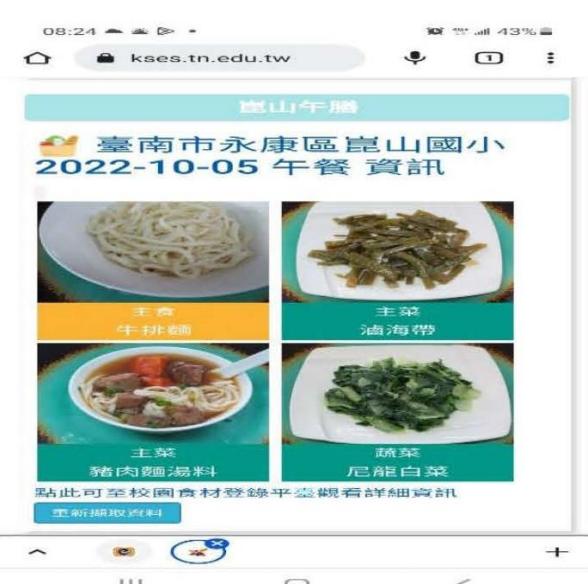
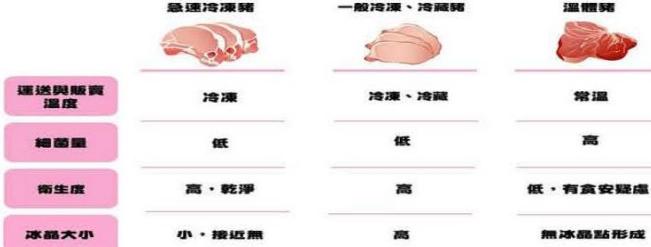


「111 年度優良國產豬教學教案徵選活動」教案

教學活動內容及實施方式	時間	學習評量	備註
<p>◎第一節課：胸有成豬—豬肉知多少</p> <p>教師課前準備：電腦、投影機、教學影片、PPT</p> <p>壹、教師引言：</p> <p>日常的學校營養午餐，一天一天地承載著我們的生活記憶，尤其是熱氣與香氣不斷刺激味蕾，令人饑涎欲滴的豬肉麵，更是同學們的最愛。</p> 	3分鐘	學生專心聆聽	
<p>台灣平均每年每人消費的77kg 肉類中，有39 kg 是豬肉，也可以說，豬肉是我們食用比例最高的主食。豬肉是動物性蛋白質、鐵、鋅及維生素B群的來源，在我們的飲食裡，扮演著重要的角色。因為豬與我們的生活息息相關，但我們對豬真的了解嗎？</p> <p>1. 教師播放影片：</p> <p>CAS Taiwan Pork 國產豬肉介紹影片</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=GT6SeCI9zXg2</p>	4分鐘	學生專心觀賞影片	

<p>2. 教師提問：</p> <p>(1) 以前為了節省成本，使用餽水飼養豬隻，現在為何不使用餽水了呢？</p> <p>(2) 豬隻的生命歷程分為哪六項？</p> <p>(3) 豬肉陳售狀況可分為哪三種肉品？</p>	2分鐘		
<p>貳、分組討論</p> <p>1. 各組針對教師提問的問題開始討論。教師進行組間巡視，留意小組間互動情形。</p> <p>2. 各組發表討論的結果 教師鼓勵學生大方分享，也留意沒發表的學生。 教師針對學生講述的重點予以整理與歸納，並針對學生疑問處提出補充與說明。</p>	8分鐘	口語評量 態度評量	
<p>教師補充說明</p> <p>1. 豬隻是經濟動物，在現代飼養科學和生物科技的加持之下，畜牧業會在追求動物最佳成長曲線和飼料成本之間取得最有效益的飼養方式。因此，現今養豬業者飼養豬隻會以黃豆、玉米為基礎，針對不同需求而添加各種維生素、礦物質，希望能讓豬隻營養均衡且充沛。有些品牌豬還講究用胡蘿蔔、地瓜或中草藥去餵豬，提高豬的肉質與油花，大幅提高豬肉的附加價值。</p> <p>2. 相對精準和科學的配方飼料，餽水的來源不明、成份不明，既無法得知餽水裡面有沒有會危害豬隻的東西，也不知道是否殘留人用的藥物成分，細菌、黴菌或病毒。使用廚餘餵食豬隻，不但養得不好，也讓豬隻暴露在極高的風險環境之中。</p>	3分鐘	學生專心 聆聽	

