) 臺北市政府教育局 102.12.2 北市教特字第 10242592000 號
- (二) 臺北市區域性資賦優異教育方案

二、目的：

- (一) 透過實例討論、專家現身說法與實作探訪，了解六大食物、七大營養素與健康飲食的重要性。
- (二) 透過實作體驗，了解農業生產的歷程與辛勞，培養珍惜食物、尊重大自然的情懷。
- (三) 透過影片深度探討及專家學者的分享，了解食物從產地到餐桌的歷程需要許多人的付出以及天時地利的配合，培養良好的飲食態度。
- (四) 透過任務執行，培養學生如何在團隊中進行創造性問題解決的能力。
- (五) 透過各組帶隊教師引導學生在團體任務中如何發揮領導自己與領導他人的能力，有效達到分工合作，並培養學生以開放的心胸兼容自己與他人的殊異之處。

三、辦理單位：

- (一) 主辦單位：臺北市政府教育局
- (二) 承辦單位：臺北市民權國民小學
- (三) 協辦單位：臺北市野草花果農場

四、辦理區域：就讀本市教育局所屬各公私立國民小學

五、參加對象：預計招收 30 人，現就讀本市教育局公私立國民小學 102 學年為四、五年級對農務體驗與健康飲食有興趣的學生。

六、報名方式：

- (一) 請報名學生填寫報名表、教師或家長推薦函，並請就讀學校特教組彙整，在 103 年 5 月 23 日（星期五）前，由聯絡箱送至臺北市民權國小（聯絡箱：005）。
- (二) 錄取名單於 103 年 5 月 27 日（星期二）公布至本校網站並另通知各校請各校承辦人員協助轉知錄取學生，待公告錄取後才匯款繳費。（網址 <http://www.mcps.tp.edu.tw/>）
- (三) 聯絡人：本校特教組組長-林晏菁組長；電話(02)27652327 分機 50； 傳真電話：2765-8336。

七、活動內容：

- (一) 時間:103.7.1(二)~103.7.4(五)，每日 8:00~17:00，共四日。
- (二) 地點:臺北市民權國小(臺北市民權東路四段 200 號) --室內課程
野草花果農場 (臺北市內湖區碧山路 38-2 號) --室外課程

八、活動經費：每人 3000 元(含每日午餐、有機耕作材料費及農作物宅配費等)

九、獎勵方式：

- (一) 活動期間全勤者，頒發參加證書一張。
- (二) 上課期間作業以及結業成果發表，表現優異者頒發獎狀及獎品以茲鼓勵。
- (三) 於本活動結束的 30-40 天後，我們將與農場合作將這些由學生親自鬆土、播種、灌溉、施肥而長成的有機農作物，收成後直接宅配到每位學生家中。
(*註：請務必於報名表上清楚填寫參加學生住家的正確地址，以利這些由學生播種而收成的有機農作物可有效、順利地抵達學生家中的餐桌。)

十、詳細內容請參閱附件(方案計畫)

