

學習領域	國語文
作者姓名	賴曉雲
作品關鍵字	飲食文學、專題研究、食農教育、自然農法、田裡學
適用階段	<input type="checkbox"/> 幼兒園 <input type="checkbox"/> 國民小學低中高年級 <input type="checkbox"/> 國民中學 <input checked="" type="checkbox"/> 高級中等學校
國教院 自製影片名稱	1. https://stv.moe.edu.tw/co_video_content.php?p=286563&t=f 回歸田野的碩士農夫：賴青松 2. https://stv.moe.edu.tw/co_video_content.php?p=316357&t=f 賴倍元-以種樹為樂的臺灣樹王
作品簡介	<p>以國文課中的飲食文學為楔子，透過愛學網名人堂的農夫：賴青松有機農業和以種樹為樂的臺灣樹王-賴倍元種樹的精神，引導學生分組討論，構思一個以食農教育為內容的「簡單飪務」企劃書。</p> <p>教學過程中以餽水油引發的食安問題，引導學生思考並探討、關心生活周遭中潛在的食安問題，並以實際行動改變台灣飲食安全。以國文的「邏輯思考」到「跨領域」的議題延伸，在專題研究方法教學中，以設計思維（Design Thinking）以人為本的解決問題方法論作為設計理念，師生透過食農教育等多元企劃，從人的需求出發，為食安議題尋求創新解決方案，並創造更多的可能性。並期望學生能繼續以文字或影像參加與食物有關的相關比賽，推廣食安教育以及永續環保的理念。</p>
教學目標 設計理念	<p>本教案以高中國文課文第九味作為飲食文學的延伸寫作，跨領域合作的專題探究課程，讓不同類組的學生在上完飲食文學後，都能設計一件以飲食為出發的這項簡單「飪」務。希望透過二堂課的實作結合生活，引導學生主動探究，以情境化的方式提供學生實踐，整合知識、能力、態度，技能的機會。</p> <p>透過飲食文學和食農教育的深化，以生活為出發的活化教學，帶領學生達到在生活中實踐田裡學的境地，過程中讓學生積極、主動、熱愛學習，並培養學生獨立思考和帶得走的多元能力，再進一步將學習成果擴展至家庭、學校、社區。</p>

		<p>課文中除了培養「德智體群美」五育之外，能將「食農教育」融入生物等各領域的教學，並結合公民教育和志工服務，讓學生獲得正確的環境、低農藥、食物安全教育等，將健康的飲食型態以影片或網頁的美學感分享動，由校園延伸至家庭、社區推廣愛護生態環境的理念。</p> <p>國語文課程除了語文能力的培育外，新課綱強調文學素質的涵養、文化教育的薰陶，培養表情達意、解決問題的能力，冀能陶冶性情、啟發心智，加強自主行動、溝通互動與社會參與的核心素養，奠定適性發展、終身學習的基礎。</p> <p>因此本教案以學生為中心，從國文「共備」教學出發到「跨領域」延伸，讓學生分組討論食安議題寫出相關計畫，最後師生合作完成一項項有意義的食農教育推廣活動。</p> <p>請點閱 3.5 分鐘本教案理念 說明及教學成果影片 https://youtu.be/1aH85us2yoM</p>	
教學主題	專題計畫書寫作 (飲食安全)	設計者	賴曉雲
教學對象	高一、高二	教學時數	90 分鐘
教學對象分析	<p>青少年大多以自身為出發點，剛升高一的學生對生活充滿熱誠，是探索興趣的養成期；高二則是思辨和組織能力強的階段。因此「簡單飪物」教案設計上側重自發性的興趣，引起學生思考人與土地、社群、社會的關係。在學生閱讀國文文本的過程中，相似的是篇章格局而不同的是情境模型，因此如何充分結合多元化資源，運用多視野、多角度的活潑教學方式，在國文課、輔導課或自主研習的課程中，安排至少二堂專題計畫書寫作課，幫助學生建立具體化的情境模型，這便是簡單飪物本教案的動機與目標。</p>		
設計理念	<p>學習來自探究，身為語文和輔導學生的教師，深感國語文課程除了語文能力的培育外，更需培養學生新課綱所強調解決問題的能力，加強自主行動、溝通互動與社會參與的核心素養。因此透過「簡單飪物」以學習者為中心的二堂課，以專題計畫的寫作教案來活絡各領域之間的教學，讓學生不設限的探索議題，向社會勇敢提問並提出方法解決。 本教案以設計思考或設計思維（Design Thinking）為設計理念。這是一個以人為本的解決問題方法論，透過從人的需求出發，為各種議題尋求創新解決方案，並創造更多的可能性。以國文的「邏輯思考」課到「跨領域」的議題延伸，以學生為中心的專題研究方法教學課程。 本教案透過小組討論食安相關議題後，合作寫出計畫書，並積極在課後社團或志工服務尋找實踐的機會，以提案或合作方式完成一項有意義的「簡單飪物」。透過專題研究培養獨立思考，讓視野更加遼闊，能進一步將學習成果擴展至家庭、學校、社區。因此除了「國文」之外，將「食育」融入各領域的教學，並結合品德教育，讓學生逐年</p>		

