

【三】教案摘要與理念

1. 教學背景說明：

本課程以食物浪費與創意料理為核心，從全球糧食浪費的議題出發，聚焦於校園午餐廚餘日益增加的現象，引導學生反思珍惜食物的重要性。透過剩食議題探討與咖哩料理設計，學生將學習如何轉化剩餘食材，創造美味又環保的料理，並將永續飲食的概念落實於日常生活。

2. 教學創新策略：

本課程突破了學校教室環境與器材限制，並大幅節省場地布置與器材回復的時間。透過數位科技與AI應用，學生即使無法實際烹調，也能完整呈現料理設計。學生透過剩食議題討論與咖哩食譜創意發想，思考如何善用剩食製作美味料理，並運用數位科技與AI工具，與AI助手討論構思食譜、利用線上平台彙整小組的創意想法，最後練習給予正確的指令及描述，讓AI生成創意料理圖片，不僅補足校園教室內的實作限制，也提升學習的互動性與創造力，讓學生在虛擬與實際情境中獲得更完整的學習體驗。

3. 教學成效評估：

透過本課程的設計，學生不僅能深化對剩食議題的認識，還能在過程中培養創意思考與問題解決能力。透過數位科技的應用，學生能將想法具象化，並透過同儕互評與交流，提升團隊合作與表達能力。此外，課程讓食農教育與環保意識在有限的學校環境中得以落實與推廣，使學生真正內化珍惜食物與永續飲食的理念，並應用於日常生活，達成學習目標。同時，學生也能習得數位學習工具的使用技巧，提升AI應用能力，並透過規劃策略解決日常生活問題，進一步落實「實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境」的核心素養目標。

4. 教學對象

幼兒園 國小低年級 國小中年級 國小高年級 一般市民

國中生 高中(職)生 大專學生 特教生 親子團體

其他 _____

5. 教案內容及實施方式

實施場域	臺北市國小校園 (一般教室)	活動時間	40分鐘 (一節課)	適合人數	20~30人 (一個班)
設計理念	<p>剩食變美食，AI 助攻、惜食登頂，我們是料理王！</p> <p style="text-align: center;">Curry On !</p> <p>一、問題導向學習（PBL）：以「食物浪費」為核心議題，透過資料分析、討論與實作，引導學生找出可行的解決方案，培養批判思考與解決問題的能力。</p> <p>二、探究與實作：透過「咖哩改造」的食譜設計，讓學生實際應用剩食轉換概念，從發想到設計，培養創意思考與實踐能力。</p> <p>三、AI 科技融入數位學習：學生透過平板進行學習任務，如與 AI 助手討論構思、於 Padlet 平台共同編輯彙整小組想法、應用 AI 繪圖生成等，提升數位學習能力，並善用科技輔助學習。</p>				

	<p>四、合作學習與表達：運用四學模式（自學、共學、互學、導學），學生透過小組討論、互評與發表，培養團隊合作與表達能力，增進溝通與協作技巧。</p> <p>五、公民素養與環境意識：課程引導學生關注環保議題，理解珍惜食物的重要性，並透過行動實踐環境友善理念，提升公民素養。</p>				
學習目標	<p>一、認識食物浪費現況：透過數據與案例，了解台灣食物浪費的問題，並提出至少一項減少浪費的行動方案。</p> <p>二、學習咖哩食材與變化：認識咖哩的基本食材與常見香料，並運用替代食材發想不同的咖哩變化。</p> <p>三、創意剩食料理設計：根據真實剩食情境，小組合作設計創意咖哩食譜，透過圖示呈現口頭發表，培養問題解決與表達能力。</p> <p>四、運用數位科技進行學習：透過酷 AI 平台與 AI 小幫手對話、Padlet 協作平台、AI 生圖工具等數位學習工具，提升科技應用能力，並嘗試精確描述與指令運用。</p> <p>五、培養環保與公民素養：透過課程實作與討論，學生能關懷環境，理解珍惜食物的重要性，並實踐環境友善行動。</p>				
學習重點	<table border="1" data-bbox="390 1603 1465 1980"> <tr> <td data-bbox="390 1603 557 1821">學習表現</td><td data-bbox="557 1603 1465 1821"> <ul style="list-style-type: none"> ● 2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活中的問題。 ● 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 </td></tr> <tr> <td data-bbox="390 1821 557 1980">學習內容</td><td data-bbox="557 1821 1465 1980"> <ul style="list-style-type: none"> ● Bc-III-2 解決日常生活問題的資源與方法。 ● Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。 </td></tr> </table>	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活中的問題。 ● 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● Bc-III-2 解決日常生活問題的資源與方法。 ● Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。
學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活中的問題。 ● 3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。 				
學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● Bc-III-2 解決日常生活問題的資源與方法。 ● Cd-III-4 珍惜生態資源與環境保護情懷的展現。 				