十一、本計畫呈 臺北市教育局核可後實施，修正時亦同。

臺北市 102 年度區域性資賦優異教育方案申請書

壹、方案申請表

申請學校：臺北市民權國小

一、 方案名稱	「廚」神「農」事—「食」分「健」美
二、目的	<p>(一) 透過實例討論、專家現身說法與實作探訪，了解六大食物、七大營養素與健康飲食的重要性。</p> <p>(二) 透過實作體驗，了解農業生產的歷程與辛勞，培養珍惜食物、尊重大自然的情懷。</p> <p>(三) 透過影片深度探討及專家學者的分享，了解食物從產地到餐桌的歷程需要許多人的付出以及天時地利的配合，培養良好的飲食態度。</p> <p>(四) 透過任務執行，培養學生如何在團隊中進行創造性問題解決的能力。</p> <p>(五) 透過各組帶隊教師引導學生在團體任務中如何發揮領導自己與領導他人的能力，有效達到分工合作，並培養學生以開放的心胸兼容自己與他人的殊異之處。</p>
三、 辦理單位	<p>(一) 承辦單位：臺北市民權國民小學</p> <p>(二) 協辦單位：臺北市野草花果農場</p>
四、 辦理型態	<input type="checkbox"/> 資優教育課程 <input checked="" type="checkbox"/> 資優教育活動
五、 辦理類別	<input checked="" type="checkbox"/> 一般智能 <input type="checkbox"/> 學術性向 <input type="checkbox"/> 藝術才能 <input checked="" type="checkbox"/> 創造能力 <input checked="" type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 其他特殊才能
六、 參加對象	<p>(一) 階段別：<input checked="" type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中職</p> <p>(二) 區域(可複選)：<input checked="" type="checkbox"/> 東區 <input checked="" type="checkbox"/> 南區 <input checked="" type="checkbox"/> 西區 <input checked="" type="checkbox"/> 北區</p> <p>(三) 人數：30</p>
七、 甄選標準	<p>(一) 報名標準：現就讀本市教育局公私立國民小學 102 學年為四、五年級對農務體驗與健康飲食有興趣的學生，符合下列任一條件者皆可報名(報名標準排序如下)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、完成本活動的「行前考察任務」作業單(必填)，請見附件四。 2、經各校級任導師或家長推薦，並對農務體驗與健康飲食有興趣者(需附推薦表，請見附件二)。 3、曾參與田園生態觀察或農務體驗相關活動者，並在報名表中自我陳述相關經驗者(報名表，請見附件一)。 <p>(二) 錄取標準：</p> <p>各校報名學生依下列順序錄取：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、本校學生依報名標準優先錄取，且在「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取 10 人為限(依據 101 年 9 月 19 日北市教特字第 10141067500 號函，辦理學校得保留方案三分之一

	<p>名額供校內學生參與)。</p> <p>2、臺北市外校校本資優方案學生依報名標準優先錄取，且在「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取 10 人為限。</p> <p>3、外校學生錄取名額，視前兩項錄取人數而定，且在「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取，以達到總錄取人數 30 人為上限。</p> <p>※本活動備取人數依照「行前考察任務」作業單所得分數擇優排序錄取，備取 10 人。</p>
八、 辦理期程	2014/07/01(二)-2014/07/04(五)
九、 辦理地點	<p>室內課程：臺北市民權國小(臺北市民權東路四段 200 號)</p> <p>室外課程：野草花果農場 (臺北市內湖區碧山路 38-2 號)</p>
十、 報名方式	<p>1. 請報名學生填寫報名表、教師或家長推薦函，並請就讀學校特教組彙整，在 103 年 5 月 23 日 (星期五) 前，由聯絡箱送至臺北市民權國小 (聯絡箱：005)。</p> <p>2. 錄取名單於 103 年 5 月 27 日 (星期二) 公布至本校網站，另函請各校承辦人員協助轉知錄取學生，待公告錄取後才匯款繳費。(網址 http://www.mcps.tp.edu.tw/)</p> <p>3. 聯絡人：本校特教組組長-林晏菁組長；電話(02)27652327 分機 50； 傳真電話：2765-8336。</p>
十一、 辦理經費	每生收費：3000 元
十二、 參加學員 獎勵方式	<p>(一) 活動期間全勤者，頒發參加證書一張。</p> <p>(二) 上課期間作業以及結業成果發表，表現優異者頒發獎狀及獎品以茲鼓勵。</p> <p>(三) 於本活動結束的 30-40 天後，我們將與農場合作將這些由學生親自鬆土、播種、灌溉、施肥而長成的有機農作物，收成後直接宅配到每位學生家中。</p> <p>(註：因此，請務必於報名表上清楚填寫參加學生住家的正確地址，以利這些由學生播種而收成的有機農作物可有效、順利地抵達學生家中的餐桌。)</p>