	獲得適切的食安、生態教育，將正確的飲食、愛物惜物的觀念，由校園延伸至社群，以期達到終身學習的多元能力。
教學內容分析	<p>2014 台灣社會發生了重大的食安事件，當時國文課堂上筆者正在上徐國能先生散文「第九味」，在這堂飲食文學的課程中，筆者針對當時發生的餿水油事件和學生討論，師生開始思考該如何以實際行動改變，以知識為基礎來深化學生的能力並培養溝通合作、關懷社會的素養。筆者以課文 <第九味>為楔子，將飲食文學結合台灣社會發生的食安風暴，過程我們觀看了愛學網活化教學:幸福好味道影片，看見臺南市立大成國中教師透過食育融入各領域的教學。因此也將方法具體化，成為教學討論的內容和方法。以課文「第九味」為例</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹文本背景--書名或篇名、作者，提供背景知識，鼓勵自行蒐集資料。 2. 瀏覽---畫重點、寫摘要。 3. 設定段落大聲朗讀---流暢度、適當的語調、豐富的感情。 4. 討論篇章結構---採用心智圖法（圖像畫出文義脈絡）:事件敘述順序、圖表說明、篇章組織、陳述特色、文字特色、論證過程。 5. 連結---將閱讀內容與過去經驗或閱讀書籍連結。採用分鏡圖及曼陀羅創思法產生個人的新詮釋，分享個人對文章的新意見、新想法、新觸發。 6. 以小組讀書會方式進行，了解內容、延伸討論相關專題與策略。 <p>2016 年七月正巧當時筆者一位在師大附中教化學的前同事，要帶學生去麻省理工學院參加測試餿水油試劑的科學比賽，需要一支 3 分鐘的開場影片，於是我開始在自己的國文課外，邀請英文、資訊和化學老師跨領域合作，跨校帶領二所學校高中生在 2016 年七月底前拍攝出一支三分鐘台灣高中生如何參與台灣食安風暴的短片，影片播出並搭配 PPT 報告引起觀者熱烈的迴響，讓筆者開始思考，如何延伸國文教學，讓學生用文字和影像呈現理念，參與社會志工服務。（參見走過食安風暴三分鐘影片）</p> <p>https://drive.google.com/file/d/0B9bVNTVL2hboRXkzRndEWIMzTFE/view 2017-2018 高中國文課堂中，筆者更透過愛學網資源名人堂賴青松、賴倍元先生影片，帶領學生討論、深入探討當時餿水油引發的食安問題，刺激學生關心周遭，帶著學生思考:我們該如何以實際行動改變台灣飲食安全，以生活為出發的活化教學，透過飲食文學和食農教育的深化，師生透過企劃案，持續合作完成不同的比賽，實踐「簡單飪物」的精神。請務必觀賞 3 分鐘教案說明及教學成果短片</p> <p>YouTube 網址 https://youtu.be/1aH85us2yoM</p>
教學目標	<p>十二年國教課綱指標:系統思考與解決問題、規劃執行與創新應變、國語文能力與人際溝通、科技資訊與媒體素養、藝術涵養與美感素養、道德實踐與公民意識。</p> <p>單元具體目標:1、從學生國中到高中曾閱讀過的飲食文學作品，例如:古蒙仁〈吃冰的滋味〉、焦桐〈豬血糕〉、韓良憶〈食蔥有時〉、徐國能〈第九味〉，引導學生尋找自己曾經與食物相遇的故事，作為寫作的題材。2、觀賞愛學網名人堂賴青松、賴倍元二位影片後能說出二位的實踐方法和精神。3、能從愛學網名人堂他們永不放棄的滋味，學習他們的毅力與永不放棄的精神，讓學生了解天生我表現材必有用，找到一個目標讓自己跟他一樣完成此生的任務。4、能分組完成一個以食安為主題的報告。5、能掌握設計思考法（Design Thinking），指出問題、並提出解決的方法。6、能分組完成至少 600 字的「簡單飪物」企劃書，並能清楚報告、完成口頭提案。7、幫助學生建立具體化的情境模型，規劃執行一項食安計畫或專題研究，能實踐公民意識參與志工服務或比賽。</p>

