

## 提報內容

發表時間：2017/12/28 22:11 瀏覽數：7 回應數：1 葉片數：

### 一般提報

標題：粒粒米飯皆愛心  
 提報分類表：綠色生活類  
 策劃/執行人：葉和昌、蔡慧玲  
 動機：其他  
 目標範圍：班級性  
 難易度：困難  
 實施期間：2017/09~2017/12  
 參予人數：70人

#### 目標：

一、能藉由海山校園電視台節目傳達有機米生產的過程，體會農夫靠天吃飯及栽種的辛苦，察覺米飯得來不易。二、從種菜體驗的過程中，學生學會順應自然天候、愛護小動物、珍惜每粒米飯。三、有機農夫蒞校演講，學生能體會有機栽種對地球生態的影響，並能感受到有機農夫滿滿的愛心。四、學生經由煮飯實作過程，學習生活自理能力，愛惜食物，實踐綠色生活。五、鼓勵學生將營養午餐吃光光，並經由師生共同討論，撰寫小日記及學習單。

#### 進行方式：

一、請學生收看海山校園電視台(用心飲食救地球節目：快樂的農夫、一粒米的珍貴)，讓學生充分了解農夫有機栽種稻米的心路歷程，使其深深的感受到農夫靠天吃飯的辛勞及無比的愛心。二、使用天然自製酵素及有機肥料，指導學生進行有機栽種(包括播種、拔除雜草、細心澆水)。播種後，因為天候不佳，連日下雨，導致菜苗無法順利成長，而必須重新播種，對此，學生非常憂心，幸好日後天氣放晴而能再次播種，也鬆了一口氣。在生長的過程中，又遭遇菜蟲啃食蔬菜，導致產量減少的情況，此時教導學生學會用愛心正面看待，不去傷害小生物，而菜園也逐漸出現蚯蚓、雞母蟲、蝴蝶、斑鳩等多樣性的生態。三、學校邀請有機農夫蒞校演講，並以「鴨間稻」為主題，讓學生了解有機製米的過程(包括：整地、育苗、插秧、施肥、除草、收割的心路歷程，及鴨子在稻米生產過程中所扮演的角色)。最後有機農夫透過與學生的互動問答，說明農藥對環境的危害，讓學生體會有機栽種對健康的重要性，而大家都收穫滿滿的感受這場有機心靈饗宴。四、班上使用有機米進行煮飯的活動，將學生分為六組，各組學生經由煮飯實作過程，包括：量米一杯、洗米兩次，內鍋及外鍋加固定比例的水，按下開關。過程中，學生小心翼翼的不浪費一粒米，並把洗米水集中澆花。約30分鐘，米飯煮熟，小心打開鍋蓋，然後把飯翻一翻均勻，感受撲鼻而來的香味。最後，各組學生進行海苔包飯的活動，並大快朵頤的享用美味的飯糰。五、學生在校享用營養午餐時，在飯前一起念出感恩詞，聞聞食物的香味，並鼓勵學生把飯菜吃光光。六、經過一系列的活動後，老師透過分組討論、形成意見、撰寫學習單、小日記等歷程，使學生表達出珍惜食物的方式，並付出實際的行動，在家幫忙煮飯，感謝有機農夫無私的愛心。最後，也介紹有機農產品標章及學校周遭的有機商店(例如綠色大地、里仁、農學市集、天和鮮物、微光市集等)，鼓勵學生及其家長多多購買有機商品，支持有機農夫。

#### 成果描述：

一、學生能透過多元的方式學習，包括：收看海山電視台、親自種菜的體驗、有機農夫의分享、煮飯實作的過程、將營養午餐吃光光的活動、課堂的問題討論、學習單撰寫及心得發表等方式來了解並體會有機種植的重要性，並感受到有機農夫靠天吃飯的辛勞及對小動物無比的愛心。二、學生在有機種菜的過程中，能學習感恩、順應自然、珍惜食物、尊重生命。而透過有機農夫의分享，瞭解有機米生產的過程及農夫靠天吃飯的辛勞，真正支持有機農夫，體會粒粒米飯皆愛心的意涵。三、學生在煮飯的過程中，能夠學習生活自理能力，不浪費每一粒米粒及洗米水，並負責任的將使用過的餐具清洗乾淨，而日後能主動的把飯菜吃光光，發自內心感受米飯的香甜、幫忙做家事。四、師生在課堂進行多次的問題討論，(包括：1.我們這次播種的蔬菜有菠菜、茼蒿、珠蔥，當你播種它時，心中的感覺如何？2.種菜時，我們應該注意哪些事情呢？3.這些日子以來，你所種下的菜有沒有平安順利的長大呢？遇到哪些問題？請用心觀察看看，並說出它的變化。4.菜蟲已經跑出來吃我們心愛的菜了。請想想看，面對菜蟲我該如何處理呢？5.請對你最愛的菜說出滿滿祝福的話，並學會珍惜、感恩與尊重生命。6.經由有機農夫의現身說法，你覺得有機農夫最辛苦的地方在哪裡呢？我們可以做哪些事情來支持有機農夫呢？7.從煮飯及包飯糰的過程中，你學習到了哪些事情？8.為什麼你現在會想要把營養午餐吃光光？吃完飯你的感覺如何？)經由上述問題的討論，相信學生能重視自己在食農教育上扮演的角色，並藉由省思的歷程，真正將觀念內化在自己的心中，付出實際行動。