貳、課程或活動概述

一、課程或活動內容

主題	子題	課程、師資、時數			預期成效
		課程/活動內容說明	師資	時數	
健康飲食指南 2014/07/01 星期二	飲食紅綠燈	1. 學員報到 2. 活動宣誓大會- 破冰活動與任務分組。 3. 六大食物與七大營養素- 認識何謂六大食物與七大營養素，並利用 66 討論法進行討論，並製作小組食物圖鑑。 4. 超市尋寶-上集(戶外)- 帶領學生到超市辨別六大食物與七大營養素，並搜集食物照片與資訊，於下午課程整理分析。	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	3.5	1. 認識小組成員，培養團體動力。 2. 了解六大食物與七大營養素對飲食健康的重要性。 3. 在超市或自助餐選購食物時能應用六大食物與七大營養素的概念而吃的健康。 4. 在團隊互動的氛圍中學習尊重自己與他人，培養多元開放接納的心胸。 5. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
	小小廚神當道 01	中午 自助餐特攻隊- 學員實際進行午餐的食材挑選，將上午課程進行統整與運用，藉以評估學生是否能學以致用。	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1.5	1. 透過實作評量，評鑑學生對六大食物與七大營養素的意義與重要性是否能學以致用。 2. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
	食品溯源	1. 超市尋寶-下集 (電腦教室) 帶領學生，使用系統輪與心智圖表等創造思考技法，歸納出上午搜集之六大類食物與七大營養素資訊與照片，共同完成小組作品並發表。 2. 什麼是食品追溯? 台大園藝系許輔教授帶領學生思考與探討食物源頭。 3. 時光寶盒-回顧與討論	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥 許輔 謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1 2	1. 引導學生從成分標示中產生對加工食品的警覺及質疑。 2. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。 3. 引導學生思考與探討食物源頭

粒粒皆辛苦 2014/ 07/02 星期三	種植希望之苗	農夫向前行 1. 農物體驗- 農場周遭環境與歷史介紹，認識農作物，瞭解植物特徵與特性，進行基礎農物的自然巡禮。 2. 農物體驗- 鬆土、作畦訓練與實際操作。 3. 農物體驗- 採收小黃瓜(午餐用)，採收與收穫的經驗分享	馬丁農夫 謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	3.5 2	1. 讓學生認識農場環境與作物。 2. 體驗農夫鬆土、整理田區、作物植栽與播種的辛勞。 3. 澆水練習與播種。 4. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
	小小廚神當道02	中午 農夫飯糰DIY 食材處理與午餐料理	連婉婷 林芸	1.5	1. 運用採收小黃瓜當作食材並搭配同場所提供的其他食材製作健康美味的飯糰。
	品味藝術大自然	1. 生態美學- 透過生態素描教學，深入記錄自然所察與了解學習生態的世界。 2. 田野生態探索- 農作物與周遭生物共生的生態環境的探索。 3. 時光寶盒- 回顧與賦歸	王鈴惠 徐建國 謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1 2	1. 引導學生觀察作物與環境的共生情形。 2. 引導學生進行自然觀察與記錄。 3. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
	農家的禮讚 2014/	收穫的喜悅	農夫向前行 1. 農物體驗- 播種與澆水練習。預計播種空心菜、日本白菜、小松菜或水果玉米等農作物。 2. 撿拾柴火- 準備山林窯烤。	馬丁農夫 謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	4 2

07/03 星期四	小小廚神當道03	中午 山林窯烤美味- 地瓜、土雞、三種當令蔬菜、農家油飯、青草茶	黃梅芬 曾義祥	1.5	1. 實作體驗以農家收成的新鮮食材進行健康美味的山林窯烤。
	歸園田居	1. 省思時間- 農務運作的認識與回顧。 2. 在田園中品味文學創作- 農夫生活或田園風光的各類文學作品導讀與欣賞。 3. 時光寶盒- 回顧與賦歸	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	3	1. 認識台灣農業的春夏秋冬。 2. 培養學生欣賞田園之美與農務辛勞的珍貴。 3. 培養學生在自然的情境中能同理作者創作文學作品時的情懷。 4. 引導學生不同文體描寫同一主題所引發不同的文學之美感受。
食在愛反思 2014/ 07/04 星期五	食來育轉	1. 美味代價的探討- 藉由影片「美味的代價」的深度導讀，與學員進行對話討論，讓學員了解食品的來源、加工過程，省思每日的飲食安全及飲食挑選。 2. 從產地到餐桌- 透過徐仲老師的引導，品味何謂慢食的飲食文化，瞭解食物的來源以及體驗生活的細節，討論食品的製造與行銷的文化。	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥 徐仲	2.5 1.5	1. 培養學生分辨哪些是客觀事實、哪些是主觀感受，並從師生提問與同儕提問對話當中，進行分析、綜合、評鑑等高層次思考能力。 2. 在團隊互動的氛圍中學習尊重自己與他人看待同一件事情時每個人具有不同的觀點，培養多元開放接納的心胸。 3. 引導學生反思從產地到餐桌的食物旅程。 4. 引導學生如何選擇有益健康的食物和培養良好的飲食習慣。
	小小廚神當道04	中午 手卷DIY-由老師示範並帶領學生創作兼顧美觀、美味以及健康的海苔手卷	謝京娥 劉安娣	1.5	1. 引導學生使用有機食材創作健康又美味的海苔手卷。
	健康飲食餐點發表會	1. 樂活健康餐點-食譜競賽 採分組競賽方式，將營隊所學知識應用在自製菜單中，擬出一份最健康的食譜。 2. 光榮時刻- 學員發表、貴賓致詞暨頒發紀念獎狀 3. 時光寶盒- 省思回顧、合影、珍重再見	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	2	1. 讓學生能利用課程中所學之創思技法，並將活動中所學健康飲食概念融入食譜設計。 2. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。 3. 讓學生能分享共同努力的成果，並欣賞他人作品。

