

「2021 台灣優良農產品-水產品優良教案徵選活動」報名基本資料及教案

水產品教案			
教案名稱	水產品知多少		
適用年級	六年級	節數	6 節/240 分鐘
主要領域	<input type="checkbox"/> 本國語文（含鄉土語言） <input type="checkbox"/> 外國語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會（品德教育） <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 資訊/科技 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 綜合活動（含學生公民素養） <input type="checkbox"/> 藝術與人文 <input type="checkbox"/> 公民 <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 物理 <input type="checkbox"/> 化學 <input type="checkbox"/> 地球科學 <input type="checkbox"/> 其他：_____（請自行填入）		
次要領域	<input type="checkbox"/> 本國語文（含鄉土語言） <input type="checkbox"/> 外國語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會（品德教育） <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 資訊/科技 <input checked="" type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 綜合活動（含學生公民素養） <input type="checkbox"/> 藝術與人文 <input type="checkbox"/> 公民 <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 物理 <input type="checkbox"/> 化學 <input type="checkbox"/> 地球科學 <input type="checkbox"/> 其他：_____（請自行填入）		
設計理念	<p>「農產品」是生活中大家所熟悉的，但「水產品」並非學生所聽過的，因此想藉由此課程設計，讓學生了解「水產品」，並進而理解水產品的營養價值及其與人體健康的關係，來實踐健康生活的習慣。除此之外，更是要建立生態保育與環境永續的觀念，培養學生愛護自然、珍惜資源的行動力。</p> <p>課程設計了三個活動：活動一是從「農產品」到「水產品」，由農產品帶到水產品，讓學生認識水產品，以及發現與正確標出營養午餐菜單中的水產品；活動二是「水產中的良品」，藉著 CAS 水產品文宣，讓學生區分水產品種類、分辨水產品的特色，以及指出選購水產品的方法，再由水產品的特色來建立水產品質安全的觀念，以及保護水產生物生存環境的生態保育與環境永續的觀念；活動三是「水產品」知多少，就水產品的特性、營養成分、水產食品與人體健康關係，培養學生身體保健的習慣。</p>		

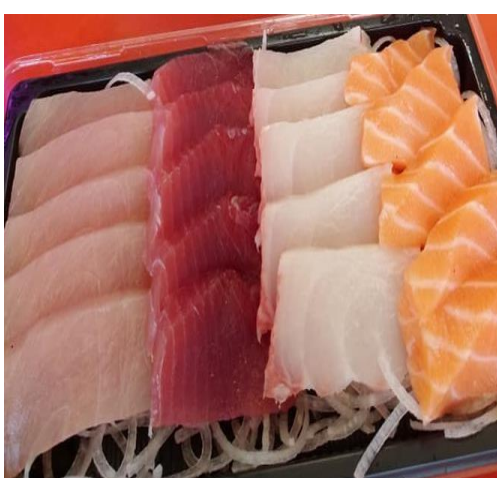
<p>核 心 素 養</p>	<p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p> <p>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p> <p>自-E-A1 能運用五官，敏銳的觀察周遭環境，保持好奇心、想像力持續探索自然。</p> <p>自-E-B3 透過五官知覺觀察周遭環境的動植物與自然現象，知道如何欣賞美的事物。</p> <p>自-E-C1 培養愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力。</p>	
<p>學 習 重 點</p>	<p>學 習 表 現</p>	<p>4a-I- 2：養成健康的生活習慣。</p> <p>4a-III-3：主動地表現促進健康的行動。</p> <p>1a-III-2：描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>1b-III-3：對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2b-III-1：認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>ah-II-1：透過各種感官了解生活週遭事物的屬性。</p> <p>ai-II-1：保持對自然現象的好奇心，透過不斷的探尋和提問，常會有新發現。</p> <p>po-II-1：能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。</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>Da-III- 1：衛生保健習慣的改進方法。</p> <p>Ca-III- 1：健康環境的交互影響因素。</p> <p>Ca -III- 3：環保行動的參與及綠色消費概念。</p> <p>INb-II-7：動植物體的外部形態和內部構造，與其生長、行為、繁衍後代和適應環境有關。</p> <p>INg-III-2：人類活動與其他生物的活動會相互影響，不當引進外來物種可能造成經濟損失和生態破壞。</p> <p>INg-II-1：自然環境中有許多資源。人類生存與生活需依賴自然環境中的各種資源，但自然資源都是有限的，需要珍惜使用。</p>