<p>3. 教師講述豬肉陳售狀況及肉品保存知識</p> <p>溫體豬肉：常溫下，豬肉保存期限約只有 12-24 小時。豬肉未經冷藏，無冰晶點產生；溫體豬保有水份、柔嫩多汁，但於室溫下保存，細菌繁衍快，生菌數高，易腐敗。</p> <p>冷藏豬肉(0°C~5°C)：冷藏保存，保存時間約 3-5 天。</p> <p>冷凍豬肉 (-25~-27°C)：冷凍保存，保存時間約 4-6 個月。</p> <p>豬肉冷凍、冷藏時，有冰晶點形成，組織遭到破壞，包裝袋易有血水流，缺乏豬肉彈性、口感較差，但生菌數低，豬肉易保存。</p> <p>急速冷凍豬肉 (-34~-45°C)：冷凍保存，保存時間約 12 個月。(豬肉經過急速低溫冷凍，冰晶點接近 0，能完整保留食材的新鮮口感和風味，同時抑制微生物生長，確保食用的新鮮與衛生。)</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>急速冷凍豬</th> <th>一般冷凍、冷藏豬</th> <th>溫體豬</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>運送與販賣溫度</td> <td>冷凍</td> <td>冷凍、冷藏</td> <td>常溫</td> </tr> <tr> <td>細菌量</td> <td>低</td> <td>低</td> <td>高</td> </tr> <tr> <td>衛生度</td> <td>高、乾淨</td> <td>高</td> <td>低，有食安疑慮</td> </tr> <tr> <td>冰晶大小</td> <td>小，接近無</td> <td>高</td> <td>無冰晶點形成</td> </tr> </tbody> </table> <p>(photo / 無毒農網頁)</p> <p>參、深入探討</p> <p>教師播放影片：從肉豬到豬肉 https://www.youtube.com/watch?v=jnU_uo-y9Ko</p> <p>教師說明：近年來，台灣陸續有不少傳統市場進行肉品改革，和世界許多對於生鮮肉品販售有強制規定的國家一樣，要求市場加裝冷藏設備。如仍偏好傳統市場採購，請選擇環境乾淨、有提供冷藏販售的攤位，採購時間盡量愈早愈好。這段豬從生到死的「畢</p>		急速冷凍豬	一般冷凍、冷藏豬	溫體豬	運送與販賣溫度	冷凍	冷凍、冷藏	常溫	細菌量	低	低	高	衛生度	高、乾淨	高	低，有食安疑慮	冰晶大小	小，接近無	高	無冰晶點形成	6 分鐘	學生專心聆聽	
	急速冷凍豬	一般冷凍、冷藏豬	溫體豬																				
運送與販賣溫度	冷凍	冷凍、冷藏	常溫																				
細菌量	低	低	高																				
衛生度	高、乾淨	高	低，有食安疑慮																				
冰晶大小	小，接近無	高	無冰晶點形成																				
	8 分鐘	學生專心觀賞影片																					

<p>業旅行」，便發現，若比照國際標準，從拍賣到屠宰，台灣仍有許多改善空間。</p> <p>教師總結：</p> <ol style="list-style-type: none"> 毛豬養到6、7個月大時，便從養殖場送往肉品市場拍賣，拍賣前先由獸醫檢查是否有明顯咳嗽、流鼻水、嘔吐下痢、口蹄水泡、皮膚病等臨床症狀，確認健康無虞後，才能進行拍賣程序。 生鮮豬肉進入「溫控時代」，建立宰殺、運輸、銷售的冷鏈物流後，不少人認為改革下一步就是採行「屠體評級」，也因為共同運銷的規模夠大，可以配合市場需要計劃出豬、調配豬隻，飼養者將豬交給共同運銷單位，隔日就能收到賣豬所得，過程十分方便且公開，讓飼養者更能專心養豬，而飼養者也會互相要求品質，提高共同運銷品牌的可見度。 <p style="text-align: center;">~ 第一節結束 ~</p> <p>第二節課：豬己豬彼—掌上明豬</p> <p>教師課前準備：電腦、投影機、教學影片、PPT</p> <p>壹、介紹三章一Q</p> <p>教師播放影片： https://www.youtube.com/watch?v=37H32jCHvvo</p> <p>三章一Q營養午餐 強化食安推廣在地食農文化</p> <p>教師說明：農委會推動三章一Q營養午餐計畫，鼓勵</p>	<p>5分鐘</p>	<p>學生專心 聆聽</p>	
	<p>3分鐘</p>	<p>學生專心 觀賞影片</p>	

