

〈附件 3〉

宜蘭縣政府 112 年度原住民族文化課程優良教案甄選實施計畫

— 教案 —

一、教案名稱：泰好吃

二、設計理念：

學校位於宜蘭縣南澳鄉，校內學生多為泰雅族人。泰雅族祖先過去長久居住於高山，山林裡的野生植物，就是大自然賜於人們的天然資源。祖先們依靠山林產業延續生命，有什麼就吃什麼，部落裡常見的野菜只要簡單調味，對族人來說都是山珍海味，也認為食用天然食材有益健康。

一年級的學生好奇心重，對探索、體驗、觀察活動及遊戲都很感興趣，班上多數學生在幼兒園時期，曾經在部落看常見野生食材，如香蕉、刺蔥、山蘇等，而且家人也常會料理烹煮，但有些學生並不知道野菜的名稱及完整的樣貌，故在設計課程，希望學生除了食用之外，可進一步理解野生食用植物與泰雅部落之間的關係。

藉由《泰好吃》的校訂課程主題，讓學生透過探索、觀察與體驗及遊戲，能理解部落常見可食用野植物之生長環境、功效與跟族人生活運用的關係，並藉由野生食用植物的概念理解、部落踏查及料理製作的學習歷程，讓學生實際參與各項學習活動，增加學習實作泰雅野生食材之採集及簡單料理，且能聽懂或用簡單的泰雅族語說出植物名稱，達到傳承泰雅族人智慧及文化創新之素養。(600 字以內)

三、教學活動設計(*如備註 1)：

主題/單元名稱	泰好吃		
參加教育類組	<input checked="" type="checkbox"/> 國小組 <input type="checkbox"/> 中學組		
評選主題 (可複選)	<input type="checkbox"/> 原住民族語言文學之保存及傳承。 <input type="checkbox"/> 部落與原住民族之歷史經驗。 <input type="checkbox"/> 原住民族之名制、傳統制度組織運作或其現代轉化。 <input type="checkbox"/> 原住民族藝術與樂舞。 <input type="checkbox"/> 原住民族土地與生態智慧。 <input checked="" type="checkbox"/> 原住民族營生模式。 <input type="checkbox"/> 部落倫理與信仰。 <input type="checkbox"/> 其他與原住民族相關之議題。		
族別 (*如備註 2)	泰雅族	語言別 (*如備註 2)	宜蘭澤傲利
實施年級	一年級	總節數	共 8 節， 320 分鐘

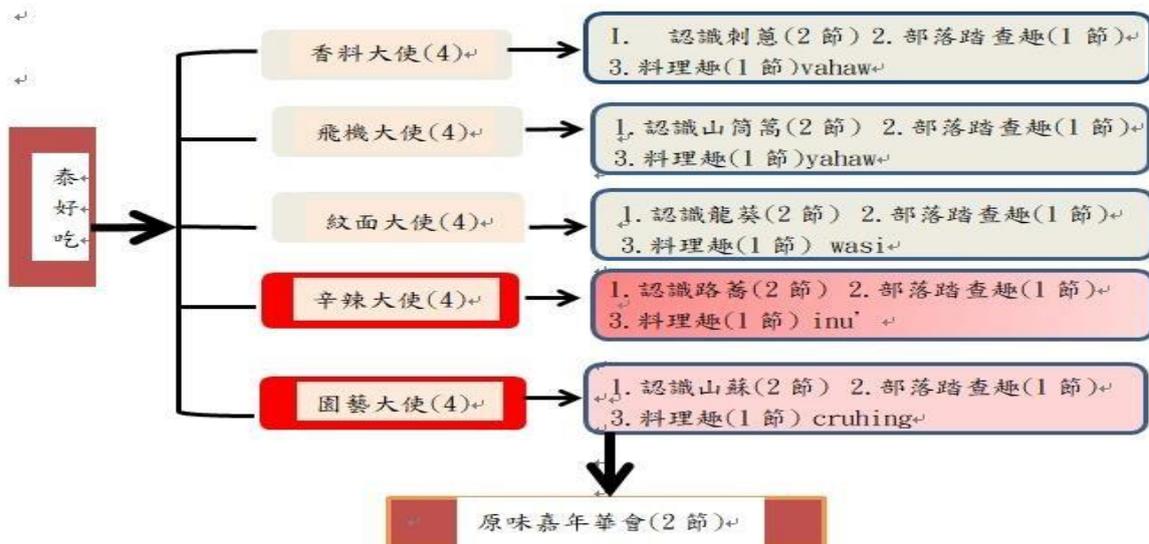
課程類型 (可複選)	<input type="checkbox"/> 部定課程 (必修/選修): <input checked="" type="checkbox"/> 校訂課程 (必修/選修): <input type="checkbox"/> 彈性學習課程: <input type="checkbox"/> 選修課程: <input type="checkbox"/> 跨領域課程 (含協同教學): <input checked="" type="checkbox"/> 其他 (如團體活動): 融入數學、生活課程、母語課程		
教學型態 (可複選)	<input checked="" type="checkbox"/> 單獨班級教學 <input type="checkbox"/> 全校教學 <input type="checkbox"/> 同年級班群教學 <input type="checkbox"/> 混齡年級教學 <input type="checkbox"/> 其他 (說明: _____)		
適用對象	<input type="checkbox"/> 原住民族實驗學校 <input type="checkbox"/> 一般學校 <input checked="" type="checkbox"/> 原住民重點學校 <input type="checkbox"/> 其他 (說明: _____)		
核心素養 (可複選)	*自主行動 <input checked="" type="checkbox"/> 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> 系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 規劃執行與創新應變 *溝通互動 <input checked="" type="checkbox"/> 符號運用與溝通表達 <input checked="" type="checkbox"/> 科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術涵養與美感素養 *社會參與 <input type="checkbox"/> 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> 多元文化與國際理解		
領域/科目 核心素養	生活-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。 生活-E-C2 覺察自己的情緒與行為表現可能對他人和環境有所影響，用合宜的方式與人友善互動，願意共同完成工作任務，展現尊重、溝通以及合作的技巧。 生活-E-C3 欣賞周遭不同族群與文化內涵的異同，體驗與覺察生活中全球關連的現象。 原住民族語言-E-A1 具備說族語的基本能力及習慣孕育原住民組文化主體性的意識與自信，啟發對族語文化的興趣。 數-E-B2 具備報讀、製作基本統計圖表之能力。		
學習表現	生活 2-I-1 以感官和知覺探索生活，覺察事物及環境的特性。 生活 2-I-3 探索生活中的人、事、物，並體會彼此之間會相互影響。 生活 2-I-4 在發現及解決問題的歷程中，學習探索與探究人、事、物的方法。 生活 2-I-5 運用各種探究事物的方法及技能，	學習內容	生活 A-I-3 自我省思。 生活 B-I-1 自然環境之美的感受。 生活 C-I-2 媒材特性與符號表徵的使用。 生活 C-I-3 探究生活事物的方法與技能。 生活 C-I-5 知識與方法的運用、組合與創新。 生活 D-I-3 聆聽與回應的表現。 生活 D-I-4 共同工作並

	<p>對訊息做適切的處理，並養成動手做的習慣。</p> <p>生活 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>生活 3-I-3 體會學習的樂趣和成就感，主動學習新的事物。</p> <p>生活 4-I-2 使用不同的表徵符號進行表現與分享，感受創作的樂趣。</p> <p>生活 4-I-3 運用各種表現與創造的方法與形式，美化生活、增加生活的趣味。</p> <p>生活 6-I-2 體會自己分內該做的事，扮演好自己的角色，並身體力行。</p> <p>生活 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。</p> <p>生活 7-I-2 傾聽他人的想法，並嘗試用各種方法理解他人所表達的意見。</p> <p>生活 7-I-4 能為共同的目標訂定規則或方法，一起工作並完成任務。</p> <p>生活 7-I-5 透過一起工作的過程，感受合作的重要性。</p> <p>語文領域-本土語文(原住民族語文)</p> <p>1-I-4 能聽懂所學的語詞意義。</p> <p>語文領域-本土語文(原住民族語文)</p>		<p>相互協助。</p> <p>生活 F-I-1 工作任務理解與工作目標設定的練習。</p> <p>生活 F-I-2 不同解決問題方法或策略的提出與嘗試。</p> <p>原住民語 Ab- I -1 Ab- I -2 語詞的意義。</p> <p>原住民語 Bg- I -1 常見的農作物名稱</p> <p>數學 D-1-1 簡單分類：以操作活動為主。</p>
--	--	--	--