節次	教學活動流程	時間	教學資源	教學評量
第一節	<p>準備階段</p> <p>(一)課堂準備</p> <p>面對飲食安全議題，身為一位高中生可以做甚麼?從 2016 年師生跨校合作拍攝的短片談起。</p> <p>(參見附錄走過食安風暴三分鐘短片)</p> <p>(二)引起動機</p> <p>1、讓學生發表幸福的滋味是什麼?回憶曾經閱讀過的 <飲食文學>?核心是什麼?</p> <p>觀賞一部老師用手機拍攝學生的 3 分鐘短片：幸福的滋味。(參見附錄影片幸福的滋味短片)</p> <p>2、針對食安風暴，師生除了關心周遭，該如何以實際行動改變觀念。介紹 2017-2018 老師帶領高中生走出教室，利用假日參與 MOA 北投湖光社區田裡學於是國文、資訊和生物老師跨領域合作的影片，並分享計畫如何執行。</p> <p>(參見附錄簡單飪物 PPT)</p>	20	自製 3 分鐘短片 ppt	發表影片觀後感並說出簡單飪務課程的理念。
第一節	<p>發展階段</p> <p>(一)達成目標</p> <p>1、以愛學網名人堂影片回歸田野的碩士農夫：賴青松影片分組進行摘要分享和交流。讓學生瞭解這幾年，過度使用化學肥料、農藥的現況。賴青松仍然為了生態及人民的健康而堅持用天然肥料及不使用農藥。</p> <p>2、賴青松引進日本的銷售概念，以有多少訂單，才生產多少米的預購方式經營，完全不浪費任何一粒米！原本還遭到其他農民的嫌棄，但久而久之，卻引來多人加入，也讓許多知識分子走出涼爽有冷氣的辦公室，捲起袖子在炎熱的午後當起了農夫，也成功翻轉了老農民長期的思考觀念。藉此也引導學生思考合作和實踐的重要性。</p> <p>(二)主要內容/活動</p> <p>1、 先先請學生分組(4 人一組)。</p>	15	愛學網名人堂影片便利貼(設計思考)學	摘要重點寫下問題解決討論發表