二、師資背景說明：

外聘師資	背景簡介
許輔	國立台灣大學園藝學系教授，國立台灣大學園藝學研究所博士，國立台灣大學生物技術研究中心合聘研究員。曾獲台灣保健食品學會傑出學術研究獎，目前為台灣食品科學技術學會秘書長。專長學科為儀器與免疫分析、植物化學與食品機能性評估。
馬丁農夫 (本名林清立)	野草花果農場的主人，現職農夫。 其所經營的野草花果農場為慈心認證的有機農場，近年投入並協助臺北市推廣食農教育。
王鈴惠	長期協助野草花果農場的農務勞動、生態復育與維護，並且擔任農場的生態素描講師，具深厚美學基礎。
徐建國	荒野保護協會資深解說員。 大愛電視台經典節目，發現節目的導演。 本身為儉樸生活的實踐者，也是登山愛好者，因為愛山進而珍惜大地，以身作則，減少對地球的污染，曾嘗試半個月達到零垃圾的目標，目前仍持續中...。製作過多部科普性質的生態教育影片，如世界遺產台灣檜木（林務局補助）、台灣大地奧秘~山起山落蓬萊島（大愛電視與國科會合作案）、樹大夫（大愛電視與國科會合作案）、生質塑膠（大愛電視與國科會合作案）、紫蝶幽谷（大愛電視與國科會合作案）、逐鹿山林（玉山國家公園）等皆為口碑與收視俱佳的作品。
徐仲	目前為自由撰稿者，同時也是一位營養師。 擁有中華民國營養師證照，畢業於中山醫學大學營養系，留學義大利時取得「慢食組織」(Slow Food)所設立的義大利美食科技大學碩士學位(University of Gastronomic Science)，透過近身觀察，分析，體會如何以「慢食」之名，保護傳統飲食文化。 回到臺灣後，以慢食觀點推廣臺灣傳統飲食；在某次機緣下，帶著一群來自義大利慢食學校的大學生，環繞臺灣、親身體會臺灣的慢食生活；自2001年開始撰寫餐飲及農產品等相關文章，期待以食品科學背景和國外旅遊經驗，將臺灣飲食文化推向國際。著有《義食之選-從產地到餐桌：義大利經典食材》。

