

宜蘭縣 113 學年度原住民族語文及文化課程優良教案甄選實施計畫

— 教案 —

壹、教案名稱：神奇的小米：泰雅族文化探尋之旅

貳、設計理念：

本課程以泰雅族小米文化為核心主題，透過繪本閱讀、動手實作與文化體驗，引導學生深入認識小米在泰雅族生活、祭典及族群精神中的重要性，培養對多元文化的尊重與欣賞能力。透過生活化與情境化的學習，實踐「做中學、學中思、思中悟」的理念。

首先，課程從繪本《mnanak na trakis 神奇的小米》出發，引導學生認識小米作為泰雅族傳統糧食的價值，並透過族語詞彙學習連結語言與文化。接著，再安排「小米美食大探索」及「小米與祭典」等活動，讓學生了解小米在日常飲食中的多元運用並體會小米在不同祭典中所象徵的意義。

其次，強調體驗式與探究式學習。學生親手製作小米麻糬或小米飯團，從蒸、搗、搓的過程中感受祖先生活智慧，並透過品嚐成品分享味覺感受與心得。這種「從眼到手，再到心」的學習歷程，將抽象的文化內涵轉化為具體體驗，增進學生對文化的理解與情感連結。

此外，課程也重視文化傳承與社會參與。學生不僅在課堂中學習與討論，也與家人分享所學，實踐「從學校走向家庭、從課堂走向生活」的理念。透過親子互動，學生可更深刻地體會族人敬天感恩、勤勞合作與重視族群傳統的精神，培養對自身文化與在地多元文化的認同與尊重。

總之，本課程以小米為主線，融合閱讀、觀察、動手實作、口語分享與創作表達，實現跨領域與生活化的學習目標。學生在「認識—體驗—分享—反思」的過程中，增進了對原住民族文化的理解與欣賞，也培養了自主學習、合作互動與多元文化素養，達成「知行合一、樂於傳承」的課程精神。

參、教學活動設計：

主題/單元名稱	神奇的小米：泰雅族文化探尋之旅		
參加課程類組	<input type="checkbox"/> 語文類 <input checked="" type="checkbox"/> 文化類	教案適用之教育階段	<input checked="" type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中
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 checked="" 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 checked="" 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	泰雅族	語言別 (*語文類必填)	賽考利克
實施年級	三、四年級	總節數	共 <u>3</u> 節， <u>120</u> 分鐘
課程類型 (可複選)	<input type="checkbox"/> 部定課程： <input checked="" type="checkbox"/> 校訂課程： <input type="checkbox"/> 彈性學習課程： <input type="checkbox"/> 選修課程： <input checked="" type="checkbox"/> 跨領域課程： <input type="checkbox"/> 其他：		
教學型態 (可複選)	<input 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 checked="" type="checkbox"/> 混齡年級教學 <input type="checkbox"/> 其他(說明：_____)		
適用對象	<input checked="" type="checkbox"/> 原住民重點學校 <input type="checkbox"/> 原住民族實驗學校 <input type="checkbox"/> 一般學校 <input type="checkbox"/> 其他(說明：_____)		
核心素養 (可複選)	*自主行動 <input 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 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 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 type="checkbox"/> 人際關係與團隊合作 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化與國際理解		
領域/科目 核心素養	社-E-B1：透過語言、文字及圖像等表徵符號，理解人類生活的豐富面貌，並能運用多樣的表徵符號解釋相關訊息，達成溝通的目的，促進相互間的理解。 社-E-B3：體驗生活中自然、族群與文化之美，欣賞多元豐富的環境與文化內涵。 社-E-C3：了解自我文化，尊重與欣賞多元文化，關心本土及全球議題。 綜-E-A2：探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活問題。 綜-E-C3：體驗與欣賞在地文化，尊重關懷不同族群，理解並包容文化的多元性。		
學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ▪社 2a-II-2：表達對居住地方社會事物與環境的關懷。 ▪社 2b-II-2：感受與欣賞不同文化的特色。 ▪社 3c-II-1：聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 ▪綜 3c-II-1：參與文化活動，體會文化與生活的 	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ▪社Ab-II-1：居民的生活方式與空間利用，和其居住地方的自然、人文環境相互影響。 ▪社 Bc-II-1：各個族群有不同的命名方式、節慶與風俗習慣。 ▪綜 Bc-II-3：運用資源處理日常生活問題的行動。