#### 實施心得：

一、在以前，發現許多學生會浪費食物，也不了解有機種植的重要性，藉由這次種菜及煮飯的過程養成學生懂得珍惜食物，避免挑食，遠離食品添加物，擁有健康的概念，並感受農夫的辛勞及愛心。二、學生在種菜的過程中，雖然面臨到許多問題(包括天候不佳、蟲害、雜草叢生)，但經過這些問題的細心處理，才能真正體會農夫種菜的辛勞，察覺飯菜得來不易，從而更親近土地，愛

護環境，並與大自然和平共處。三、學生透過煮飯實作的過程，學會如何自理日常生活，主動幫忙做家事，珍惜每粒米飯，享受米飯幸福的滋味，而對有機農夫的真誠感謝，也是此次課程很重要的價值。

#### 學習者心得：

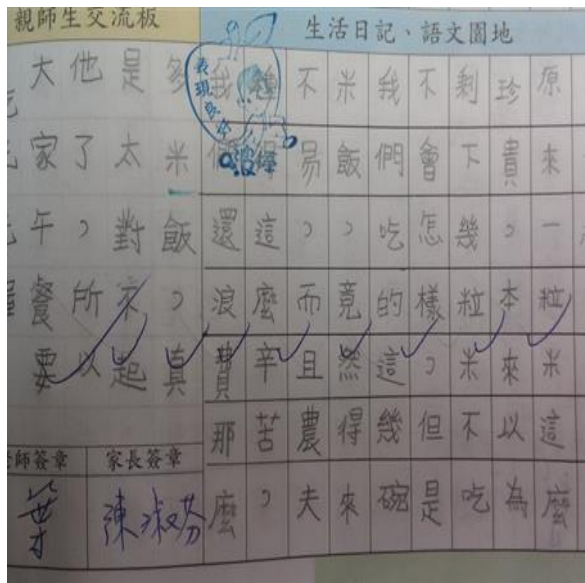
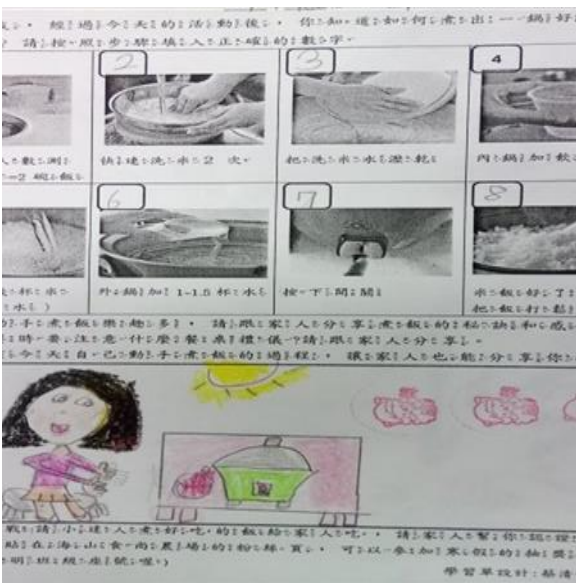
一、因為連日大雨，種子需要重新播種，讓我很擔心，但是老師鼓勵我們不要放棄，必須再接再厲，我覺得當農夫真的很不容易，必須要擁有耐心、愛心及善良的心。二、認識了有機農產品標章，我們以後可以多購買有機蔬菜，來支持農夫繼續種植有機作物，給他們信心。三、吃有機蔬菜可以保護地球上的生態環境，如果使用農藥，不但傷害許多動物，汙染到我們的土地及水源，最終受害的就是自己。四、我應該感謝農夫，感謝土地，自己未來也想成為一位種有機農夫，因為他們很辛苦的為了所有人的健康而努力，我覺得很偉大。五、我很感激老師教會了我如何煮飯，自己煮出來的飯感覺特別香甜，我以後也會常常幫忙父母煮飯、做家事。六、我覺得學校的營養午餐很香、很好吃，我以後不會浪費，一定會把它全部吃光光。七、我們真的很幸福，不應該挑食，要珍惜每一口米飯，因為裡面充滿著農夫滿滿的愛心。

#### 補充：

#### 上傳圖片：







上傳檔案：