	<p>2、介紹設計思考（Design Thinking）與一般分析思考不同，設計思考是一種創造性思維，是種無中生有或是從混亂到秩序的過程。設計思考考量的面向比較廣，基本上都圍繞著以人為主。而人又與環境、自然共生，因此設計思考的著眼點，不僅僅是一個設計物的誕生，更是這個設計物本身與使用者、使用者與環境的組合結果，這結果的最佳化就是多贏策略，也就是人、設計物、環境三者間達到完美平衡。</p> <p>3、針對目前台灣社會中食物與人、環境、文化等相關議題討論。每人至少提出一個問題寫在便利貼上，課後就此問題討論解決方法。</p>	習單	
第一節	<p>總結階段</p> <p>1、第一堂課透過影片和討論，讓學生瞭解這幾年，台灣過度使用農藥的現況，再讓學生分組針對目前食物與人、環境、文化等相關議題提出討論並設計問題。</p> <p>2、請高二高三學姊長擔任助理協助並分享。 (如果沒有時間，可以以這三支一分鐘短片代替說明:附錄:校內推廣食安、北投湖光種菜記、田裡學網界比賽短片)</p> <p>當初食農計畫在 2017-2018 老師帶領學生走出教室，說明當初如何假日參與 MOA 北投湖光社區田裡，在炎熱的午後當起了農夫，看到在地年輕人如何成功翻轉了老農民長期用農藥的觀念。說說體驗和為何認同自然農法，以及回到校園後自動找了國文、資訊和生物老師跨領域合作，參加網界比賽和拍攝影片等等活動，來推廣「田裡學」的經歷。</p> <p>2、下課前完成請 4-6 人分組，並在課後針對目前台灣社會中食物與人、環境、文化等相關議題進行討論。完成任務分配並在下次上課時每組提出 2-3 個食安相關議題作為專題研究的題材及內容。</p>	<p>10</p> <p>自製短片 2017-2018 國際網界比賽白金獎網站成果小組互評表</p>	決定決定主題，下次上課前必須先完成小組成員的任務分配和田野調

				查。
節次	教學活動流程	時間	教學資源	教學評量
第二節	<p>準備階段</p> <p>(一)課堂準備</p> <p>以愛學網名人堂影片:賴倍元-以種樹為樂的臺灣樹王。人稱「賴桑」的賴倍元先生，三十年來以個人的力量在大雪山買地、種樹造林，種下三十萬棵牛樟、紅檜等臺灣原生樹種，因而被封為「臺灣樹王」，帶學生討論其中簡單任務意義。</p> <p>(二)引起動機</p> <p>以實際行動改變周遭人對食安的觀念，並推廣飲食文化，進行美學教育並結合食農教育以雙語行銷台灣食物，培養學生表達和合作的能力。以 2019 年學姐獲得台灣雙語國家 校園創意短片徵選:拍攝一分鐘介紹台灣美食的短片，引導學生用影像推廣理念、改變世界作為例子。</p> <p>2019 台灣雙語國家 校園創意短片徵選 榮獲第二名 三杯雞，special. 私立復興高中 曾珮璇 陳佑慈</p> <p>What is one special memory that you cannot forget? 藉由食物的味道尋回最初對台北的記憶。(請點選觀賞這 1 分鐘短片。)</p> <p>https://www.youtube.com/watch?index=60&list=PLQhz4Z-4HfaOe7n5YHpS5Q2ABtUuUHbSc&v=HTtyHeX5aeE&fbclid=IwAR1i7wPeNJ636S7uH4Gnxzvg7TajZ0gw5XsugFdTqvzMGyCamed49-T7h8&app=desktop</p>	10	愛學網名人堂影片台灣雙語國家校園創意短片	摘要分享
第二節	<p>發展階段</p> <p>(一)達成目標</p> <p>學習臺灣樹王賴倍元先生，三十年來不間斷種下三十萬棵樹的精神。從過去 4 年學長姐完成的簡單飪物中，分組討論找出一項小組有興趣的計畫，以設計思考的方式深入探究並完成自己設定的目標。</p> <p>1 讓學生知道如何調查食物安全?(2016) 訪問有機農業，發現 MOA 等相關有機品牌的安全認證</p> <p>2、(2017-2018)與北投湖光社區合作種菜體驗，品嚐自然農法種的米和蔬果。 分享半日農夫:除草、播種、採收、料理、變化菜色等體驗。</p> <p>3、(2017-2018)校園推廣 與飲食文化社團合作舉辦活動、週會演講推廣活動</p> <p>4、(2017-2018)鼓勵學生參加國際暨台灣網屆比賽網界比賽請參照 大地之子</p>	25	專題研究書籍	完成簡單飪物計畫書寫作