臺北市松山區民權國小 102 學年度區域性資賦優異教育方案-
【「廚」神「農」事—「食」分「健」美】-報名表

一、就 讀 學 校 資 料 欄				<input type="checkbox"/> 正取 <input type="checkbox"/> 備取	
學校名稱	區 國小		學校電話		
就讀學校的輔導室審核 蓋章	是否為臺北市校本資優方案的學生： 是 / 否		學校聯絡人職稱		
			學校聯絡人姓名		
二、學生基本資料欄					
學生姓名				出生日期	年 月 日
就讀班級	年 班	性別	男 / 女	身分證字號	
E-mail					
家庭住址	(※請詳細填寫，以便順利宅配你種的菜唷！)			家長聯絡電話	(O)
				(緊急聯絡電話)	(H)
					(手機)
報名資格	<p>(一) 報名標準：現就讀本市教育局公私立國民小學 102 學年為四、五年級對農務體驗與健康飲食有興趣的學生，必須完成下列第一項條件，且符合下列第二或第三項條件中的任一條件者可報名（報名標準排序如下）：</p> <p><input type="checkbox"/>1、完成本活動的「行前考察任務」作業單（必填）。</p> <p><input type="checkbox"/>2、經各校級任導師或家長推薦，並對農務體驗與健康飲食有興趣者（需附推薦表）。</p> <p><input type="checkbox"/>3、曾參與田園生態觀察或農務體驗相關活動，並在報名表中自我陳述相關經驗者。</p> <p>(二) 錄取標準：</p> <p>各校報名學生依下列順序錄取：</p> <p>1、本校學生依報名標準優先錄取，且在「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取 10 人為限（依據 101 年 9 月 19 日北市教特字第 10141067500 號函，辦理學校得保留方案三分之一名額供校內學生參與）。</p> <p>2、臺北市外校校本資優方案學生依報名標準優先錄取，且在「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取 10 人為限。</p> <p>3、外校學生錄取名額，視前兩項錄取人數而定，且在「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取，以達到總錄取人數 30 人為上限。</p> <p>※本活動備取人數依照「行前考察任務」作業單所得分數擇優排序錄取，備取 10 人。</p>				

自我陳述相關經驗	※請陳述參加過的食農教育、田園生態觀察、或農務體驗...等營隊、課程活動。
特殊需求	如：特殊疾病史、需輔導老師特別注意之事項、或緊急事件處理……等。
家長同意書	<p>茲同意本人子弟_____參加 貴校辦理之102學年度區域資賦優異教育方案-【「廚」神「農」事—「食」分「健」美】活動，願自行維護子弟上下學之安全，並遵守學校及指導老師之規定參與課程活動。如有因不接受輔導而發生違規情事及意外事件者，將由本人自行負責。</p> <p style="text-align: right;">家長簽章：_____</p> <p style="text-align: right;">中華民國 103 年 月 日</p>
備註	<p>1. 請各校特教組統一於103年5月23日（星期五）前，由聯絡箱「005」送至臺北市市民權國小輔導室特教組-林晏菁組長，電話(02)27652327 分機50;傳真電話:2765-8336。</p> <p>2. 錄取名單於103年5月27日（星期二）公布至本校網站，另函請各校承辦人員協助轉知錄取學生，待公告錄取後才匯款繳費。（網址 http://www.mcps.tp.edu.tw/）</p>

<p>審核結果</p> <p>(本欄由臺北市市民權國小審核後填寫)</p>	<input type="checkbox"/> 錄取 <input type="checkbox"/> 不錄取	<p>說明</p> <p>一、報名標準：</p> <p><input type="checkbox"/>1、完成本活動的「行前考察任務」作業單，得分：_____。</p> <p><input type="checkbox"/>2、經各校級任導師或家長推薦，並對農務體驗與健康飲食有興趣者（需附推薦表）。</p> <p><input type="checkbox"/>3、曾參與田園生態觀察或農務體驗相關活動者，並在報名表中自我陳述相關經驗者。</p> <p>二、身份別的錄取排序：</p> <p><input type="checkbox"/>1、本校學生，需符合報名標準並於「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取10人為限</p> <p><input type="checkbox"/>2、臺北市外校校本資優方案學生，需符合報名標準並於「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取10人為限。</p> <p><input type="checkbox"/>3、非上述兩項之外校學生，需符合報名標準並於「行前考察任務」作業單所得分數，擇優依序錄取10人為限。</p> <p><input type="checkbox"/>4、備取10人，為前三項合計30人以外的學生，且依照「行前考察任務」作業單所得分數擇優排序錄取。</p>	<p>核章</p>
--	---	---	------------------

附件二 - 推薦函

臺北市民權國小 102 學年度區域資優方案-					
【「廚」神「農」事-「食」分「健」美】-教師或家長推薦函					
學 校	國 小		班 級	年 班	
學生姓名			性 別		
教師或家長推薦 (填教師或家長對學生在農務體驗與健康飲食具高度興趣的表現說明及推薦理由)					
家長簽章		推薦教師 簽章		學校承辦 處室核章	