學校午餐選用有機、產銷履歷、臺灣優良農產品等標章，以及具有台灣農產品生產追溯生鮮食材，來強化食材安全性，同時推廣在地食農文化，讓學童能夠吃到優質安全的國產農產品。



(photo /臺北市農業主題網)

貳、認識國產標章

1. 何謂三章一Q？

三章一Q為農委會推動之三個農產品標章(三章)及生產追溯標示(一Q)，其中三個農產品標章為臺灣有機農產品標章、產銷履歷農產品標章及CAS臺灣優良農產品標章；至生產追溯制度則包含臺灣農產品生產追溯標示、臺灣水產品生產追溯標示、雞蛋溯源標籤、禽肉溯源標籤及豬肉溯源標示。

10分鐘

能確實分
辨國產標
章



(photo / 臺灣優良農產品發展協會)

CAS 臺灣優良農產品，經過層層把關，是衛生安全高品質的優良農產品及加工品



(photo / 行政院農業委員會)

掃描產銷履歷標章上的 QR code 或輸入追溯碼，就可以在「產銷履歷農產品資訊網」，資訊公開透明，還可以追溯。而且產銷履歷農產品必須嚴格遵照「臺灣良好農業規範(TGAP)」，不用擔心用藥問題，讓消費者可以安心地吃。



有機農產品標章重新設計，葉子之意象，代表農產品

<p>是大自然恩賜，輔以中英文有機字樣供消費者辨識。其深度意涵，以三片葉子代表驗證單位、生產者與消費者緊密結合且向上伸展並以綠色代表純淨、不受污染之有機農業，象徵有機農業永續發展。</p>			
<p>教師說明三章一 Q 重要性：</p> <p>農委會推動學童午餐優先選用在地生產之可追溯性食材政策，鼓勵學校午餐選用有機、產銷履歷、台灣優良農產品 CAS 等標章或具有台灣農產品生產追溯 QR Code，為強化各式食材安全性及可追溯性，自 110 年起推動學校營養午餐全面採用國產可溯源食材，確保學童吃到來源明確、優質安全之國產農產品，增進學童環境保護意識、感受在地飲食文化，培養在地低碳飲食習慣，開展食農教育與生活教育。</p>	3 分鐘	學生專心聆聽	
<p>在日常生活中，若擔心食用肉類加工食品會攝取過量添加物，可選購通過 CAS 臺灣優良農產品標章驗證的產品，不要購買標示不明之產品。</p>			
<p>參、認識進口萊豬</p> <p>教師播放影片：</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=RhcbQ0L32iI</p> <p>七分鐘看懂萊豬爭議——臺灣開放含萊克多巴胺美豬、30 月齡以上美牛進口。萊豬政策宣布到上路只有短短 4 個月，政府雖然祭出更嚴格的標準，與臺灣豬認證標章，雙管齊下幫消費者把關，不少消費者仍有疑慮。萊克多巴胺到底是什麼？政府如何訂定食安標準？</p>	7 分鐘	學生專心觀賞影片	
<p>腦力激盪 Q&A</p>			