	關係，並認同與肯定自己的文化。		<ul style="list-style-type: none"> ▪綜 Cc-II-1：文化活動的參與。 綜 Cc-II-2：文化與生活的關係及省思。 ▪綜 Cc-II-3：對自己文化的認同與肯定。 	
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.學生能透過繪本，認識小米在泰雅族文化中的重要性，包含其作為食物的多元性。 2.學生能了解小米與泰雅族祭典儀式（如摘穗祭、播種祭、祖靈祭）的緊密連結，體會小米是感恩祖先庇佑和族群精神的象徵。 3.透過小米美食（如小米麻糬、小米飯）的簡要製作過程，體驗小米在飲食中的應用，理解泰雅族祖先智慧的傳承意義。 4.欣賞並理解《收割歌》的歌詞意涵，感受泰雅族人透過小米所表達的感恩、快樂與勤奮精神，深化對泰雅族文化素養的認識，並「愛上自己的族語文化」。 			
學習活動設計				
教學流程	時間(分)	評量方式	教學資源	備註
<p>第一節：小米初探—生活中的神奇穀物</p> <p>一、引起動機</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪小米知多少:從遊戲中探索小米的世界 https://1140708.my.canva.site/daguvw8fon8 ▪教師提問：「各位同學，你們知道什麼是小米嗎？它可以用來做什麼呢？」引導學生分享對小米的既有概念，導入課程主題。 <p>二、發展活動</p> <p>(一)繪本導讀</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪介紹繪本名稱《mnanak na trakis 神奇的小米》，說明這本繪本是「宜蘭縣原住民族語文化繪本」系列之一。在此可引導學生唸唸看繪本的泰雅族語書名：「mnanak na trakis」。 ▪引導學生觀察繪本封面與人物介紹，認識主角 Pepay、Kiku 阿嬤、Pasang 阿公等角色。 ▪讀到繪本中 Pepay 的話：「小米、小米真的很有意思，很神奇。」，讓學生感受小米的特別之處。可在此強調「小米」的泰雅族語為「trakis」，並引導學生跟讀：「trakis」。 	<p>5'</p> <p>10'</p>	<p>能回答遊戲中的問題</p> <p>能分享自己所知道的關於小米的知識</p> <p>能用正確的族語唸出書名</p> <p>能用正確的族語唸出「小米」</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◦《mnanak na trakis 神奇的小米》繪本 ◦香蕉飯、小米粥、小米糕、小米麻糬、小米香蕉飯、小米醃肉 ◦白板、麥克筆 ◦學習單（繪本、小米美食連連看） 	

<p>▪讀到 Kiku 阿嬤的話：「雖然小小一粒，卻可以餵飽一家人。」，強調小米作為重要食物來源的價值。</p> <p>(二)小米美食大探索</p> <p>▪讀繪本中媽媽的話：「小米可以做很多泰雅美食。」，並具體列舉：「例如小米粥、小米糕(原形)、小米麻糬(搗過的)、小米香蕉飯、小米醃肉，小米酒。」。</p> <p>▪教師展示繪本中各種小米美食的圖片、實物，並簡要介紹其名稱，鼓勵學生說說看這些美食看起來如何，有沒有想嘗試的。</p> <p>此處可特別介紹書中提及的泰雅美食族語名稱，並引導學生跟讀：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 小米粥：qyumoq trakis • 小米麻糬：hikil trakis • 小米飯：mami trakis • 小米香蕉飯：trakis guquh (繪本中媽媽的話提及，與圖片頁中的 Kuni 可一併說明) • 小米醃肉：tmmyan • 小米酒：qwaw trakis <p>▪繪本中也簡要提及了小米粥、小米麻糬、小米飯、小米香蕉飯和小米醃肉的製作方式，例如：小米麻糬是將小米飯蒸熟後再搗成麻糬。</p>	15'	能仔細觀察小米美食，並說出想法	能用正確的族語唸出小米美食的名稱	
<p>(三) 對對碰</p> <p>▪發下學習單(附件一)，請學生嘗試將小米美食名稱與圖片配對，加深印象。</p>	5'	能將小米美食名稱與圖片正確配對		
<p>三、綜合活動</p> <p>▪請學生分享他們對小米美食的印象。</p> <p>▪老師總結小米在泰雅族日常飲食中的重要性。</p>	5'			
<p style="text-align: center;">第二節：小米與祭典—祖靈的連結</p> <p>一、引起動機</p> <p>1. 回顧與提問</p> <p>▪複習上一節課內容，提醒學生小米不僅是食物，還有其他重要角色。</p> <p>▪提問：「除了是食物，小米對泰雅族人來說還有什麼特別的意義呢？」</p> <p>2. 小米的神聖旅程</p> <p>https://1140708.my.canva.site/daguvv-gyfw</p>	5'	能以自己的想法回答老師的提問並完成小遊戲	<p>◦《mnanak na trakis 神奇的小米》繪本。</p> <p>◦ 白板、麥克筆</p>	