附件三-活動流程的時間表

臺北市松山區民權國小 102 學年度區域性資賦優異教育方案-
【「廚」神「農」事-食」分「健」美】-活動流程時間表

主題	子題	課程活動的時間流程	師資	預期成效
健康飲食指南 2014/ 07/01 星期二	飲食紅綠燈	上午 01 08:00-08:30 學員報到 08:30-09:30 相見歡+任務分組 上午 02 09:30-10:30 六大食物與七大營養素 上午 03 10:30-11:30 超市尋寶-戶外	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1. 認識小組成員，培養團體動力。 2. 了解六大食物與七大營養素對飲食健康的重要性。 3. 在超市或自助餐選購食物時能應用六大食物與七大營養素的概念而吃的健康。 4. 在團隊互動的氛圍中學習尊重自己與他人，培養多元開放接納的心胸。 5. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
	小小廚神當道 01	中午 11:30-13:00 自助餐特攻隊	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1. 透過實作評量，評鑑學生對六大食物與七大營養素的意義與重要性是否能學以致用。 2. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
	食品溯源	下午 01 13:00-14:00 超市尋寶-電腦教室 下午 02 14:00-16:00 許輔教授-什麼是食品追溯? 下午 03 16:00-17:00 時光寶盒：回顧與討論	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥 許輔 謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1. 引導學生從成分標示中產生對加工食品的警覺及質疑。 2. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。 3. 引導學生思考與探討食物源頭
粒粒皆辛苦 2014/ 07/02 星期三	種植希望之苗	上午 01 08:00~08:30 農夫向前行 08:30~09:00 農物體驗 01： 認識農場環境與農作物 上午 02 09:00~11:00 農物體驗 02： 鬆土、作畦練習 上午 03 11:00~11:30 農物體驗 03： 採收小黃瓜(午餐用)	馬丁農夫 謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1. 讓學生認識農場環境與作物。 2. 體驗農夫鬆土、整理田區、作物栽與播種的辛勞。 3. 澆水練習與播種。 4. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
	小小廚神當道 02	中午 11:30~13:00 農夫飯糰 DIY	連婉婷 林芸	1. 運用採收小黃瓜當作食材並搭配同場所提供的其他食材製作健康美味的飯糰。

	品味藝術大自然	下午 01 13:30~14:30 生態美學：生態素描教學 下午 02 14:30~16:30 田野生態探索 下午 03 16:30~17:00 時光寶盒：回顧與賦歸	王鈴惠 徐建國 謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1. 引導學生觀察作物與環境的共生情形。 2. 引導學生進行自然觀察與記錄。 3. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。
2014/ 07/03 星期四	農家的禮讚	上午 01 08:00~08:30 農夫向前行 08:30~10:30 農物體驗：播種練習與澆水練習（預計播種 空心菜、日本白菜、小松菜 與 水果玉米） 上午 02 10:30~12:00 檢食材火-準備山林窯烤	馬丁農夫	1. 引導學生進行澆水與施肥、除草補植、重點作物栽培與物候觀察等農務實作。 2. 透過農務體驗培養學生同理農夫的辛勞與珍惜食物的美德。
	小小廚神當道 03	中午 12:00~13:30 窯烤土雞與烤地瓜：地瓜、土雞、三種當令蔬菜、農家油飯、清草茶	黃梅芬 曾義祥	1. 實作體驗以農家收成的新鮮食材進行健康美味的山林窯烤。
	歸園田居	下午 01 13:30~15:00 省思時間：農務運作的認識與回顧。 下午 02 15:00~16:30 農夫生活或田園風光的各類文學作品導讀與欣賞 下午 03 16:30~17:00 時光寶盒：回顧與賦歸	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1. 認識台灣農業的春夏秋冬。 2. 培養學生欣賞田園之美與農務辛勞的珍貴。 3. 培養學生在自然的情境中能同理作者創作文學作品時的情懷。 4. 引導學生欣賞不同文體描寫同一主題所引發不同的文學美感。
2014/ 07/04 星期五	食在愛反思	上午 01 08:00~10:30 美味的代價-影片深度討論 上午 02 10:30~12:00 徐仲-從產地到餐桌	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥 徐仲	1. 培養學生分辨哪些是客觀事實、哪些是主觀感受，並從師生提問與同儕提問對話中，進行分析、綜合、評鑑等高層次思考能力。 2. 在團隊互動的氛圍中學習尊重自己與他人看待同一件事情時每個人具有不同的觀點，培養多元開放的心胸。 3. 引導學生反思從產地到餐桌的食物旅程。 4. 引導學生選擇有益健康的食物和培養良好的飲食習慣。
	小小廚神當道 04	中午 12:00~13:30 手卷 DIY	謝京娥 劉安娣	1. 引導學生使用有機食材創作健康又美味的海苔手卷。
	健康飲食餐點發表會	下午 01 13:30~15:00 樂活健康餐點-食譜競賽 下午 02 15:00~16:30 光榮時刻發表；貴賓致詞暨頒發紀念獎狀與獎品 下午 03 16:30~17:00 時光寶盒：珍重再見	謝京娥 劉安娣 連婉婷 林芸 黃梅芬 曾義祥	1. 讓學生能利用課程中所學之創思技法，並將活動中所學健康飲食概念融入食譜設計。 2. 在團隊任務導向的環境中學習如何領導自己與他人，實踐分工合作。 3. 讓學生能分享共同努力的成果，並欣賞他人作品。

