**臺北市松山區民權國小104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**2016/07/01星期五**(校內)** | **飲食紅綠燈** | 上午0108:00-08:30學員報到08:30-09:30相見歡+任務分組上午0209:30-10:30六大食物與七大營養素上午0310:30-11:30超市尋寶-戶外 | 曾玉玲湯雅惠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 | 曾玉玲 湯雅惠連婉婷 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0113:00-14:00超市尋寶-電腦教室下午0214:00-16:00什麼是食品追溯?下午0316:00-17:00時光寶盒：回顧與討論 | 曾玉玲 湯雅惠連婉婷 林芸黃梅芬 曾義祥張貽然曾玉玲 湯雅惠連婉婷 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**2016/07/02星期六**(農場)** | **種植希望之苗** | 上午0108:00~08:30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0209:00~11:00農物體驗02：鬆土、作畦練習上午0311:00~11:30農物體驗03：採收小黃瓜(午餐用) | 馬丁農夫曾玉玲 湯雅惠連婉婷 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0113:30~14:30生態美學：生態素描教學下午0214:30~16:30田野生態探索下午0316:30-17:00時光寶盒：回顧與賦歸 | 王鈴惠徐建國曾玉玲 湯雅惠連婉婷 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。 |
| **農家的禮讚**2016/07/03星期日**(農場)** | **收穫的喜悅** | 上午0108:00~08:30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0210:30~12:00撿食材火-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0113:30~15:00省思時間：農務運作的認識與回顧。下午0215:00~16:30農夫生活或田園風光的各類文學作品導讀與欣賞下午0316:30-17:00時光寶盒：回顧與賦歸 | 曾玉玲湯雅惠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。 |
| **食在愛反思**2016/07/04星期一**(校內)** | **食來育轉** | 上午0108:00~10:30美味的代價-影片深度討論上午0210:30~12:00徐仲-從產地到餐桌 | 曾玉玲 湯雅惠連婉婷 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 | 曾玉玲湯雅惠 | 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0113:30~15:00樂活健康餐點-食譜競賽下午0215:00~16:30光榮時刻發表;貴賓致詞暨頒發紀念獎狀與獎品下午0316:30-17:00時光寶盒：珍重再見 | 曾玉玲湯雅惠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。 |