	<p>MOA 田裡學 網頁 http://cyber.fhjh.tp.edu.tw/GrassHopeTaiwan/</p> <p>5、(2018)高中生暑假舉辦湖光國小夏令營回饋北投社區(參見附錄 湖光社區影片)</p> <p>(二)主要內容/活動</p> <p>教師簡單以黃春木老師的專題研究一書為例，說明做專題研究的技巧。</p> <p>1、找出問題:以科學研究、探討、解決的方式討論，並進行計畫和未來開會及小組討論等時間安排。</p> <p>2、從夢想開始:研究計畫的功能與內涵。</p> <p>讓學生分組討論食安議題寫出相關計畫，最後師生合作完成一項項有意義的食農教育推廣活動。</p>			大綱
第二節	<p>總結階段</p> <p>說明課後的規畫，將繼續帶領學生策畫一項與食物安全相關的議題，以國文課為主體跨領域邀請生物、英文、資訊、化學老師等不同科目老師合作。</p> <p>引導學生繼續主動分組參與環保等志工社團或與社區合作種菜體驗並自主學習。課後依學生企畫內容邀請生物、化學、輔導、資訊、語文等不同學科老師，擔任這些比賽或社團的指導老師，協助並鼓勵學生以加深加廣的學習態度參加各種相關的比賽。</p> <p>以實際行動改變周遭人對食安的觀念，並推廣飲食文化，進行美學教育並結合食農教育以雙語行銷台灣食物，培養學生表達和合作的能力。(愛學網微電影、國際暨台灣網界比賽、雙語創意影片徵選等活動。)</p>	10	生物、資訊、輔導、語文領域老師協同指導專題計畫	課後以專題方式請一位生物老師或輔導、資訊、語文老師指導完

<簡單飪物>教案進行至今已有三年，成果斐然。課堂上學生都能分組設定一個自主學習的方向或專題，找到相關議題深入調查。在二堂課程結束後能自發性組成小組、志工社團或參加小論文、網界或短片等相關比賽。除了利用平日學校餐廳和班級班周會時間推廣食安教育。

2017-2018MOA TAIWAN 大地之子:連續兩屆參加台灣學校暨國際博覽會居榮獲得最高榮譽白金獎和特別紀念獎。

2018 年學生組成志工到北投湖山國小舉辦食農教育夏令營。

2019 台灣雙語國家 校園創意短片徵選 榮獲第二名三杯雞(三杯 cial, special.) 私立復興高中 曾珮璇 陳佑慈。

2019 第二屆臺灣學校午餐大賽冠軍。關注校園食育以及營養午餐議題的大享食育協會主辦

教學過程
紀錄或
成果

「簡單飪物」以國文課為主體的二堂課之後，透過學生自主學習跨領域邀請生物、英文、資訊、化學老師等不同科目老師合作，繼續帶領學生策畫一項與食物安全相關的議題，引導學生繼續主動分組參與環保等志工社團或與社區合作種菜體驗並自主學習。

再以 2017-2019 具體活動為例，我們逐步完成了以下任務。

1、讓學生調查食物安全?(2016)

訪問有機農業，發現 MOA 等相關有機品牌的安全認證

2、(2017-2018)與北投湖光社區合作種菜體驗，品嚐自然農法種的米和蔬果。

半日農夫 除草 播種 採收 料理 變化菜色

3、2017-2018)校園推廣 與飲食文化社團合作舉辦活動、週會演講推廣活動

4、(2017-2018)鼓勵學生參加國際暨台灣網屆比賽網界比賽大地之子 MOA 田裡學 <http://cyber.fhjh.tp.edu.tw/GrassHopeTaiwan/>

5、(2018)高中生暑假舉辦湖光國小夏令營回饋北投社區(參見附件影片)

6、(2019)台灣雙語國家 校園創意短片徵選:拍攝一分鐘介紹台灣美食的短片，引導學生用影像推廣理念、改變世界。

期待學生都能以自主學習為出發，在每學期的主題(例如:生生不息、一花一世界、以愛為名)中，合作策劃活動比賽或布展等成果展示，例如:舉辦校內書展、影像詩比賽、微電影比賽、演講活動和相關有趣的比賽，並與校刊編輯社合作，請總編