<p>Q1：什麼是萊克多巴胺？</p> <p>萊克多巴胺是一種相對安全的乙型受體素，原本開發用於治療人類氣喘，但效果並不顯著，因此停止臨床用藥開發未正式上市。添加於飼料中增加畜禽瘦肉比例、降低脂肪比例及改善飼料利用效率，做為動物肥育期飼料添加物。</p> <p>Q2：為什麼要開放美豬進口？</p> <p>在確保食安、照顧產業的前提下，政府希望爭取更大的國際空間，因此經過嚴謹的風險評估後，參考國際規範開放萊豬進口。臺灣是國際社會的一份子，除了考量國情與消費習慣，也必須遵守國際規範</p> <p>Q3：國內養豬可不可以使用萊克多巴胺？</p> <p>國產豬肉含有人體需要的營養素，如必需胺基酸、維生素B1、鋅，是優質蛋白質來源。也就是說，一餐菜色裡有國產豬肉，有助於生長發育，維持能量代謝，舒緩疲勞與焦慮。為確保臺灣豬肉競爭力，臺灣豬絕對不使用瘦肉精！</p> <p>依據食安法就肉品產地標示之規定，自 2021 年 1 月 1 日起生鮮肉品、加工食品、散裝食品、包裝食品、餐飲、團膳及所有消費通路都要全面清楚標示，對含有豬肉及其可食部位的食品，業者均皆應依規定標示其原料原產地，教育部亦將加強原產地標示稽查，促使業者正確標示原產地資訊；對於不肖業者亦將會依法開罰。</p> <p>教師說明</p> <p>為了學習綜合課程中金錢的運用、正確的金錢觀及金錢管理，因此班上將進行「市場採購趣・火鍋團隊情」課程活動。有別以往從家裡攜帶食材到校煮火鍋的方</p>	<p>5分鐘</p>		
	<p>1分鐘</p>		<p>8分鐘</p>

<p>式，我們將從金錢的討論到市場採買食材、清洗食材、煮火鍋等……全部都親自體驗。</p> <p>在傳統市場採買，不僅能與老闆面對面交流，更有多樣商品可供挑選。因此，如何找到符合需求的食材也是一門學問。分組討論攜帶物品與購買食材。</p> <p>學生進行分組討論</p> <p style="text-align: center;">~第二節結束~</p> <p>第三、四節課：豬市亨通—「市」尚玩家</p> <p>菜市場是一個很好的生活教育場域，讓學生從小接觸豐富食材故事、了解在地飲食文化、食物色彩教育、挑選標章豬肉商品、工具學等，並與店老闆進行首次交易，同時啟動市場環境提升的契機。從衛生友善的環境，到人與人的交流與傳承，市場將化為一間活生生的小學，傳遞生活知識。引導孩子購買豬肉時，除了豬肉本身品質及價格以外，販售場所的食品衛生與消費習慣也是保持豬肉品質很重要的關鍵。</p> <p>教師補充說明：</p> <p>豬肉購買管道多元，如何才能聰明採購豬肉？</p> <p>有三個注意事項：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 選擇販售店家：選擇使用冷鏈系統避免肉品變質以及符合食品衛生的販售場所。 2. 豬肉品質判定：好的豬肉有彈性，呈現肌肉紋理的淡紅色。若是軟塌滲出血水，飄散腥臭味，或轉變為褐色，則要注意是否已經變質。 3. 消費習慣養成：避免浪費和大量儲存，購買後適當運用、保存，並在豬肉最美味時享用完畢。 	<p>80分鐘</p>	<p>行進時注意車輛，留意自身安全</p>
---	-------------	-----------------------