學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識水產品，並舉例說出水產品。 2. 能標示營養午餐菜單中的水產品。 3. 能組織選購水產品的方法。 4. 能述說水產品的營養成分。 5. 能解析水產食品與人體健康關係。 6. 能認同環境永續與生態保育的重要性。 			
教學活動內容及實施方式		時間	學習評量	備註
<p>【活動一】從「農產品」到「水產品」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師請學生發表，「農產品」是什麼。 2. 老師請學生舉例自己認識的「農產品」。 3. 老師結論「農產品」的定義，以及「農產品」的種類。 4. 老師請學生發表，「水產品」是什麼。 5. 老師請學生舉例發表自己認識的「水產品」。 6. 老師結論「水產品」的定義(附件一)，以及「水產品」的種類。 7. 老師請學生將營養午餐的菜單中屬於「水產品」的用藍筆圈起來。 8. 老師帶領學生一起檢視營養午餐的菜單中(附件二)的水產品有哪些。 9. 老師統整：水產品的定義及水產品的種類。 10. 老師請學生完成「學生自評表」活動一的部分，根據各項目為自己的表現星級塗上顏色。 		40 分鐘	<p>能舉例說出農產品</p> <p>能舉例說出水產品</p> <p>能正確圈出菜單中的水產品</p> <p>能專注聆聽</p> <p>能專注聆聽</p>	教師評量表評量學生表現
<p>【活動二】「水產中的良品」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師以 CAS 水產品 DM(財團法人台灣優良農產品發展協會官網/下載專區/CAS 標章水產品文宣及標章宣導簡報 /CAS 水產品 DM-2)，複習上一堂課介紹的「水產品」的種類：超低溫冷凍水產品、冷凍水產品、冷藏水產品、罐製水產品及乾製水產品等五大類。 2. 學生分組，老師請各組學生在小白板上，寫下五大類水產品各兩種食物。 3. 老師請各組學生派一人拿著小白板發表，由其他組學生以「超級圈叉比」來檢視該組是否舉例正確。例如：乾製水產品有鮪魚糖，其他組的學生用手在頭上比圈，或是在胸前雙手交叉比叉。 4. 老師以 CAS 水產品 DM(財團法人台灣優良農產品發展協會官網/下載專區/CAS 標章水產品文宣及標章宣導簡報 /CAS 水產品 DM-1、2)，向學生介紹 CAS 台灣優良水產品，以及水產品的特色。 5. 老師提醒學生水生生物的生存環境、生態保育、環境永續的重要性。 		120 分鐘	<p>能說出五大類水產品</p> <p>能積極參與課堂活動</p> <p>能專注聆聽</p> <p>能理解生態保育與環境永續的重要性</p>	