二、發展活動

(一)小米與祭典的重要性

▪讀到 Pasang 阿公的話：「小米扮演很重要的角色，所有祭典 kbalay Gaga 都少不了它。」，並強調「真的不能沒有小米喔！」。

可在此介紹「kbalay Gaga」為泰雅族語中的「所有祭典」，並簡要說明「Gaga」是泰雅族群規範和生活智慧

▪Kiku 阿嬤進一步舉例說明需要小米的祭典包括：「摘穗祭 Imahuw、播種祭 smyatu'(sm'atu')、祖靈祭(感恩祭) smyus lkotas.....，都需要它。」。

可在此處，引導學生認識並跟讀這三個祭典的泰雅族語名稱，並配合動作或圖示說明其意涵：

- 摘穗祭：Imahuw (象徵收成)
- 播種祭：smyatu' (sm'atu') (象徵開始)
- 祖靈祭 (感恩祭)：smyus lkotas (象徵感恩)

(二)祖先的庇佑與族群精神

▪導讀繪本，泰雅族子孫會「一起慶祝收割感恩祖先的庇佑」，並透過唱歌來「感謝祖靈」。

此處可提及「祖靈」在泰雅族語中稱為「Utux Kayal」，引導學生跟讀。強調小米豐收是祖先的恩賜，體現祖靈的庇佑。

▪引導學生思考並說一說小米如何從單純的食物提升為族群的精神象徵。(希望讓小朋友能知道小米「已不僅是單純的食物，更是提升成為原住民精神的象徵。」)

▪發下學習單(附件二)，讓學生嘗試配對祭典名稱與其意義，或繪製他們想像中充滿小米的泰雅族祭典場景。

三、綜合活動

▪學生說一說這一節課的學習。可提供學生句構如下：

一、針對小米角色的回顧句構

小米不只是_____，還是_____。

例：小米不只是食物，還是祭典中重要的角色。

10'

◦ 泰雅族祭典相關圖片或影片

◦ 學習單
(祭典名稱配對、繪製小米祭典情境)

能用正確的族語唸出「摘穗祭、播種祭及祖靈祭」

20'

能用正確的族語唸出「祖靈」

能說出小米在泰雅族祭儀的用途、使用時機及重要性

5'

能用完整的句子說出自己今天對於小米的新學習

在泰雅族文化裡，小米代表了_____和_____。

例：在泰雅族文化裡，小米代表了感恩和祖先的庇佑。

二、針對祭典與小米關聯的回顧句構

在_____ (祭典名稱) 中，小米象徵著_____。

例：在播種祭 smyatu' 中，小米象徵著開始與希望。

泰雅族的祭典，例如_____、_____，都少不了小米，因為_____。

例：泰雅族的祭典，例如摘穗祭、播種祭、祖靈祭，都少不了小米，因為它代表對祖靈的感恩。

三、針對祖靈與族群精神的回顧句構

小米的豐收被認為是_____的恩賜，所以泰雅族人會_____。

例：小米的豐收被認為是祖靈的恩賜，所以泰雅族人會舉行感恩祭。

小米從食物變成了族群精神的象徵，因為_____。

例：小米從食物變成了族群精神的象徵，因為它連結了祖先的庇佑和族人的信仰。

- 總結小米在泰雅族文化、祭儀、祖靈庇佑及族群精神上的不可取代性。

第三節：小米美食體驗與文化傳承

一、引起動機

1. 暖身回顧

- 複習第一節課學過的小米美食名稱。
- 提問：「上次我們看到很多小米美食，你們知道它們是怎麼做出來的嗎？」

二、發展活動

(一)小米美食製作解說

5'

能試著說出小米美食的作法

5'