學校附近的菜市場與學校課程結合，讓班上每位學生都有到市場學習的體驗，也帶動市場環境的改善與傳承。從菜市場到餐桌，讓學生的對話從電視卡通轉換到食物上面。

※分組採買時，教師行間巡視，嚴禁同學追逐奔跑。

帶學生去菜市場買食材，有很多能力可以學習，可以認識自己所吃食物的原料、可以組合食材的創意、可以計算數字，更可以跟老闆溝通！



選購國產豬肉最安心



我們都是購物小高手

~第四節結束~

<p>第五、六節課：豬事大吉一大快朵頤</p> <p>分組負責處理食材至適當食用大小</p> <p>※由於火鍋烹調需要各式可入鍋的新鮮食材，從教學過程中知道，學生對於切菜、清洗食材通常缺乏足夠的經驗，但非常有興趣學習。只是需要老師在旁邊幫忙指導刀具的安全使用方式，與各式食材應該如何處理成適當的大小。</p> <p>各組開始煮火鍋，教師留意卡式爐用火安全。 引導學生將鍋子裝入七分滿的湯汁，卡斯爐開火，將湯汁煮滾，再放入火鍋料。 煮火鍋時，引導學生注重團隊合作、安全不嬉鬧，拿材料或借用用具時小聲有禮貌，材料弄髒或灑出來時，能鎮靜立即處理，多請教別人與讚美欣賞別人的表現</p>  <p>用完餐後，各組開始進行善後工作。</p> <p style="text-align: center;">~第六節結束~</p>	<p>10 分鐘</p> <p>60 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>處理食材時注意安全</p> <p>注意用火安全</p> <p>團隊合作完成狀況</p>
---	--	--

第七、八節課：妙語如豬—書寫感動

壹、教師引言：

料理是記憶的釋放，情感的舒展，蘊含了哲理，詮釋了人生！歲月的痕跡行走在餐桌上，雖無聲卻載動著鏤刻的雋永。

教師說明：飲食文學已經流行一陣子了，書寫內容真正要懷念的不是食物的味道，而是，那些潛藏在食物底下的那些執著真摯的情感。品嘗食物是每天例行的，大家對此都有豐富的經驗，再加上電視美食節目、報章雜誌飲食文學專欄的推波助瀾。食物之所以吸引人，除了它本身的味道，還有一個原因就是食物承載著人際之間的交流和關懷。

5分鐘

貳、教師與同學共同討論寫作大綱。

(以下各段重點參考用，學生可依照自己想法來進行創作。)

題目：幸福（難忘）的甜蜜時光

第一段：美食是有溫度的，傳遞著細微卻有力的情感！像是一把鑰匙，能打開記憶的寶庫。

第二段：描述自己對於「市場採購趣・火鍋團隊情」課程活動印象深刻的原因。

臺灣好豬味，幸福最對胃！描述購買國產豬肉與相關食材的心得。

第三段：說明團隊合作過程，或說明煮火鍋過程或口感。（香氣誘惑蠢蠢欲動的味蕾，滋味在唇齒尖流竄，馥郁美味層次堆疊，總令人意猶未盡。）

第四段：如果一種陶然沉醉，能讓自己輕易獲得快樂，便是生活最棒的享受。煮一鍋暖呼呼的火鍋，全組圍在一起享用盡情歡樂談笑，永遠是我記憶裡最幸甜蜜時光。

10分鐘

口語評量
態度評量

<p>寫作參考成語：</p> <p>胃口大開、食指大動、垂涎三尺、垂涎欲滴、津津有味、狼吞虎嚥、細嚼慢嚥、大快朵頤、山珍海味、齒頰留香、杯盤狼藉、饑腸轆轤、香味撲鼻、回味無窮、入口即化、拭目以待。</p>	60分鐘	實作評量	
<p>學生創作時，教師走動式巡視，引導學生精練或修改句子。</p>	2分鐘	學生專心聆聽	
<p>教師補充關於台灣豬的個人創作。（附件一）</p>	3分鐘		
<p>教師總結整個課程所學。</p> <p>臺灣好豬味，幸福最對胃！美味的食物總是令人垂涎三尺，而國產豬肉的美味，更是眾人皆知的。學校營養午餐與我們到市場採購時，皆選用國產豬肉，不僅新鮮、健康又環保，現在透過農委會大力推動的三章一Q在地食材計畫，鼓勵學校午餐選用CAS臺灣優良農產品、產銷履歷等標章的優質國產豬肉，跟可追溯之國產豬肉，更直接強化食材的安全性。</p> <p>支持國產豬！支持臺灣豬！國產豬肉含有人體所需要的營養素，如必需胺基酸、維生素B1、鋅，是優質蛋白質來源。也就是說，一餐菜色裡有國產豬肉，有助於生長發育，維持能量代謝，舒緩疲勞與焦慮，好處多多！面對進口豬肉有萊克多巴胺的疑慮，我們更要多吃鮮甜無腥味的國產豬，認明標章，吃美食好安心！</p>			