<p>6. 老師請學生發表自己觀察到的、聽到的，或是和家人一起挑選水產品的經驗。例如：傳統市場、生鮮超市，家人挑選水產品的考量點與方法。</p> <p>7. 老師以 CAS 水產品 DM(財團法人台灣優良農產品發展協會官網/下載專區/CAS 標章水產品文宣及標章宣導簡報/CAS 水產品 DM-2)，向學生介紹選購水產品的方法。</p> <p>8. 老師統整：老師以 CAS 標章宣導簡報「水產中的良品」(財團法人台灣優良農產品發展協會官網/下載專區/CAS 標章水產品文宣及標章宣導簡報/CAS 標章宣導簡報)，統整 CAS 台灣優良水產品、選購水產品的方法，並強調生態保育、環境永續的重要性。</p> <p>9. 老師請學生完成「學生自評表」活動二的部分，根據各項目為自己的表現星級塗上顏色。</p> <p>【活動三】「水產品」知多少</p> <p>1. 老師請學生說說看 CAS 台灣優良水產品的特色及選購方法。</p> <p>2. 老師請學生發表水產品的特性—多樣性、地域性、季節性、大量生產性、容易腐敗性。</p> <p>3. 老師統整學生發表水產品的特性。</p> <p>4. 老師引導學生發表水產品的營養成分。</p> <p>5. 老師結論水產品的營養：蛋白質、脂質、碳水化合物、維生素、礦物質和水份。</p> <p>6. 老師請學生發表水產食品與人體健康關係。</p> <p>7. 老師結論水產食品與人體健康關係：多吃水產食品可增進人體的健康，亦可預防各種疾病的發生。</p> <p>8. 老師總結：水產品的定義及水產品的種類、選購水產品的方法及 CAS 標章、水產品的特性營養成分與人體健康，並提醒學生多選購具有 CAS 標章的農產品。</p> <p>9. 老師請學生完成「學生自評表」活動三的部分，根據各項目為自己的表現星級塗上顏色。</p>	<p>80 分鐘</p>	<p>能主動發表</p> <p>能專注聆聽</p> <p>能主動發表</p> <p>能積極參與課堂活動</p> <p>能專注聆聽</p>	<p>教師評量表評量學生表現</p> <p>教師評量表評量學生表現</p>
<p>參考資料</p>	<p>1. 財團法人台灣優良農產品發展協會官網 https://reurl.cc/8330zy、CAS標章水產品文宣及標章宣導簡報</p> <p>2. 高雄市政府海洋局 https://kcmb.kcg.gov.tw/cp.aspx?n=3102A1912091A41D</p>		
<p>教學省思與建議</p>	<p>學生常常聽到「農產品」，但對於「水產品」這個詞較陌生，但是經過活動一當中老師的說明之後，學生不約而有的表示只是不認識「水產品」這個說法！在正確標示營養午餐菜單中的水產品時，學生能夠主動思考茶壺湯的內容物會有柴魚和魚板，而柴魚和魚板也是水產品！藉由這個課程的設計與實施，部分不喜歡吃水產品的學生，經由其他同學的強力推薦，也願意嘗試自己不喜歡吃的水產品呢！除此之外，也有學生表示因為這一課程，使得她能夠與家人分享選購水產品的方法與注意事項，使得家人對她刮目相看！</p>		

