附件六教學活動設計表(以下表格僅供參考，可自行修增)

# 「苗栗縣115年度校園食農教育教案徵選活動」教學活動設計表

| | | | |
|---|---|---|---|
| 教案名稱 | 「手」護在地美味：惜食水餃小達人 | 設計者 | 李俞蓁、洪芷芊 |
| 學習領域 | 綜合活動、生活課程、自然科學、健康與體育 | 預計結合之在地特色 | 苗栗在地契作高麗菜、苗栗優質黑豬肉 |
| 學習階段 | ■低年級 ■中年級<br>■高年級 □國中 | 教學時間 | 40分鐘，共1節 |
| | | 學生人數 | 101人，5個班 |
| 課程活動設計重點 | 1.文化傳承：透過張仲景「嬌耳」的故事，了解水餃的由來與醫者仁心。<br>2.在地連結：認識苗栗在地生產的蔬菜與肉品，縮短食物里程。<br>3.科學探索：觀察水餃烹煮時體積與密度的變化，了解「熟了會浮起來」的科學原理。<br>4.惜食行動：實踐「吃多少包多少」，並學習利用剩餘食材做出美味內餡。 | 食農教育素養 | 飲食文明與文化（了解水餃文化起源）<br>農業生產與環境（認識在地食材）、飲食消費與生活（實踐惜食行為）。 |
| | | 2030永續發展目標 | 1. SDG 2 消除飢餓（促進永續農業）<br>2. SDG 12 責任消費與生產（減少食物浪費）。 |
| 課程理念 | 以「動手做」為核心（Learning by doing），結合歷史典故、科學觀察與在地認同，建立學生對食物的尊重與正確的飲食價值觀。 | | |
| 設計依據 | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 學習重點 | 學習表現 | 1. 能說出水餃的由來及其象徵意義。<br>2. 能正確使用在地食材完成水餃包裹。<br>3. 能觀察並描述水餃受熱後的物理變化。 | 核心素養 | 自三（探究精神）、<br>口三（溝通表達）、<br>環一（環境覺知與友善行動）。 |
| | 學習內容 | 1. 食物的來源與在地農業特色。<br>2. 簡易膳食製備與創意運用。<br>3. 珍惜食物與減少浪費的具體做法。 | | |
| 議題融入 | 食農教育、環境教育及品德教育。 | | | |
| 教材來源 | 參考「【美食典故】餃子的由來」影片及自製教學 PPT（含水餃烹煮原理圖）、女媧傳說「咬住線」的傳說 | | | |
| 教學設備/資源 | 水餃皮、苗栗在地高麗菜、豬絞肉、調味料、電磁爐、大漏勺、餐具、投影片、電腦。 | | | |

**學習目標**

1. 學生能認識醫聖張仲景發明「嬌耳」治凍傷的故事。
2. 學生能辨識出苗栗在地優質食材。
3. 學生能說明水餃受熱膨脹、密度變小而浮起的現象。
4. 學生能實踐「惜食」觀念，不浪費食材。

**課程架構**

【起源篇】（張仲景的嬌耳湯）→
【食材篇】（苗栗在地農產）→
【科學篇】（體積與密度）→
【惜食篇】（小達人動手做）

**教學活動設計**

| 教學活動內容及實施方式 | 時間 | 教學資源 | 評量 |
|---|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1、引起動機<br>一、【溫情嬌耳湯】<br>(1) 講述東漢末年張仲景告老還鄉，在冬至時為了救治耳朵凍爛的老百姓，發明「祛寒嬌耳湯」的故事。<br>(2) 提問：水餃最初的形狀是模仿哪個器官？（答案：耳朵） | 5 分鐘 | 【美食典故】餃子的由來影片 | 口頭問答 |
| 2、發展活動<br>一、【在地美味與科學奧祕】<br>(1) 食材點點名：介紹這次使用的苗栗在地高麗菜與豬肉，講解「吃在地、食當季」對環境的好處。<br>(2) 水餃小達人：講師示範如何將適量內餡包入皮中，強調「適量」不貪多，避免浪費與撐破皮，並且讓學生動手製作自己的水餃<br>(3) 科學大發現：觀察水餃下鍋。講解烹煮原理：水煮開後，水餃受熱膨脹，內部充滿空氣與蒸氣導致體積變大、密度變小，因此會浮出水面。 | 30 分鐘 | 自製教學 PPT(包含食材的介紹、包水餃口訣及煮水餃的密度變化) | 實作評量、觀察評量 |
| 3、綜合活動<br>【「手」護美味，珍惜糧食】<br>(1) 共同品嚐親手製作的水餃，分享在地食材的鮮甜口感。<br>(2) 宣導惜食：學習女媧造人的傳說中「咬住線（餡）」的寓意，提醒學生每顆水餃都包含農民的辛苦，應全部吃完，不隨意遺棄。 | 5 分鐘 | 女媧傳說「咬住線」的傳說 | |

| 學生學習條件分析(學生的先備經驗，已有之學習基礎) |
| --- |
| 1. 先備經驗：多數學生曾有吃水餃的經驗，但較少親自參與包裹與烹煮過程。<br>2. 學習基礎：低年級學生具備基礎動手能力；中高年級學生具備基礎的物理概念（如浮力），能深入探討密度變化。 |
| 預計合作之友善農漁民團體 |
| 此項可不填 |

(請單獨一份，謝謝)