	<p>2- I -3 能說出所學的語詞。</p> <p>數學 d-I-1 認識分類的模式，能主動蒐集資料、分類，並做簡單的呈現與說明。</p>		
--	---	--	--

<p>學習目標</p>	<p>一、探索校園裡及部落裡的泰雅常見野生食用植物，讓學生透過五感觀察，親身操作體驗等，對植物產生高度興趣與學習動機，能夠欣賞植物奧秘、生態之美，並願意主動了解植物生態相關知識，</p> <p>二、記錄泰雅野生可食用植物之外型特色、味道、觸覺、功能及生長環境，提出與其相關的生活經驗分享與疑問。</p> <p>三、品嚐體驗部落長輩煮食的泰雅野生食用植物料理，並分享品嚐心得。從料理的體驗中，學習用泰雅語說出與描寫出泰雅常見野生食用植物之名稱，察覺泰雅族人在生活中運用泰雅野生食用植物的料理方法。</p> <p>四、透過蒐集泰雅常見野生食用植物的食譜調查活動，理解泰雅族人與野生食用植物的關係；並將蒐集到的食譜進行整理與分享。</p> <p>五、能遵守約定的分工與規範，一起合作採摘及清洗完成泰雅野生食用植物，並觀察部落長老料理講解，最後品嚐料理。</p> <p>六、透過學習泰雅野生食用植物學習手冊及嘉年華料理活動，感受泰雅文化的珍貴，樂於持續發揮揚傳統泰雅文化~分享。</p>
-------------	---

課程架構



學習活動設計

教學流程	時間 (分)	評量方式	教學資源	備註
<p>~~ 辛荊大使~~落蕎</p> <p>一、引起動機</p> <p>(1) 翻翻樂-它是誰</p> <p>(2) 野菜是什麼? 老師說明野菜的義意 遠古時代都是天然野生的, 也就是都曾屬於野菜的範疇。隨著社會發展, 人類開始對野菜進行人工種植, 逐漸馴化成了我們現在食用的蔬菜。</p> <p>(3) 充電站-記憶大師 透過小遊戲認識一些蔬菜(野菜)</p> <p>二、發展活動</p> <p>1 認識辛辣大使~落蕎</p> <p>(1) 閱讀文章~學生個人閱讀</p> <p>(2) 挑戰高手</p> <p>① 這篇文章主題是什麼?</p> <p>② 你吃過落蕎嗎? 它長得像什麼?</p> <p>③ 落蕎適合在那一個季節?</p> <p>④ 你在那裡看過?</p> <p>⑤ 落蕎有那些功能? 具有提高體溫、活絡氣血並通便順腸的效果, 每天食用就能清除血栓、降低血糖並預防心絞痛。。</p> <p>⑥ 因為產期較短? 人們常用什麼方式保存? 醃漬的方式保存</p> <p>⑦ 你吃過那種落蕎料理?</p> <p>2. 落蕎小百科</p> <p>(1) 教學簡報-老師分享</p> <p>(2) 原民小達人-植物達人賽</p> <p>① 請問落蕎長得像什麼?</p> <p>② 請問落蕎吃起來像什麼</p> <p>③ 落蕎有那些功效?</p> <p>④ 那一張是落蕎?</p> <p>⑤ 五辛是指那些?</p> <p>⑥ 你曾吃過那些落蕎料理? 口感如何?</p> <p>⑦ 你知道落蕎有那些料理?</p> <p>⑧ 可以分享家人料理過的落蕎料理?</p> <p>⑨ 你還吃過那些醃漬品</p>	<p>10</p> <p>15</p> <p>15</p> <p>15</p> <p>10</p> <p>15</p>	<p>口頭評量</p> <p>口頭評量</p> <p>分組回答學習單</p> <p>能大聲閱讀</p> <p>電子題目 互動遊戲 學習單</p> <p>能回答落出 正確答案</p> <p>學習單</p>	<p>翻翻樂簡報 4-1</p>  <p>簡報 4-2</p> <p>學習手冊第 8 頁</p> <p>挑戰高手題目 簡報 4-3</p> <p>落蕎小百科教學簡報 4-4</p> <p>植物達人賽簡報 4-5</p> <p>尋寶圖 4-6 落蕎拼圖 4-7 電子標籤</p>	

<p>⑩家人曾做過那些醃漬品?</p> <p>⑪落蕎被日本人稱為什麼?</p> <p>(3)尋寶趣-學生透過尋寶問題回答</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 拼圖-電子拼圖~~請學生使用平板拼圖</p> <p>2. 落蕎電子標籤~</p> <p>學生拼完後可以進入電子標籤 觀看</p> <p>3 學習單</p> <p>4. 後測-google 表單</p>	<p>5'</p> <p>10'</p>	<p>能拼出植稱</p> <p>能看完電子標籤</p> <p>表單分數</p>	<p>4-8</p> <p>google 表單</p>  <p>後測表單</p>	
<p>~~第一、二節完~~</p> <p>一、引起動機</p> <p>1. 行前大烤問_複習</p> <p>(1)請問落蕎長得像什麼?</p> <p>(2)請問落蕎吃起來像什麼</p> <p>(3)落蕎有那些功效?</p> <p>(4)你在部落申那裡看過?</p> <p>2. 老師說明:</p> <p>(1)部落踏查的路線說明</p> <p>(2)部落踏查注意事項</p>	<p>5'</p>	<p>能快速的說出答案</p> <p>認真聽講</p>	<p>乾淨垃圾袋</p> <p>小鋤頭</p> <p>防曬用品 (傘、帽子)</p>	
<p>三、發展活動</p> <p>(1)耆老開講</p> <p>① 農地到學校花了多少時間?</p> <p>② 說明農地在那裡?是誰家親戚</p> <p>③ 農地種了那些菜?</p> <p>④ 分辨那些是落蕎?</p> <p>⑤ 簡單說明落蕎如何種植及如何採收?</p> <p>⑥ 以前的祖先如何食用落蕎?</p> <p>(2)採菜趣</p> <p>①請小朋友分別找到落蕎?</p> <p>小朋友找到目標物,並且跟老師確認</p> <p>②採菜高手~以個人為單位,5 分鐘內採得較多者獲勝</p>	<p>5'</p> <p>15'</p>	<p>口頭回答</p> <p>找到指定植物</p> <p>找到指定植物</p>		
<p>三、綜合活動</p> <p>1. 耆老評分</p> <p>(1) 各組將袋子拿給老師並計算有多少?</p> <p>(2) 老師說明—落蕎產季、如何保存,泰雅</p>	<p>10'</p>	<p>口頭回答</p>		