能用正確的

。《mnanak na trakis 神奇的小米》繪本

。簡易小米麻糬或小米飯團製作材料：熟小

<ul style="list-style-type: none"> 再次讀繪本中小米麻糬 (hikil trakis) 的製作方式：「小米飯蒸熟後，再搗成麻糬。」。 可在複習時再次引導學生唸出「hikil trakis」。 參考繪本中小米飯 (mami trakis) 或小米醃肉 (tmmyan) 的簡要製作方式。 重點介紹選擇實作的品項（如小米麻糬）的製作步驟，講解注意事項。 <p>(二)動手體驗：簡易小米點心</p> <ul style="list-style-type: none"> 分組進行簡易小米麻糬或小米飯團製作。教師可在旁協助指導。 學生將預先煮熟的小米飯搗/壓成泥狀，再搓成球狀或壓扁，可沾上花生粉或糖粉食用。 鼓勵學生品嚐自己製作的小米點心，分享味道和口感。 	25'	<p>族語唸出「小米麻糬、小米飯及小米醃肉」</p> <p>每個人都能做出一個以上的小米點心</p>	<p>米飯、白與杵（或碗與湯匙）、沾料（糖粉、花生粉等）</p> <p>◦廚餘桶、濕抹布</p> <p>◦學習單（記錄製作過程、分享心得）</p>
<h3>三、統整活動</h3> <h4>1.分享與傳承</h4> <ul style="list-style-type: none"> 請學生分享製作與品嚐心得。(學習單~附件三) 引導學生思考：「泰雅族的祖先很厲害，能用小米做出這麼多東西！我們應該如何把這些智慧傳承下去呢？」 強調繪本所傳達的：「祖先所留下來的，要世代代流傳著」的重要意義。 	5'	<p>能說出小米點心的味道和口感</p> <p>能完成學習單</p>	
<h4>第四節：小米收穫歌與泰雅族群認同</h4> <h5>一、引起動機</h5> <h4>1. 回顧與引導</h4> <ul style="list-style-type: none"> 複習上一節課小米美食的體驗，並連結到豐收的喜悅。 提問：「當小米豐收的時候，泰雅族人會怎麼慶祝呢？除了舉行祭典，他們還會做什麼？」 	5'	<p>能回答老師的提問</p>	<p>◦mnanak na trakis 神奇的小米》繪本</p> <p>◦《收割歌》歌詞投影片或海報</p>
<h5>二、發展活動</h5> <h4>(一)收割歌的意義</h4> <ul style="list-style-type: none"> 讀 Pasang 阿公的話：「所以，我們來唱一首歌，來感謝祖靈。」。 讀 Kiku 阿嬤解釋收割歌的內容：「這首歌是說，以前的祖先很辛苦地工作！」。 	10'		<p>◦《收割歌》音檔或影片</p>

<ul style="list-style-type: none"> ▪ 展示並帶領學生朗讀《收割歌》歌詞（第 16 頁），內容包含辛苦工作、豐收的快樂、感恩祖先、有福氣的泰雅人、滿足快樂每一天。 <p>PS:可將繪本中《收割歌》的泰雅族語歌詞（第 16 頁）與中文對應呈現，並鼓勵學生嘗試跟讀簡單的族語詞句，如「trakis」（小米）、「Tayal」（泰雅人）等，感受族語的聲韻。</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 強調歌詞中傳達的感恩、勤奮、快樂和豐收的福氣，以及泰雅族人對祖靈的感謝。 		<p>能跟讀《收割歌》及簡單的族語詞句</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◦ 圖畫紙、彩色筆 ◦ 學習單（與家人分享小米的故事）
<p>(二)歌曲欣賞與律動</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 播放《收割歌》的音檔（作詞者為 Yabu Syat） (https://streetvoice.com/yierc2020/songs/779375/)，PS:可以讓學生欣賞，感受歌曲的旋律和氛圍。 <p>播放音檔時，可特別提示學生注意聽泰雅族語的發音與語調。</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 鼓勵學生跟著歌曲的旋律輕聲哼唱，或設計簡單的律動動作(也可以以小組為單位共同設計)，想像泰雅族人一起收割、跳舞慶祝的熱鬧場景。 	20'	能跟唱並作出律動動作	
<p>三、統整活動</p> <p>1.文化傳承與認同</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 請學生分享學習《神奇的小米》後，對泰雅族文化有了什麼新的認識和感受。 ▪ 總結希望透過繪本，大家能喜歡閱讀並「愛上自己的族語文化」。再次強調族語是文化的靈魂與載體，透過族語的學習，能更深刻地認識泰雅文化。(可搭配泰雅族小米文化簡報如參考資料 4) ▪ 鼓勵學生回家與家人分享小米的故事(學習單~附件四)，繼續探索原住民族文化，並認識到原住民族文化及其生態智慧極其珍貴。 	5'	<p>能分享這四節課的學習</p> <p>完成學習單</p>	