附件一

這些水生生物，你認識嗎？你觀察過嗎？你吃過嗎？
由這些水生生物所製作而成的食品，稱為「水產品」。



附件二

中庄國小營養午餐菜單

◎請將菜單中屬於「水產品」者標示出來。

發行人:陳逸隆

出版:高雄市中庄國民小學

學生午餐供應委員會

執行編輯:倪睿嶸

本期主編:吳燕霏

編審:郭風秀

供應人數:930人

供應日數:21天

中庄國民小學110年09月午餐食譜

NO	日期	週	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他	熱量
1	2021/9/1	三	海鮮粥	酥炸雞塊				優酪乳	725.5
2	2021/9/2	四	地瓜飯	梅菜蒸魚	醋溜豆腐	木耳小白菜	芋頭甜湯	香蕉	837.5
3	2021/9/3	五	白飯	紹子肉燥	刺瓜燴魚羹	培根高麗	紫菜餛飩湯		694.2
4	2021/9/6	一	白飯	京醬肉絲	三色玉米	青江菜燴菇	刺瓜魚柳湯	果菜汁	689.3
5	2021/9/7	二	白飯	宮保雞丁	大瓜花枝	地瓜葉	茶壺湯	蘋果	766.9
6	2021/9/8	三	大滷麵	滷蛋	老師!茶壺湯裡有柴魚和魚板耶!			鮮奶	505.1
7	2021/9/9	四	白飯	旗魚豆腐	西芹鮮菇	油菜肉片	冬瓜粉圓	芭樂	759.7
8	2021/9/10	五	五穀飯	素燴咖哩	桂竹筍炒酸	培根青江菜	紫菜豆腐湯		531.5
9	2021/9/11	六	糙米飯	油菜肉片	麻婆豆腐	蒜香大陸妹	鮮菇蔬菜湯	果菜汁	691.7
10	2021/9/13	一	地瓜飯	豆輪燒肉	番茄炒蛋	蒜香綠花椰	排骨酥湯	黑豆奶	796.2
11	2021/9/14	二	白飯	蔥爆雞丁	冬瓜四喜	蟹味粉絲2	三菇湯	葡萄	675.5
12	2021/9/15	三	南瓜炒米粉	芝麻包			浮水魚羹	蘋果汁	543.5
13	2021/9/16	四	白飯	鳳梨豆醬蒸魚	木耳炒肉絲	蒜香油菜	綠豆湯	紅柿	818.7
14	2021/9/17	五	糙米飯	沙茶雞柳	香根干絲	蒜香芥蘭	海帶芽豆腐湯		541
15	2021/9/22	一	酸辣湯餃	葡萄餐包				優酪乳	727.8
16	2021/9/23	二	白飯	茄汁魚丁	落地丁香	炒A菜	仙草蜜	葡萄	782.7
17	2021/9/24	三	地瓜飯	三杯油腐鮑菇	木耳炒鳳梨	薑絲尼龍菜	當歸素羊肉湯		591.7
18	2021/9/27	四	芝麻飯	海帶花生燻肉	小黃瓜魷魚	扁魚白菜	餛飩湯	豆漿	723.1
19	2021/9/28	五	白飯	沙茶玉米雞丁	雪菜豆干	腐皮高麗	冬瓜湯	柚子	714.2
20	2021/9/29	一	豬肉燴飯	奶油餐包			火腿玉米濃湯	蘋果葡萄汁	771.6
21	2021/9/30	二	白飯	茄汁魚丁	小黃瓜炒肉	蒜香高麗	紅豆芋圓湯	芭樂	860.2

備註:1. 9月份供應午餐21日,收費882元。

110年9月印 份

2. 遇特殊狀況〔如颱風、退費、停水、停電〕變動食譜。

承印者:文鵬有限公司

3. 本校豆製品食材均使用非基因黃豆製品。

電話:5889076

◎根據每個項目，想想看，要給自己的表現幾顆星呢？

請將星星塗上顏色！

【活動一】從「農產品」到「水產品」	我的星級表現
我能舉例說出農產品	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能舉例說出水產品	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能正確圈出營養午餐菜單中的水產品	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能專注聆聽	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能主動發表	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能積極參與課堂活動	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
【活動二】「水產中的良品」	我的星級表現
我能舉例說出五大類水產品	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能說出水產品的特色	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能理解生態保育與環境永續的重要性	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能說出選購水產品的方法	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能專注聆聽	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能主動發表	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能積極參與課堂活動	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
【活動三】「水產品」知多少	我的星級表現
我能說出水產品的特性	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能說出水產品的營養成分	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能說出水產食品與人體健康關係	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能認識CAS 標章	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能專注聆聽	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能主動發表	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
我能積極參與課堂活動	☆ ☆ ☆ ☆ ☆

教師評量表

六年__班姓名_____

【活動一】 從「農產品」到「水產品」	學生的表現
能舉例說出農產品	
能舉例說出水產品	
能正確圈出營養午餐菜單中的水產品	
能專注聆聽	
能主動發表	
能積極參與課堂活動	
【活動二】 「水產中的良品」	學生的表現
能舉例說出五大類水產品	
能說出水產品的特色	
能理解生態保育與環境永續的重要性	
能說出選購水產品的方法	
能專注聆聽	
能主動發表	
能積極參與課堂活動	
【活動三】 「水產品」知多少	學生的表現
能說出水產品的特性	
能說出水產品的營養成分	
能說出水產食品與人體健康關係	
能認識 CAS 標章	
能專注聆聽	
能主動發表	
能積極參與課堂活動	
總分	

◎每個項目 5 分，共 20 個項目，滿分 100 分。