<p>祖先會何種料理？</p> <p>2. 包菜高手~將採到的菜放在一起，帶回學校供下節使用(料理趣)</p> <p>3. 回學校了</p>	5'			
<p>~~第三節完~~</p> <p>一、引起動機</p> <p>它是誰~~將小朋友採得菜拿出來，請小朋友說植物名，並說出在那裡採的菜</p> <p>二、發展活動</p> <p>1 準備中~分配工作請小朋友挑菜及切菜，</p> <p>2 清洗中~~分配工作請小朋友清洗蔬菜</p> <p>3 講解中~~</p> <p>(1)料理名稱</p> <p>(2)講解料理名稱</p> <p>(3)說明料理步驟</p> <p>4 料理中~</p> <p>(1)大廚小廚一起炒鍋~~耆老解說炒菜步驟</p> <p>(2)請小朋友體驗炒菜(注意安全)</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 開鍋了</p> <p>(1) 擺盤了</p> <p>(2) 親子學習單-原味食譜</p> <p>~~第四節結束~~</p>	5' 25' 10'	<p>能說出植物名稱</p> <p>分工合作</p> <p>清洗食物</p> <p>專心聽講</p> <p>遵守廚房規則</p> <p>能說出品嚐後的味道</p> <p>能與家人共同完成食譜</p>	<p>學習手冊</p>  <p>原味食譜</p>	
<p>~~園藝大使~~山蘇</p> <p>(一)引起動機</p> <p>(1)翻翻樂-它是誰</p> <p>(2)充電站-記憶大師透過小遊戲認識一些植物</p> <p>(二)發展活動</p> <p>1 認識園藝大使-山蘇</p> <p>(1)閱讀小文章-請學生自行閱讀</p> <p>(2)挑戰高手</p> <p>①請問這篇文章題目是什麼？</p> <p>② 山蘇又叫什麼？</p> <p>③山蘇在校園那裡出現？</p> <p>山蘇最喜歡在什麼氣候？喜歡在什麼環境生長？</p>	10' 15' 15'	<p>能說出的植物名稱</p> <p>能利用資料找到答案</p>	<p>翻翻樂簡報 5-1</p>  <p>翻翻樂 5-1</p> <p>學習手冊 教學簡報 5-2</p> 	

<p>④山蘇喜歡在那裡生長？大樹或岩壁？</p> <p>⑤山蘇那個地方可以吃？</p> <p>⑥山蘇老葉可以曬乾、烘培後，可以做什麼？</p> <p>⑦山蘇有什麼功效？</p> <p>⑧小朋友山蘇為什麼有苦味？因為有單寧酸且越老越苦</p> <p>⑨你們知道山蘇為何又叫飛機菜嗎？</p> <p>目前最大宗產地在花蓮的吉安、光復、鳳林及玉里等東部地區，採收後需要再經由空運或火車拖運至都會區，讓山蘇又有了「飛機菜」的別名。</p> <p>2. 山蘇小百科</p> <p>(1)教學簡報分享</p> <p>(2)原民小達人</p> <p>①請問山蘇長得像什麼？</p> <p>②請問你曾吃過山蘇？山蘇吃起來像什麼？</p> <p>③山蘇有那些功效？</p> <p>④那一張是山蘇？</p> <p>⑤那些水果含有單寧酸？</p> <p>⑥你知道山蘇有那些料理？</p> <p>⑦ 山蘇有什麼之稱??</p> <p>⑧ 可以分享家人料理過的山蘇料理？</p> <p>⑨ 山蘇不耐久放, 有什麼保存方式？</p> <p>⑩ 曾在部落那裡看過山蘇</p> <p>(3)尋寶趣</p> <p>(三)統整活動</p> <p>1. 拼圖-電子拼圖~~請學生使用平板拼圖</p> <p>2. 山蘇電子標籤~ 學生拼完後可以進入電子標籤 觀看</p> <p>3 學習單</p> <p>4. 後測~google 表單</p> <p>~~第五、六節完~~</p>	<p>15 〃</p> <p>10 〃</p> <p>5 〃</p> <p>10 〃</p>	<p>能認真聽講</p>  <p>山蘇小百科</p> <p>能與同伴分工找到答案</p>  <p>尋寶趣 5-6</p> <p>能認真看完電子標籤資料 能完成表單並回傳</p>	<p>挑戰高手題目 簡報 5-3</p>  <p>山蘇小百科 教學簡報 5-4</p> <p>原民小達人賽 簡報 5-5</p>  <p>尋寶圖 5-6</p> <p>山蘇拼圖 5-7</p> <p>電子標籤 5-8</p> <p>學習手冊 後測表單</p>  <p>後測表單 5-9</p>	
---	--	---	---	--

<p>一、引起動機</p> <p>1. 行前大烤問_複習</p> <p>(1) 請問山蘇長得像什麼?</p> <p>(2) 請問學校有山蘇嗎?</p> <p>(3) 山蘇有那些功效?</p> <p>(4) 你在部落那裡看過?</p> <p>2. 老師說明:</p> <p>(1) 部落踏查的路線說明</p> <p>(2) 部落踏查注意事項</p>	5'	能快速的說出答案		
<p>三、發展活動</p> <p>(1) 耆老開講</p> <p>① 農地到學校花了多少時間?</p> <p>② 說明農地在那裡?是誰家親戚</p> <p>③ 農地種了那些菜?</p> <p>④ 分辨那些是路山蘇</p> <p>⑤ 簡單說明山蘇如何種植及如何採收?</p> <p>⑥ 以前的祖先如何食用山蘇?</p> <p>(2) 採菜趣</p>	10'	能認真聽講	乾淨垃圾袋 小鋤頭 防曬用品 (傘、帽子)	
<p>① 請小朋友分別找到山蘇?</p> <p>小朋友找到目標物, 並且跟老師確認</p> <p>② 採菜高手~以個人為單位, 5 分鐘內採得較多者獲勝</p>	15'	找到指定植物		
<p>三、綜合活動</p> <p>1. 耆老評分</p> <p>(1) 各組將袋子拿給老師並計算有多少?</p> <p>(2) 老師說明—山蘇產季、如何保存, 泰雅祖先會何種料理?</p> <p>2. 包菜高手~將採到的菜放在一起, 帶回學校供下節使用(料理趣)</p> <p>3. 回學校了</p> <p>~~ 第七節完 ~~</p>	10'	能說出植物名稱	分工合作 清洗食物	
<p>一、引起動機</p> <p>它是誰~將小朋友採得菜拿出來, 請小朋友說植物名, 並說出在那裡採的菜</p>	5'	專心聽講 遵守廚房規則		
<p>二、發展活動</p> <p>1 準備中~分配工作請小朋友挑菜及切菜,</p> <p>2 清洗中~~分配工作請小朋友清洗蔬菜</p> <p>3 講解中~~</p> <p>(1) 料理名稱</p>	25'	注重用餐禮儀		

<p>(2)講解料理名稱 (3)說明料理步驟 4 料理中~ (1)大廚小廚一起炒鍋~~耆老解說炒菜步驟 (2)請小朋友體驗炒菜(注意安全) 三、綜合活動 1.開鍋了 (1)擺盤了 (2)親子學習單-原味食譜(2)講解料理名稱 ~~第八節完~~</p>	<p>10'</p>	<p>能與家人共同設計食譜</p>	<p>原味食譜學習單</p> 	
--	------------	-------------------	--	--