臺北市松山區民權國小 102 學年度區域性資賦優異教育方案 【「廚」神「農」事-「食」分「健」美】-行前考察作業單

一、 選擇題 (每題 5 分，共 60 分)

- () 1. 請選出較適合夏季播種的蔬菜名稱？
(A)油菜 (B)筒蒿 (C)小白菜 (D)芥藍
- () 2. 播種的過程，包括：(1)將大的土塊敲碎、翻土並整平，以保持土壤的疏鬆、透氣；(2)將種子撒在土壤上頭，不要太密，以免妨礙日後成長；(3)用耙子輕輕將土撥動，將土輕輕的覆蓋種子上，防止麻雀來啄食；(4)灑水器澆水。請依照播種過程的內容，從下列的選項中找出正確順序的選項。
(A)澆水→覆種→整土→播種 (B)澆水→整土→播種→覆種
(C)整土→播種→覆種→澆水 (D)澆水→播種→整土→覆種
- () 3. 栽種蔬菜時，正常生長期，以小白菜為例，一般約幾天可採收？
(A)10-20 天 (B)30-50 天 (C)60-70 天 (D)80-90 天
- () 4. 何者非有機農民防治病蟲害的方式？
(A)農藥 (B)天敵 (C)水旱輪作 (D)動植物殘渣
- () 5. 下列何者並非通過我國農委會核可的「有機農業驗證機構」？
(A)財團法人慈心有機農業發展基金會
(B)國立成功大學
(C)國立台灣大學
(D)台灣寶島有機農業發展協會
- | | | | |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
|---|---|--|---|
- () 6. 下列哪一個選項不是在同一區域栽種作物以「輪作」方式進行的優點？
(A)輪作覆蓋作物或綠肥，可減少休耕時泥土暴露的情況，影響農作物生產力。
(B)輪作植物可增加土壤有機物，改善土壤結構，使其具備固氮和累積各種土壤養分的功能，以補充作物養分的功能。
(C)輪作植物可使具相剋作用的作物（甜菜、大豆等），壓抑雜草的生長。
(D)同一區域輪作不同植物，可增加栽種區域的美觀性。
- () 7. 下列何者不是夏季盛產的水果？
(A)西瓜 (B)芒果 (C)橘子 (D)釋迦