四、參考資料(含網路資源)

1. 神奇的小米(繪本電子書)

https://drive.google.com/drive/folders/12KycAWHqMkLfv2ac4MXz-Xw9_09TfM_G

2. 收割歌音檔 <https://streetvoice.com/yierc2020/songs/779375/>

3. 收割歌影片 <https://youtu.be/iiAj6QyMiTs?si=WHkU8po8ZAuucvuj&t=1>

4. 泰雅族小米文化簡報

<https://docs.google.com/presentation/d/11b7bvEhWVadnG1Md3yhBVqX60bPL9Zp0QChbGkWP>

[uuA/edit?usp=sharing](#)

5. 小米開墾趣 · 翻土樂 ~ 泰雅小米文化

https://www.moe.gov.tw/News_Content.aspx?n=9E7AC85F1954DDA8&sms=169B8E91BB75571F&s=00ABF106A3B52EF8

6. 泰雅族播種祭 https://tcmb.culture.tw/zh-tw/detail?indexCode=Culture_Invisible&id=322684

7. 泰雅族祖靈祭 <https://www.cip.gov.tw/zh-tw/tribe/grid-list/8C87B4AF56B788EED0636733C6861689/info.html?cumid=8F19BF08AE220D65#:~:text=.%20%E7%A5%96%E9%9D%88%E7%A5%AD%EF%BC%88maho,%E4%BD%BF%E7%94%A8%E7%9A%84%E5%A4%A7%E5%9E%8B%E5%B0%8F%E7%B1%B3%E7%B3%95%E3%80%82>

五、附錄

■附件一：

學習單：小米美食大探索—對對碰

()年()班()號 姓名：()

一、請將小米美食的名稱與正確的圖片連線或填入圖片編號

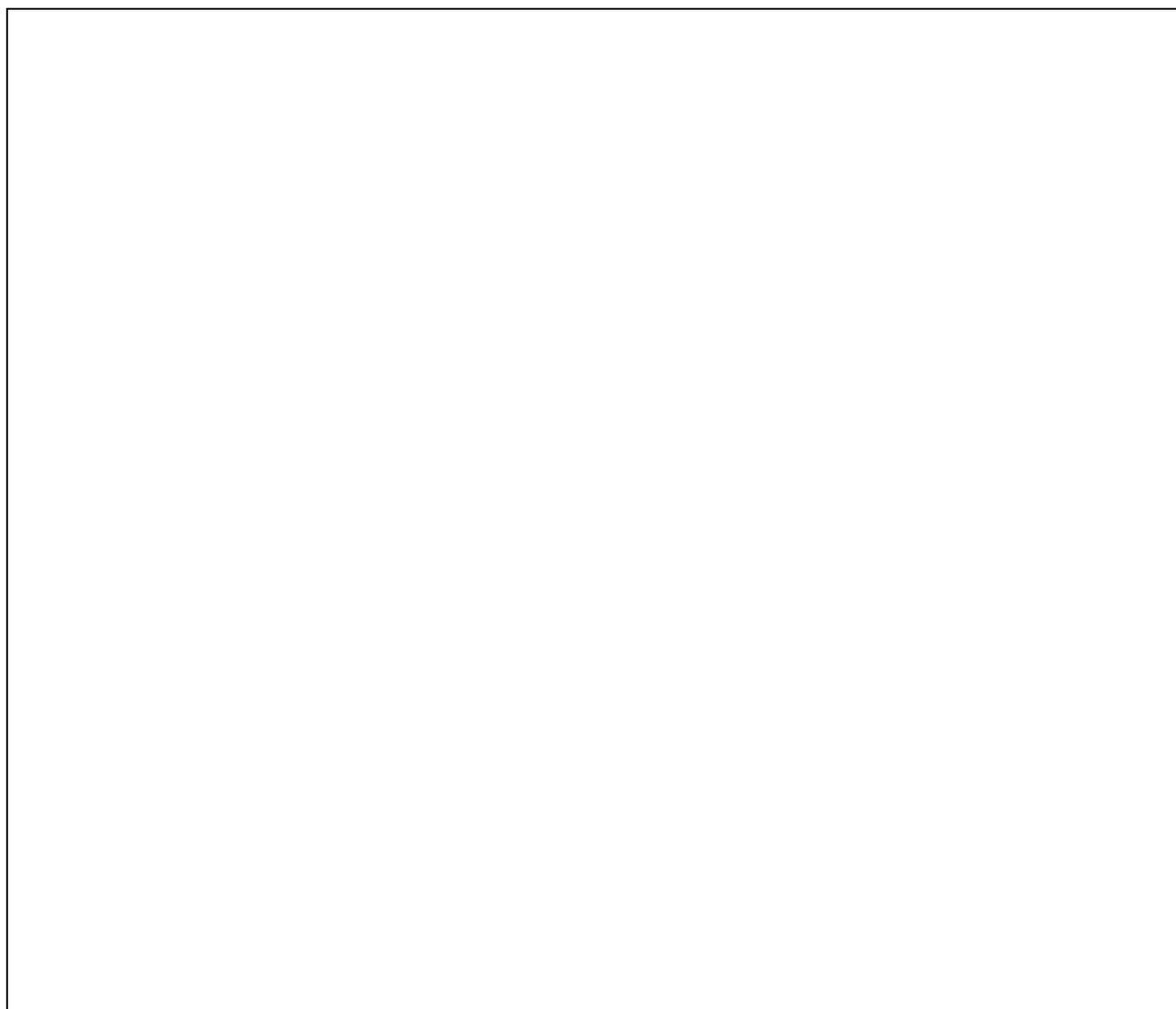
小米粥 (qyumoq trakis)	▪	
小米麻糬 (hikil trakis)	▪	
小米飯 (mami trakis)	▪	
小米香蕉飯 (trakis guquh)	▪	
小米醃肉 (tmmyan)	▪	
小米酒 (qwaw trakis)	▪	