四、學生學習照片

四--1、第四單元教學照片 1



老師利用教學簡報教學



原民小達人-植物考驗 PK 賽



學生分工合作清洗落蕃



學生實際處理料理-花生落蕃

四-2 第四單元教學照片 2



學生感受者炒煮菜的樂趣



耆老講解料理步驟



享用美食薈篇



學生習寫學習單及插畫

四-3 單元五教學照片 3



校園找尋山蘇~~辦公室旁



利用平板拼圖趣

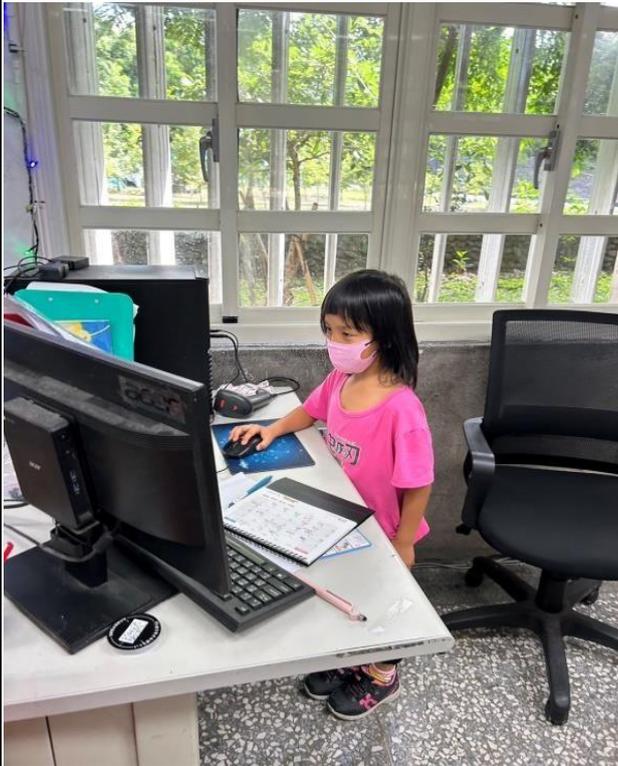


戶外踏查-山蘇篇



耆老指導學生如何清洗及分段

四-4 第五單元教學照片 4



挑戰高手-請學生操作出題



戶外踏查-耆老做講解



戶外踏查-感受植物



戶外踏查-採菜了

四-5. 教學照片 5



學習單習寫並插畫



戶外踏查查-大烤問



拼圖趣-學生利用平板拼圖



學生突發奇想, 搭配午餐, 小朋友們吃得個個有創意

四-6. 原味嘉年華會教學照片 6



學生欣賞美食並發表喜歡那道料理



主任指導學生食物泰雅名稱

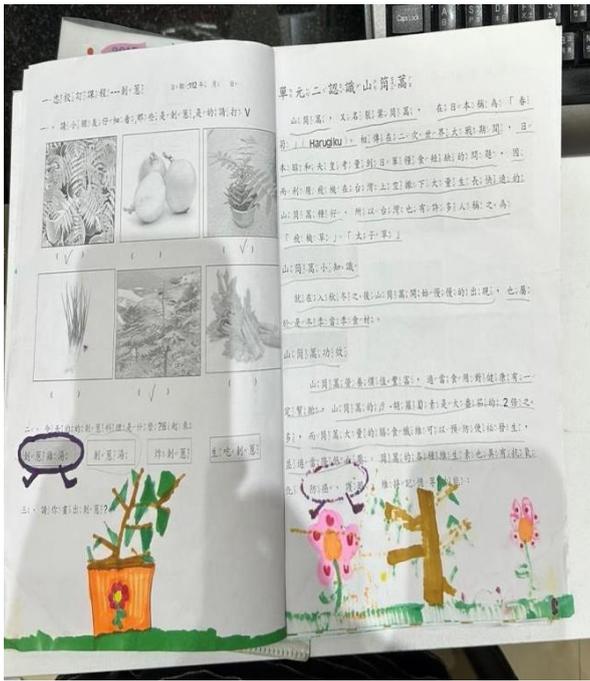


原味嘉年華會=
請耆老煮一桌, 並邀請學校行政及老師品嚐



學生票選最愛吃的料理

四-7 學生課後學習照片 7



學習手冊習寫



後測-學生在家進行後測

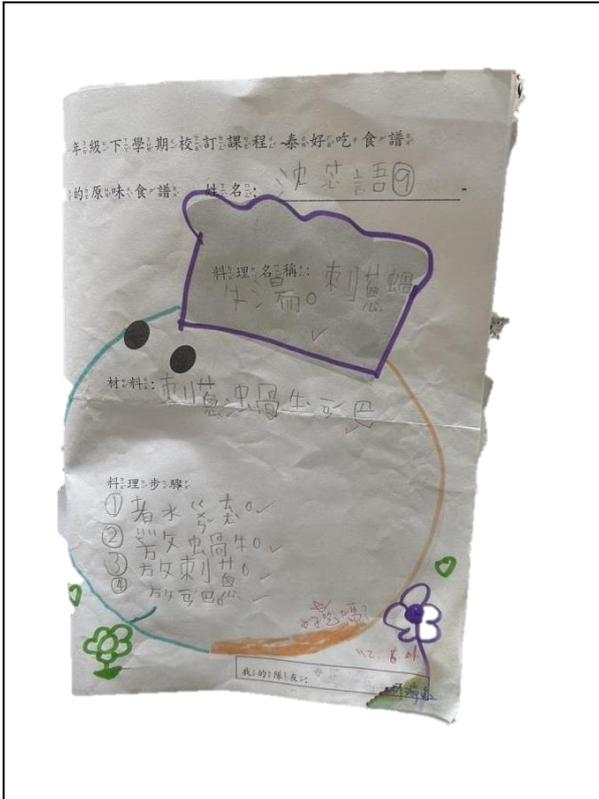


後測-學生在家進行後測



學生與家長討論原味食譜

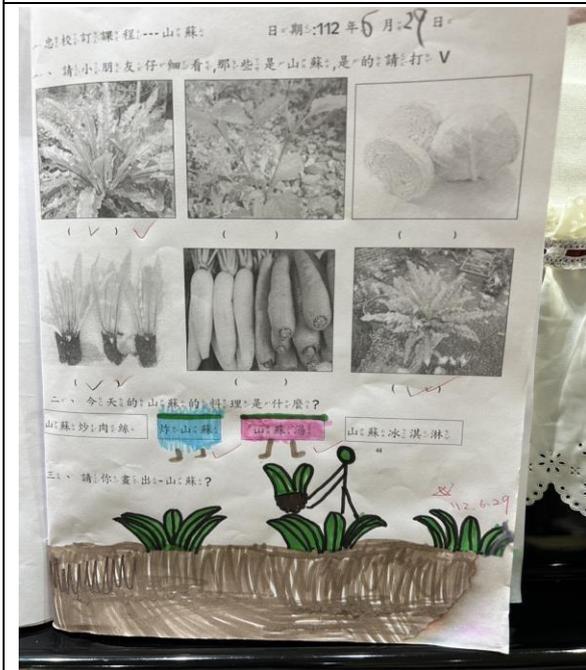
四-7 學生課後學習照片 7



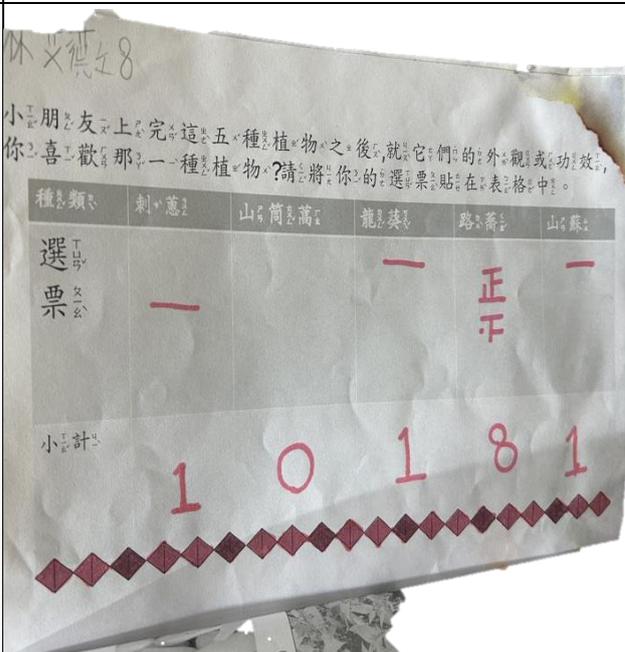
親子學習單—原味食譜



學習手冊封面~自畫像



學生習寫學習單



料理票選單

五、省思與建議：

(一)、設計泰好吃課程歷程

民以食為天，故在十二年國教校訂課程設計上，課發會決定低年級介紹泰雅人常食用的植物。碧候部落靠山面海，大自然提供了富的資源，泰雅祖先如何利用大自然資源以保障民生所需，所以在大家的共識下，我們在一年級第二學期編了5個單元，每個元單元安排4節課，討論設計教學上，從概念認知及實地觀察到實際品嚐，讓學生透過多元全面的學習，而非停留在以認知概念，而是利用多元教學方式，讓學生學生理解，進而能運用在生活上，才是教學最大的意義，而非僅是強迫記憶，而讓學生感到無聊，一閃而過的教學，這樣很浪費時間。