- () 8. 天天 5 蔬果是指每天至少要吃： (A) 4 份蔬菜與 1 份水果 (B) 3 份蔬菜與 2 份水果 (C) 2 份蔬菜與 3 份水果 (D) 1 份蔬菜與 4 份水果。
- () 9. 下列何者非七大營養素之一： (A) 反式脂肪 (B) 礦物質 (C) 水分 (D) 蛋白質。
- () 10. 蔬菜與水果具有促進腸胃蠕動、腸道益菌生長、降低血膽固醇等功能，是因為其含有豐富的(A)礦物質、蛋白質及脂肪 (B)水分、醣類及蛋白質 (C)維生素、礦物質及膳食纖維 (D)醣類、脂肪及膳食纖維。
- () 11. 對於食物中毒的急救，下列哪一個選項錯誤： (A) 保暖，但不要讓患者有出汗現象 (B) 將剩餘食物、嘔吐物、容器及排泄物，丟棄並毀滅 (C) 病人清醒者，給予食鹽水 (D) 立刻送醫急救。
- () 12. 食品冷藏時，其中心溫度最好維持在下列哪一種情況？
(A) 0°C 以下 (B) 7°C 以下 (C) 10°C 以下 (D) 20°C 以上。
- () 13. 請問下列哪一項不是食品 GMP 的認證範圍？
(A) 衛生管理制度
(B) 生產管理制度
(C) 品質管制制度
(D) 健康管理制度
- () 14. 請問下列哪一項不是食品 GMP 的認證好處？
(A) 提升產品形象、增強消費者消費意願
(B) 有效管理與控制產品品質、維護食品安全
(C) 降低經營管理成本
(D) 業績開創的敲門磚

二、 非選擇題 (採加分制)

(一) 請查出下列栽種蔬菜時所用的工具，其各自的用途為何？

(每答對一題，加 3 分；若本題三項工具全對，即可直接得 10 分。)



A. 鋤頭: _____

B. 鏟子: _____

C. 耙子: _____

(*本照片轉載自: www.greenschool.moe.edu.tw/_.../附件01%20)

(二) 什麼是「有機農業」？請試著與「慣行農法」分別進行優缺點的分析。

(每寫出一項優點或缺點，加2分；依照說明加註參考資料來源，一項加1分，上限5分)

	有機農業	慣行農法
優點		
缺點		
※參考資料來源： (請記錄於此，包括：網址；報章雜誌的篇名、作者與出版日期；書名和閱讀的頁數範圍、作者、出版社與出版日期…等。)		

(三) 有人認為「在解決食品安全問題上，媒體比政府更有用」。對此，
你的看法是什麼？(針對一個論點表述一個原因，加2分；思考的面向每多加一個觀點，加3分)

(請試著從不同的角度思考，從下列觀點至少勾選一立場並說明原因。
若你具有多種面向的觀點，你皆可在下方空白處充分論述表達。)

- A. 我的論點是「媒體比政府更有用」，因為…。
- B. 我的論點是「媒體不一定比政府更有用」，因為…。
- C. 我的論點是「媒體和政府不能放在同一個天平比較」，因為…。
- D. 我的論點是「其他：_____」，因為…。

因為：

(四)【為食品安全把關】：飲料的塑化劑風波、毒澱粉事件、「パン達人」麵包的人工香精事件、大統油事件…等食品安全的問題層出不窮，試想為何即使政府有各種食品安全認證把關(例如：食品安全 GMP)，仍然有已獲得認證的廠商在市面上販賣可能對人體有害的黑心食品呢??



圖片來源：董氏基金會 食品營養特區網頁
<http://nutri.jtf.org.tw/index.php?idd=4&aid=6&bid=68&cid=1309>



圖片來源：自由時報 電子報
<http://www.libertytimes.com.tw/2013/new/oct/23/today-fo2.htm>

請你在閱讀相關新聞事件的報導、查詢食品 GMP 的認證方式後，進行綜合、分析與了解，形成自己的見解，以便提出有效的解決方案，避免類似的食安問題再度發生。(能寫出自己的看法，就能獲得基本分 5 分；能提出相對應解決方案，就能獲得基本分 5 分。此外，所提出的看法與解決方案會依照其內容的完整與詳細程度，另行加分，且加分的幅度依照作答的內容品質判斷。)



我的看法和解決方案，如下：

(五)【食物履歷表】：請為餐桌上的一道菜製作履歷表，包含：1. 菜餚名稱、2. 食材內容清單、3. 各項食材的產地來源追蹤、4. 此道菜具有「六大食物與七大營養素」中哪幾項成分的說明。

(寫出菜餚名稱及圖畫，各加 2 分；寫出食材內容，加 5 分；寫出營養標示、生產履歷，各加 10 分。整大題內容完整者即得 30 分)