	<p>輯老師指導學生以本期復興島的主題，設計每月主題或專欄，吸引學生投稿，審核後於日後刊物上發表。</p>
回饋意見	<p>學生心得回饋</p> <p>二堂的「簡單飪物」課堂學習結束後，班上同學紛紛開始進行自己策劃的活動，我們這一組利用周末假期到北投湖山社區，體驗友善農法的耕作。這一天，我們十二位學生和老師賴曉雲來到北投湖光社區的地瓜田中，準備好工具後開始最最令人開心工作：收成地瓜。我們興奮的拿起鏟子，蹲在地上，努力地挖著地瓜。因為大部分在都市生活的時間我們沒有機會與土地近距離接觸，所以格外珍惜這次難得的體驗。--(謝涵婕)</p> <p>這一天我們這一組到了 MOA 美育基金會的總部，去訪談 MOA 有機驗證單位的一位負責人。他向我們介紹了有機驗證進行的流程、負責的單位、途中遇到的困境與阻礙……等等。聽了他的說明之後，我才知道雖然有機驗證是在為大眾謀福祉，但卻仍然因為政策等因素而遭遇了不小的挫折。希望未來政府能夠更加推廣有機農法及驗證，並修訂相關法規，讓 MOA 進行驗證的流程能夠更加順利。此外，也希望政府能夠宣導、呼籲農民推動有機農法，讓這個概念不再只為少數人所知。--(劉奕霖)</p> <p>我們這一組組員的母親認識一位現代農民謝明桂小姐，她在北投湖光社區以自然農法栽培推廣自然農法。她跟我們說其實遵守自然農法，善待土地，田中的土會是香的，因為土裡面有很多好菌，農藥或肥料會使它們消失在土中。我們半信半疑，挖起田中的土來聞，結果我們聞到一種從來沒聞過的味道。不像其它地方的土會有異味，謝明桂小姐田中的土很濕潤而且有一股淡淡的泥土香，感覺是受到用心照顧的好土。--(林昱瑋)</p> <p>現代農民謝明桂小姐說泥土的香源自於土壤發酵的味道，是一般田裡不會有的，因為這需要借助土壤中的好菌來幫忙。原來在田中不只有土香而已，連種出來的地瓜也一股淡淡的香甜，雖然賣相不如超市裡的地瓜漂亮，但是謝小姐所種植的地瓜煮熟就很好吃了，不需要過多的調味。對我來說這次的體驗讓我們更認識友善農法的好，尤其是咬下地瓜的那瞬間，嘴中的甜味相應著心中滿滿的感動，就像農夫們所教導我們的一樣，當我們從真正從自然中得到好東西時，我們會被深深地感動，進而想要努力地維護它。--(謝涵婕)</p> <p>拍攝短片、微電影來表達理念，不僅能把自己的活動紀錄化，更需要考慮美感和邏輯以及說故事的能力，是一件非常具有挑戰性的任務，很高興我和夥伴能堅持並完成它和更多人分享我們的想法，十分謝謝指導我們的賴曉雲老師。(陳佑慈)</p> <p>對於將翻轉教學推廣得如此不遺餘力的，我想只有賴曉雲老師了。課本是死的，但教學是活的。不論是詩、小說、微電影還是網界比賽，老師的教學代表著機</p>

	<p>會，是讓我們學生能好好發掘自己所處的社會，透過思維、文字或影像發展自己潛力的機會。對於賴曉雲老師來說，教育應該是雙向交流的，課堂上要有互動，就算有時爭論，但何嘗不是更加深入的學習呢？賴曉雲老師推崇著教育的自由，讓學生能發揮自己的天賦;除此之外，老師更是相信每個學生都是可造之才，不僅因材施教，更會好好鼓勵學生。我想，很難再遇到像賴曉雲老師這樣特別、認真的老師了。（嚴仕謀，復興實中第九屆）</p> <p>期許透過本教案分享教學的價值，讓跟我們一樣身處城市中的其他學校師生們，也能透過活化的國文、生物等課堂，認識近郊的友善農法。</p> <p>（賴曉雲老師）</p>
--	---