因應十二年國民基本教育之課程發展本於全人教育的精神，以「自發」、「互動」及「共好」為理念，強調學生是自發主動的學習者，學校教育應善誘學生的學習動機與熱情，引導學生妥善開展與自我、與他人、與社會、與自然的各種互動能力，協助學生應用及實踐所學、體驗生命意義，願意致力社會、自然與文化的永續發展，共同謀求彼此的互惠與共好。

故本校在進行課發會討論低年級原味植物在課發會討論，因低年級節數少，再加上年紀較小，故在時間的擠壓下，提供學生植物的基本學習概念，但若學習大都僅限在紙本，上課只是單向或少有體驗，相信在上完每個單，學生的記憶跟理解，可能一閃而過，所有課程設計安排概念理解，體驗及創新學習。相信學生在學習當中，實際操作或真實體驗的事物，往往會記憶深刻，有鑑於此故在此學期課發會討論下，在時間、經費及人力的友加注下，我們重新設計調整了111學年度一年級下學期的課程設計，希望學生按步就班透過多元的設計教學及體驗，讓學生可以深入了解課程及可以達到所訂目標，學生透過教學設計，能夠對於植物能侃侃而談，不再只是知道植物的外型，而對其它的全然不知，所以我們花了時間先行備課討論，進行觀課及議課，在教學中，能夠觀察到學生學習的狀況及能否反應在生活當中。

「靠山吃山，靠海吃海」可謂早期台灣原住民飲食生活習慣的最佳寫照，也充分反映出原住民對大自然土地及海洋的尊崇敬意。因為台灣早期原住民均以漁獵維生，其食材來源是以漁撈、狩獵及採集為主，後來始增加圈地農作，雖然現在各種植物垂手可得，但學生不了解其內涵，在課程我們希望學生透過教學活動認識植物小百科之外，也能了解植物對於泰雅人的健康有直接的關係，我想這是目前教學最缺的一環，我們希望能夠讓學生了解植物的小功效直接或間接的幫助自身及家人健康。

透過實際備課，我們希望深入討論：食不光是吃東西的滿足腹餓。而是讓學生跨越表象的理解具有知性的面向、文化的意涵，去探索與深究，發現生活中的問題，讓課程深具意義即能與學生的生活結合，讓學生學生留下深印象，並能夠傳承下去（在跨母語課程部份）

(二)、設計泰好吃動機

台灣原住民食物多以小米、稗、小麥、早稻、甘藷及山芋等農作物為主，採集野菜也是主要的食物來源之一。

有一天學生跟我說：「老師你桌上的盆栽，我奶奶也有種哦！它的葉子很長很大，都比我的手還要大…而且它可以吃哦！老師桌上的盆栽長大了，可以採下來吃哦！...」

學生在我的書桌旁欣賞著，有人說，這個葉子很好吃，也有人說校園裡有看到..有人說我家的菜園也有種，碧候操場邊路旁也有很多，大家七嘴八舌，有人說他叫山蘇，我們問老師可以帶我們去校園裡看嗎？」

聽到學生能主動要求，很感動同時也讓我回想到小時候的記憶……記得小時候，爸爸每當從山上回來，常常會帶回很多野菜，有時候是山蘇，有時候是山筒蒿，我還記得爸爸帶回來的植物是已經分成一小段一小段，以方便帶回家，爸爸一到家，我會衝到爸爸面前，看看爸爸今天帶了什麼東西？雖然過了很多年，爸爸煮得炒山蘇及山蘇小魚乾，還有山筒蒿蝸牛湯，搭配與家人圍在一起起快樂的聊天及大啖美食，那個味道到現在一直忘不了……。爸爸媽媽不是專業廚師，家中也不是高級餐廳，煮得是一般料理，但那時候大家圍在一起的畫面，仍留在我的腦海中，久久無法忘懷。另外一方面是聽到學生一知半解的說著植物名稱，心中馬上有想法，想結合其它相關課程或議題，特別設計也可以讓學生能透過多元學習並能運用在生活中，讓學生在低年級的教學中也能留下深刻記憶及增強學生飲食常識的教學活動。

(三)、設計泰好吃課程構思

有了動機就會有想法，我們先找到部落耆老一起討論備課，確認那些植物在部落中可以找到並且能夠實際踏查。確定 5 個單元植物後，我們開始著手進行各植物的資料蒐集、選擇資料並且轉化資料(讓低年級學生能看懂)、進行教案編寫及找尋製作教學工具及製作教材。教案朝著與泰雅文化傳承及與生活有關設計，而碧候村泰雅族部落，目前居民仍保有自耕的特性及習慣，大部份居民在山上或附近空地種植一些日常好種好吃的植物，除了耆老的協同教學外支援，學生家長也都主動提供場地或食物，讓我們在設計戶外踏查這一部份鬆了一口氣。

課程設計，必須要了解部落種植生態、學生學習狀況及協同教學們的經驗及能力，在這次的教案編寫，我跟主任利用寒假期間，找到部落耆老協同教學，並分別找尋所需資料，進行多次的實體及線上備課討論會議，寫出 22 節課程，泰好吃共有 22 節課，分為 5 個單元，這次的教學活動呈現部份教案及教具，分別有第四單元、第五單元共 8 節。我們決定選擇了第四單元及第五單元，希望透過概念認知到實際觀察及動手操作，讓學生理解並了解植物基本的知識，而不只是知道植物外形，顏色及如何料理。也希望能體會祖先們的智慧，並能運用在生活中，做個聰明的飲食小達人。

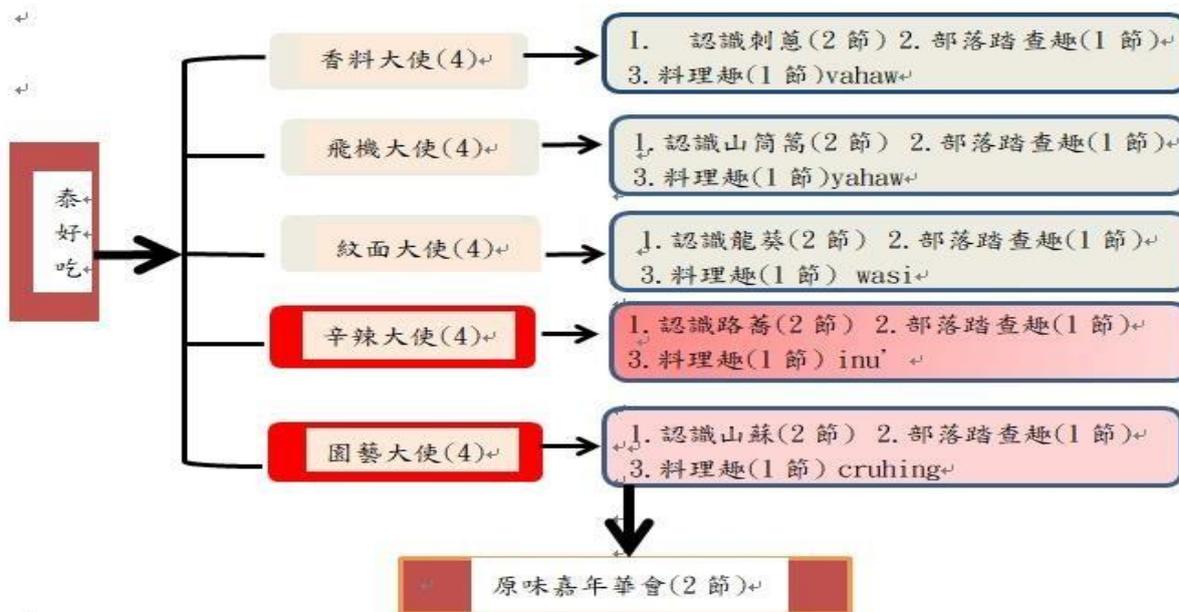
課程因內容很多，所以採用融入的方式進行多方學習，如植物名稱(泰雅語)及數學課如何分類及生活課程(美術)等。能讓學生學得更好更廣。