二、想一想

你最想嘗試哪一種小米美食？為什麼？

三、加分挑戰

請畫出你想像中的「小米大餐」場景，把你喜歡的小米美食都擺上桌！



■附件二：

學習單：小米與祭典—祖靈的連結

()年()班()號 姓名:()

一、請將祭典名稱與意義配對，並在空格內填入正確的代號。

祭典名稱（請在空格內寫上意義代號）

1. 摘穗祭（lmahuw） _____
2. 播種祭（smyatu'） _____
3. 祖靈祭／感恩祭（smyus lkotas） _____

祭典意義

- A. 象徵感恩祖靈的庇佑與收成的祝福
- B. 象徵開始新的耕作與希望的起點
- C. 象徵收成，慶祝小米成熟

二、想一想並回答

1. 為什麼泰雅族的祭典中「不能沒有小米」？

-
2. 小米對泰雅族人來說，不只是食物，還代表了什麼精神？
-

三、加分挑戰（自由作答）

請在下方畫出你想像中充滿小米的泰雅族祭典場景，並試著加上祭典名稱或小米元素。

■附件三：

學習單：小米美食體驗與文化傳承

()年()班()號 姓名：()

一、我的小米美食體驗紀錄

1. 今天我們做的小米美食名稱是：_____
2. 它的泰雅族語名稱是：_____
3. 製作步驟我印象最深的是：_____

(例：搗小米麻糬、搓成圓球、沾花生粉等)

二、品嚐心得

1. 我做的小米美食看起來： 很漂亮 普通 有點特別
2. 它吃起來的味道或口感是：_____
3. 我給自己的作品打分數（1-5顆星）：★★★★★

三、學到的文化意義

1. 祖先為什麼要做這些小米美食？

2. 我覺得我們可以怎麼把小米美食的智慧傳承下去？

四、加分挑戰（自由創作）

請畫出你今天完成的小米美食，或畫出你想像中的「小米美食大餐」場景！

■附件四：

學習單：回家分享小米的故事

()年()班()號 姓名：()

一、我學到的小米知識

請寫下你學到的有關小米的 2 件事：

1. _____

2. _____

二、我跟家人分享了什麼故事

今天我告訴家人關於小米的故事是：

家人聽到的感想：

三、我從分享中得到的新收穫

透過跟家人分享，我覺得：

- 更了解泰雅族文化
- 覺得小米很特別
- 學會尊重原住民智慧
- 其他：_____

四、加分挑戰（親子互動）

請和家人一起畫出一幅「小米的故事」或「小米大餐」的想像圖，貼在下方空白處。
（可畫小米美食、祭典或祖先傳承的場景）