參考資料	<p>書籍</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 李玉瑩（2007）。《細味：食物往事追憶》台北市：天行者。 2. 凌煙（2019）。《舌尖上的人生廚房：43道料理、43則故事，以味蕾交織情感記憶，調理人間悲歡》台北市：聯經出版公司 3. 鄒芷茵（2019）。《食字餐桌》台北市：後話文字工作室。 <p>相關網站</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 無毒農https://greenbox.tw/Blog/BlogPostNew/6606/ 2. 臺灣農業故事館 https://theme.coa.gov.tw/theme_list.php?theme=storyboard&pid=49 3. 行政院農業委員會https://4blq.coa.gov.tw/qa_list.php 4. 臺北市農業主題網 https://www.recreational-agriculture.taipei/ 5. 農業兒童網https://kids.coa.gov.tw/list.php?func=about 6. 財團法人台灣綠色食品暨生態農業發展基金會 https://tgff.org.tw/NP/
建議	<p>教學活動設計應顧及學生的能力、興趣及多元智能需求，靈活採用各種有效的教學策略，以達成教學目標。藉由不同的教學方式發現學生的學習過程有著時而微妙，時而令人驚奇的表現，當學生願意在學習時回饋教師的面向是多元且有不同的觀點，正所謂教學相長，但倘若學習對相關議題不甚了解時，教師需轉換不同教學方式進行教學活動，以持續吸引學生的目光。而課程學習效果的評量方式多元化，有學習態度、分組討論、個別與分組回答、創意寫作等等，經由師生及同儕的對話和討論，讓學生能從同儕交流中，完成擷取訊息、統整解釋、省思評鑑等歷程，使不同特質的學生都有發揮的機會，也讓學生有不同形式的學習成效展現。</p> <p>健康好豬味，營養好幸 FOOD！每一個孩子，都是一顆希望的種子，孩子最需要的就是老師和家長們多一點的關懷、鼓勵與協助。教學要有所成效，除了老師與學生投入之外，家長若能從中給予適當學習環境，及與老師做良性的雙向溝通，使親、師、生三方面環環相扣，大家共同來關心學生的成長歷程，讓學生願意從內心激發出學習動機，相信學生會對國產豬肉更加了解與認識。</p>

臺灣好豬味，幸福最對胃（附件一）

杜弘毅老師

刈包是頗受歡迎的道地臺式小吃，在臺灣已超過數十年的飄香好味道。蒸過的刈包外皮綿滑細緻，包覆著香軟中又帶有彈性的焢肉，細細咀嚼軟嫩滷肉，飽含著滿滿的滷汁精華，感受著台灣豬肉豐盈的油花在味蕾綻放出馥郁不膩的感動，綴上幾葉香菜與濃郁香純的花生粉，大口咬下，美味餡料瞬間湧入雙頰，幸福滋味滿溢齒頰間，迸發出香甜又不失清爽的經典好滋味。

為了讓顧客大飽口福，老闆在用料時從不手軟。總喜歡在刈包中多放一塊焢肉，厚實彈嫩的焢肉也讓整個刈包沉甸甸的，不僅美味同時兼顧份量，不只吃得飽，還吃得巧，讓人大呼過癮、暢快滿足！除了刈包之外，四神湯精熬湯頭喝下的每一口都回甘回味，也令人讚不絕口，而四神湯裡頭有滿滿的薏仁、Q彈脆口的豬腸及豬肚，真是太迷人啦！

傳統刈包搭配清甜溫順、料多味美的四神湯，這看似簡單的組合，卻充滿驚喜美味平衡，這毫無違和感的好味道，每一口都是大大的滿足，讓刈包與四神湯的組合成了一種療癒，感動在唇齒間不

斷蔓延，這不僅是許多在地人從小吃到大的美食，也是許多顧客永不褪色的青春記憶。

臺灣好豬味，幸福最對胃！歷史悠久的刈包，秉持簡單原則也能締造經典，店內所有的餐點，皆是採用新鮮、天然的原料親手製成，絕無添加味素與人工香料。如此真材實料的經典在地古早味，每一口都讓人無法抗拒，也打造出令人回味無窮的臺灣好豬味。

來到臺南，走過、路過，可千萬不要錯過了！