每一單元共有 4 節，第一節為進行對植物概念認知，除了老師的講解之外，大部份教學依學生好動特質是進行遊戲教學活動，讓學生透過老師的學習單、實際觀察實物及影片，確保學生理解而內化，特別期望這 2 節的概念認知課程不至於枯燥乏味，故從引起動機開始到綜合活動，穿插動態及靜態能的教學活動，播放老師自製動畫影片，再次引起學生學習動機期待學生學得快樂且有效的學習，在教具的設計中，我們利用資訊融入，班班有平板，每個學生皆能同時使用平板練習老師所指派的互動遊學習遊戲。在學生平板操作中，個個認真的模樣，讓老師們感到安慰，另外是透過平板的互動學習單，也能響應政府提倡的環保政策—少紙化，讓學生在潛移默化中珍惜資源，不過度使用學習單及海報單，不失為一個學習環保珍惜資源的好的方式。第三節是設計教學活動是戶外踏查，經過前 2 節的教學活動，學生在第 3 節將走出教室，走到部落，親近大自然，感受植物生長的环境，透過耆老，簡單的講述植物如何種及如何採菜，這在一節中學習生觀察植物生長環境，並直接感受植物的大小，氣

味及觸覺。第 4 節課，是小朋友們非常期待的，雖然這些料理在家裡吃過，但在學校清洗，分段以及跟著耆老料理步驟，並試著炒一炒並嚐一嚐，讓學生實際參與清洗，放入調味料等……，這些經驗確實讓學生印象深刻。最後在 5 個單元教學活動結束後，做了一個總結活動，結合午餐教學活動，辦理一原味嘉年華會，在這一節課學生享受大啖耆老一早準備的一桌原味美食，並邀請學校行政及老師們一起享用，揮揚泰雅良好的傳統文化~~~「分享」。小朋友們帶著滿滿的幸福享用美食。

校訂課程因學生沒有課本，為了讓學生學得更有效，我們設計了簡單的且適合低年級學生的學習手冊，裡面有各植物的小百科之外，還有老師自編的學習單及創意食譜，以便讓學生也能透過此學習手冊，理解更多，最後設計一料理票選活動低年級，學生因上過數學第二學期第九單元分類，透過自身素材進行分類及票選，對於數學的分類這單元二元也能更進一步的理解及運用

再來是學習手冊編了我的泰雅食譜，這部份是希望學生跟家長共同討論共同編寫及操作料理食譜，對學生來說，這個部份需要家長充份配合才有辦法，能否寫好料理食材，老師建議學生及家長透過網路影片及料理圖片，讓學生知道料理方式及調味料有很多種，雖然無法親自煮，但可以與家人共同討論料理食譜。泰好吃課程圖，如下



(四)、泰好吃課程教學者省思

1、教學者教學省思-

教學者教學省思(共 10 節)	與共備老師的省思與回饋
<p>泰好吃共設計 22 節,取其中 13 到 20 堂做討論 從課程動機到共備中,看到老師~~~ 在共備中看到大家努力為了課程找尋有用的資料,透過多次討論選擇了所需要的教材,這樣確實花了不少時間,我們也希望經過這次的共備,能將校訂課程資料準備充份,不僅是在教學上能順暢,讓學生學得有興趣,其次是希望這些共備的資料也能讓其它老師很快能上手,減輕其備課的時間,便能很快的進行教學</p> <p>第四單元第一、二節課教學省思 在寒假期間與主任利用實體及線上共同備課,及製作各單元媒體素材,期望學生透過老師自製簡報遊戲,引起學生學習興趣,雖然是概念認知課程,但我們希望學生不要一直坐著等著老師的講解或說明,所以設計較多的遊戲及操作,大量讓學生實際操作及資訊融入進行問題活動,在一開始的翻翻樂請一位小朋友操作老師的電腦,並請全體學生大聲回答,學生對於此活動表現很大興趣。</p> 	<p>備課後建議,</p> <ol style="list-style-type: none">1. 因有 5 個單元,在資料找尋上,可以分工後選擇所需要的資料,再共同討論,那些部份可以留下,資料會更多些2. 在電子教具製作方面,需要花時間,其設計的路徑,若有其它共備者協助,那麼在時間及內容上會更好更廣 <p>備課後建議, 3. 在戶外踏查部份,利用時間跟主任及耆老共同討論,選擇踏查那些地點?並與地主確認時間及採收時間,有時地主會覺得不方便,故若能免掉這些困難,建議學校可以利用校園空地,栽種學校校訂課程的所需的植物</p> <p>課後建議,</p> <p>翻翻樂可以多組,或學生個別使用平板進行,這樣學生能夠直接得到資訊,而非間接學到。</p>

在教學活動-閱讀文章即是學習手冊的植物小百科，教師利用學習手冊內容和學生一起朗讀，望能增加學生詞彙量，提升語言程度，在閱



讀當中學生雖然唸出來，但有些語詞及內容不太了解。進行此活動中，因為學生拿到自己的學習手冊並有畫上插圖，學生們感到很新鮮，讀得文章是自己插畫，學生在課堂上看過之後，下課也會打開來唸一唸，還會跟其它同學交換，互相欣賞及討論彼此的插畫，很棒！

教學活動—挑戰高手，經過學生自行閱讀後，進入小朋友最愛的挑戰題，學生透過題目再次理解植物特性及生長環境，小朋友們回答得很快且開心，

教學活動—小百科，老師使用自製簡報出了互動題目，內容加廣，考驗學生的記憶及專注度，透過此活動，讓學生知道對此單元植物的其它功能，是否與自身的生活經驗相連結，並能運用在生活中。

教學活動—原民小達人，在這個單元考驗學生的專注及記憶，期望透過自製教學簡報及分組 PK 讓學生在回答時會更小心仔細，如此也能加深植物有的了解。



課後建議

有些學生閱讀能力較弱，可以跟其它小朋友一組，或跟老師一起唸。

課後建議

題目太少，學生意猶未盡
改進～～1 多設計幾組題目，或學生個別回答，讓每個學生都是第一個回答
2 老師可以跟伙伴找到更好用的媒材，方便編輯及計算分數

教學活動—尋寶趣，透過問題回答找出尋寶活動，因不製作太多紙本，故利用平板讓學生尋找，此活動大部份學生很快就完成了，因很快完成，且經過前面一連串的教学活動學習，學生產生強烈及濃厚的興趣。會一直要求老師再加題



在綜合活動-拼圖趣, 拼圖是很常見的遊戲，除了玩得開心，還可以訓練孩子的專注力、認知能力、挫折忍受度等多項能力但，有賴於學生有平板，故在設計時結合平板，不需要花費太多的時間處理紙本，也不需要依賴老師電腦，每人學生同時上線，也能節省上課時間。在這次的拼圖趣，老師不給任何提示，好玩有成就感。



拼玩之後學生可進行電子標籤學習活動

綜合活動-學習單習寫，這本學習手冊在老師編寫後印出後，請學生整理裝訂，雖然比較傳統，但對於所學的內容做個小測試，期待學生能兼顧動態學習遊戲及靜態耐心來思考

在上課結束前寫完後，會請他們插畫，看到自己的學習畫冊，常令他們愛不釋手，每節下課都在欣賞及閱讀討論。

課後建議，

尋寶遊戲能在孩子們尋找問題答案時時可鍛練他們的視覺技能，教導他們如何遵照指示，並幫助他們提高手眼協調能力，最後的好處就是能讓孩子們學起來，動起來。

課後建議，

- 1 線上拼圖趣不太好操作，下次可以使用其它軟體或做成桌遊方式進行學習。
- 2 下次可增加不同難度，讓學生多思考及專注
3. 拼完圖後，可以請學生將其小功效說出來或出來。
4. 電子標籤學生個人看過之後，可以在統一播放，甚至出題目讓學生複習

課後建議，

1. 過去傳統的習寫作業形式，讓人有感到填鴨式的教學，希望藉由學習單可以讓孩子練習閱讀、熟練文字、因學生特質不一，所以對於某些知識的內容，如果有好的延伸學習方式，傳統學習也不失為得到知識的方式之一。

改進建議～校訂課程沒有課本，若學校能編輯小書，在備課上會減輕一些

部落踏查活動～學生們在戶外踏察時更可發展出多種學習能力，其中如：距離、時間、方向方位等，最可貴的是無形中亦能提升學習者良好的溝通能力、反思能力和能與同儕愉悅的合作。

大廚小廚一起炒焗料理～～科學證實「烹飪」是一種治方式且有好處，烹飪活動對孩子們的好處
1 練習手眼協調和精細動作在廚房裡，孩子們需要用手做各種動作，例如清洗食物、切蔬菜和攪拌花生粉等。

2 樂於嘗試新食物，避免挑食有時候，建立自信和成就感，當完成一道菜，學生感到很驚奇，會感到非常開心及成就感。

後測～～google 表單

每上完一個單元，即 4 節之後，老師用將表單PO 到班級族群組，請家長協助學生測驗，除了了解學習狀況也希望與家人一同學習。



因老師相關專業知識有限，可邀請植物方面的課程專家舉辦相關研習讓師生能更多認識相關知識。

對於一年級，炒菜前置作對他們來說比較簡單。學校廚房是大鍋，火爐比較大，東西比較重，所以學生無法自己完成，僅能稍微炒一下。

在學校廚房設備較差，對於安全上有些擔憂。

建議學校～廚成設備及用具可適時主動補充及安全檢測。

表單需透過手機或電腦，因學生沒有個人手機，必須要家長們協助，所以填寫傳送比較晚，需要老師催促才能回收

改進～～1 可以利用上課時間，請學生上線測驗並回傳

主教學感想：

山野裡豐富的植物是泰雅族人賴以維生的資源，最直接、最基本的維生方式就是採食植物。地上的草本植物如昭和草、苦苣菜、刺莧、龍葵，乃至於樹上的蕨類如山蘇，或取藤本的黃藤之藤心煮湯或炒食，成為傳統部落基本的飲食。

低年級學生如何校訂課程從校園中發現泰雅人食用的植物到部落踏查中找到野菜，學生透過系列我的教學活動，發現這些野菜的蹤跡，到處可見，了解泰雅人食用的生活智慧，從生活周遭找到可用的植物，藉由教學活動了解野菜特性、功效及生長環境，教學中可以配合語文、生活領域、數學領域等藉由觀察所得，能體會到，一件事物透過不同的角度來觀察，可以發現各種不同的美感，開在樹上的花朵可以欣賞，也可以吃，甚至也能當成藝術品。時間在教室上課，若能利用課程有目標的到校園走一走或到部落踏查，除了可以放鬆身心也既可享受優美的校園風光，又可達到學習的目的，真是一舉數得。

從學生的學習表現及分享中，學生對這些野菜已成為學生生活的一部分。（經常說家媽媽有料理或院子裡有種等等）

從學生親自閱讀資料、利用資訊學習到部落踏查的經驗，都顯示出部落泰雅人與環境的關聯，提醒學生理解泰雅祖先食用智慧，並藉由教學活動提倡環境教育的重要，響應政府環保政策，引導學生，使他們能愛護大自然，做到保護自然生態，讓後人居住的環境愈來愈好。

主教老師教學建議

1. 因為班級人數少，且低年級學生程度上較為一致，大部份學生進行學習活動時都能理解，且學習及線上教學活動都能自行完成。
2. 學生學習興趣高，且願意主動發言。
3. 學生們在進行活動時，會主動討論，尋找答案，能夠利用資源解決問題。

改進

1. 資訊融入利用平板，有時網路不太順，教學上不太順暢
2. 老師的相關知識有限，可利用週三下午進行教師進修，邀請這方面有研究的專家或老師到校指導或分享。
3. 建議邀請輔導團到校指導新的教學方法及工具。
4. 科技發達，資訊融入教學資訊融入各領域教學的意義在於培養學生電腦的操作學習中，體會電腦使用的樂趣與功能，進而將電腦視為未來生活及學習中不可或缺的工具。此外，也能培養學生的自學能力。所以建議學校同時增進教師的資訊能力，以期能有效利用資訊媒體，達到教學最佳狀況。
5. 大部份學生不知道植物的泰雅語名稱，建議母語課學習內容可以結合上下學期的校訂課程進行教學。

共同備課者心得

資訊融入教學在現在已經非常常見，但在低年級實施資訊融入，在備課時討論，我是有些擔心學生因為使用平板導致秩序或教學時間無法掌握，但在看到羅老師教完，發現每個學生學得快樂之外，也引發他們學習興趣。

羅老師在班上活潑生動的教學，傳統教學及資訊融入教學，能自動切入換，除了教學經驗豐富，我能感受到她在自我教學精進下了不少功夫。

耆老協同教學心得

接受學校的邀請後，我以為只是將我平常種菜及平日料理功夫拿出就好了，沒想到這群學生學習很認真，一直不斷發問，有些比較專業的問題，真得需要多研讀，了解更多，講解就會更清礎。

後測分析～～辛辣大使(落蕎)

111 學年度第二學期一年級校訂課程--辛辣大使(落蕎)

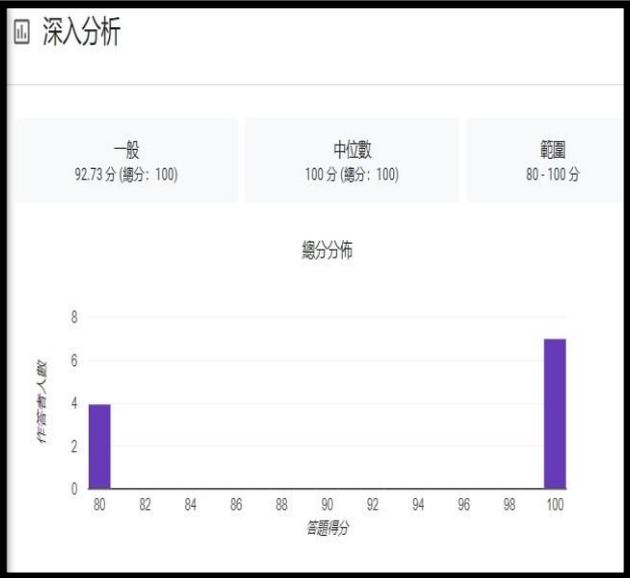
1. 校訂課程第4單元介紹那個植物?
① 山蘇 ② 刺蔥 ③ 山筒蒿 ④ 落蕎

2. 那一張是落蕎?
①  ②  ③ 

3. 日本人為什麼說落蕎是活寶石? 是因為什麼?
① 鱗莖是白色的像珍珠 ② 膳食纖維含量最高
③ 因為它的味道很辣

4. 落蕎因為產期較短,所以各地大都用什麼方法保存?
① 醃漬 ② 放在冰箱 ③ 用報紙包起來

5. 我們到那裡採落蕎?
① 嘉樂家農地 ② 耆老家農地 ③ 校園裡



1. 全班人數 11 人,實測 11 人
2. 共 5 題,的有 7 人,錯題有 4 人
3. 試題分析

●座號 9, 第 4 題錯, 正確答案為①, 學生選② 因為媽媽都會放在冰箱保存

題目 4 落蕎因為產期較短, 所以各地大都用什麼方法保存?

① 醃漬 ② 放在冰箱 ③ 用報紙包起來

●座號 7, 第 3 題錯, 正確答案為②, 學生選③ 因為它吃起來很辣

題目 3 ~ 日本人為什麼說落蕎是活寶石? 是因為什麼?

① 鱗莖是白色的像珍珠 ② 膳食纖維含量最高 ③ 因為它的味道很辣

●座號 6, 第 4 題錯, 正確答案為①, 學生選③ 因為媽媽都會會報紙保存食物

題目 4 ~ 落蕎因為產期較短, 所以各地大都用什麼方法保存?

① 醃漬 ② 放在冰箱 ③ 用報紙包起來

座號 5, 第 2 題錯, 正確答案為③, 學生選② 因為長得很像, 沒有看清礎

題目 2 ~ 那一張是落蕎?



輔導策略: 有 4 位學生各錯 1 題, 而且有 2 人錯同一題, 因為學生在家看到家長保存食材的方法, 故老師利用時間, 跟學生一起討論不同食材的保存方式。

後測分析～～園藝大使(山蘇)

111 學年度第二學期一年級校訂課程—園藝大使(山蘇)

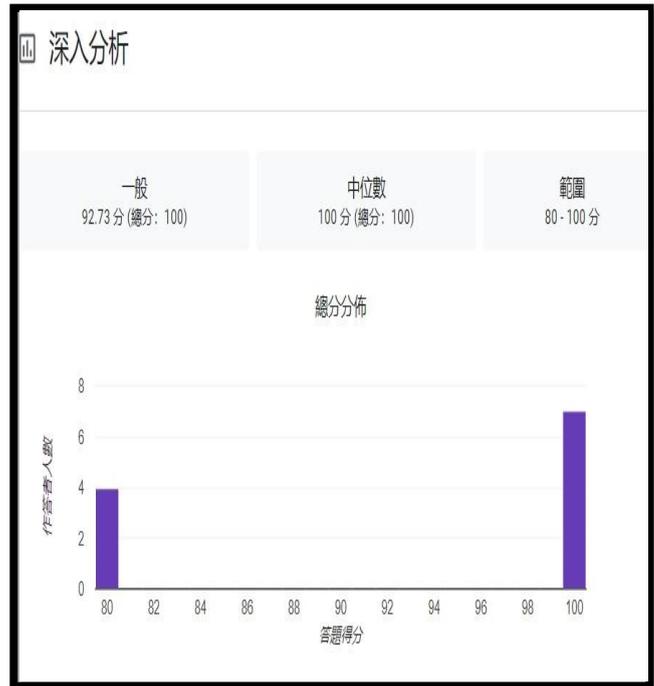
1. 校訂課程第5單元介紹哪個植物?
① 山蘇 ② 刺蔥 ③ 山圓蒿 ④ 蘇蒿

2. 哪一張是山蘇?


3. 哪一項不是山蘇的功效?
① 利尿 ② 預防高血壓 ③ 預防癌症 ④ 會心丸

4. 山蘇也叫①大蒜 ②鳥巢蕨 ③興渠 ④太子草

5. 學校校園裡哪裡可以看到山蘇?
① 辦公室旁大樹上 ② 一忠教室 ③ 風雨教室 ④ 校門口
(提示:學校比較明顯大顆的)



1. 全班人數 11 人, 實測 11 人
2. 共 5 題, 全對的有 7 人, 錯題有 4 人
3. 試題分析

●座號 7 號, 第 4 題錯, 正確答案 2, 學生選 3 因為興渠沒有看過題

目 4. 山蘇也叫①大蒜 ②鳥巢蕨 ③興渠 ④太子草

●座號 10 號, 第 4 題錯, 正確答案 2, 學生選 4 因為學生想到落蓋

題目 4. 山蘇也叫①大蒜 ②鳥巢蕨 ③興渠 ④太子草

●座號 2 號, 第 5 題錯, 正確答案 1, 學生選 3 因為風雨教室有龍葵

題目 5 學校校園裡哪裡可以看到山蘇?

①辦公室旁大樹上 ②一忠教室 ③風雨教室 ④校門口(提示:學校比較明顯大顆的)

●座號 5 號, 第 5 題錯, 正確答案 1, 學生選 3 因為風雨教室有龍葵

題目 5 學校校園裡哪裡可以看到山蘇?

① 辦公室旁大樹上 ②一忠教室 ③風雨教室 ④校門口(提示:學校比較明顯大顆的)

輔導策略: 有 4 位學生各錯 1 題, 而且各有 2 人錯同一題, 故老師利用下課時間, 跟學生一起討論, 並且帶到校園確認。

學生學習心得：	
<ol style="list-style-type: none"> 1. 我喜歡上校訂課程, 我認識更多的植物! 2. 學習到生活中有很多可以食用的東西! 3. 原來老師桌上的份盆栽可以吃, 而且可以長得很大哦! 4. 我發現辦公室旁大樹上有一顆山蘇。 5. 到外面採菜很好玩。 6. 我家也有一棵刺蔥, 但媽媽沒有採過。 7. 原位民資源教室龍葵。 8. 山筒蒿苦苦的。 9. 我跟媽媽一起寫原味食譜, 媽媽說他小時候常常吃野菜。 10. 奶奶的工寮種了好多落蕃, 生吃很好吃。 11. 有些野菜吃了對身體很好。 12. 我喜歡拼圖遊戲 13 這個課很好玩, 可以使用電腦, 還可以到部落採菜 	
家長回饋	
<ol style="list-style-type: none"> 1. 小朋友跟我說老師有煮香刺蔥香菇, 我才知道週五彈性課程是上跟泰雅人有閱的野菜 2. 花生落蕃好吃, 小孩還要求我煮, 但我沒有時間 3. 學生透過課程知道植物對身體有好處, 我也趁機帶著孩子上網, 發現查龍葵經食藥署的角度, 含有龍葵鹼的龍葵有食安風險, 應避免食用。 4 謝謝老師讓學生快樂學習。 5 原味食譜很特別的學習單。 6. 我家農地有種玉米和地瓜, 老師若需要, 可以帶學生來採 7. 我不太會用平板, 每次都要打電話問老師, 謝謝老師 	
學校同仁回饋	
<ol style="list-style-type: none"> 1 · 小朋友們很幸福哦! 2 · 看到學生們開心的戶外踏查, 老師很辛苦也很用心在校訂課程這一塊。 3 · 吃到小朋友們採收、清洗及參與的泰雅料理, 課程安排很生活化。 4 · 在概念理解教學裡, 羅老師大量使用資訊融入, 低年級學生們都能進入狀況, 學習動機不輸給高年級。 5 · 校訂課程內容及目標, 需要全體同仁共同討論及學習, 做好備課及良好的教學環境, 相信學生會學得很愉快及有效。 6 · 在原味喜年華會, 建議學校可以配合母親節活動, 讓家長也參與並支持課程學習, 減輕老師的教學以外的負擔。 	

五、參考資料(含網路資源)

1. 學習手冊
- 2 互動簡報 4-1
3. 教學簡報 4-2
4. 植物達人賽簡報 4-3
5. 4-4 尋寶圖
6. 4-5 自製拼圖簡報
7. google 表單第四、第五單元
8. <https://tmrc.tiec.tp.edu.tw/HTML/RSR20081122165614JBC/vegetables.htm>

9. <https://kmweb.moa.gov.tw/subject/subject.php?id=39507>

10 泰好吃課程自製教學媒材

				
翻翻樂 4-1	教學簡報 4-2	挑戰高手 4-3	落蕃小百科 4-4	原民小達人 4-5
				
尋寶趣 4-6	落蕃拼圖 4-7	落蕃電子標籤 4-8	後測表單 4-9	
				
翻翻樂 5-1	教學簡報 5-2	挑戰高手 5-3	山蘇小百科 5-4	原民小達人 5-5
				
尋寶趣 5-6	山蘇拼圖 5-7	山蘇電子標籤 5-8	後測表單 5-9	

六、附錄

*備註 1：實驗教育學校排除課綱規定，依學校課程設計規劃。

*備註 2：(1) 教案為原住民族語類者(原住民族語言文學之保存及傳承)，請填寫族別及語言別。

(2) 教案為文化類者(部落與原住民族之歷史經驗等 6 項主題)，請填寫族別。

*備註 3：請依序將〈附件 3〉所有資料彙整合併成一個 PDF 檔。