核心素養	<ul style="list-style-type: none"> ● A2 系統思考與解決問題 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。 ● C1 道德實踐與公民意識 綜-E-C1 關懷生態環境與周遭人事物，體驗服務歷程與樂趣，理解並遵守道德規範，培養公民意識。 	
議題融入 (環境教育)	<ul style="list-style-type: none"> ● 環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。 ● 環 E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。 ● 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 ● 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 	
主題內容流程說明	時間	教學資源
<p>第一部分：課前影片（學生自學）</p> <p>目標：讓學生了解食物浪費的問題，帶著思考及學習動機進入課堂討論。</p> <p>作業內容：觀看影片並思考問題。</p> <p>[學生自學]任務1：</p> <p>【台灣剩食之旅：我們可以不再浪費-上集】</p> <p>(1) 為什麼許多臺灣人不覺得自己是浪費食物的？</p>	0 課前自學作業	任務1影片：【台灣剩食之旅：我們可以不再浪費-上集】 https://www.youtube.com/watch?v=4t1-Mzvh160

<p>(2) 在農產品批發市場中，哪種因素會「最明顯」影響水果的價格？</p> <p>(3) 以下哪項「不是」導致食物浪費增加的原因？</p> <p>[學生自學]任務2：</p> <p>【台灣剩食之旅：我們可以不再浪費-下集】</p> <p>(1) 以下哪項「不是」造成學校午餐剩食的主要原因？</p> <p>(2) [為什麼台灣的豬被認為「吃得好」？</p> <p>(3) [以下哪項不是造成食物浪費的原因？</p>		<p>任務2影片：【台灣剩食之旅：我們可以不再浪費-下集】</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=C44R6QPv8oI</p>
<p>第二部分：課堂導入（教師導學）</p> <ul style="list-style-type: none"> • 進行問題探討：(酷 AI)、(PPT 第 2-9 頁) <ul style="list-style-type: none"> ◦ 課前影片-問題討論(酷 AI-互動影片) ◦ 個人發表時間-[教師導學]任務 3：為了減少食物浪費，有沒有什麼事情是我們可以做的呢？ ◦ (酷 AI-討論+酷 AI-Ai 小幫手) • 議題導向咖哩：播放影片 剩食改造 Action! • 簡介咖哩的特色：(PPT 第 11-17 頁) <ul style="list-style-type: none"> ◦ 介紹咖哩的關鍵食材、咖哩的基本組成 	10分鐘	<p>個人發表時間-酷AI 討論-酷AI-Ai 小幫手</p> <p>【剩食改造Action!】</p> <p>影片：</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=uFtsOL63gMU</p>

<p>(馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、肉類)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ 認識常見香料：薑黃、小茴香、肉桂等 (各組傳閱、試聞) ◦ 咖哩與剩食的關聯：咖哩能讓剩食變美味！ 		
<p>第三部分：咖哩的食材變化-創意咖哩</p> <p>設計</p> <p>(組內共學 & Pedlet)</p> <p>討論內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 我們這組曾經遇到的剩食情境：(舉例) <ol style="list-style-type: none"> 1.週末煮太多飯，冰箱剩很多白飯。 2.媽媽買了太多蔬菜，冰箱有快壞掉的青菜。 3.朋友來家裡聚餐，剩下一些炸雞塊與薯條。 4.香蕉一串很多根，還有剩下很多吃不完。 ● 我們這組的創意咖哩食材：(舉例) <ul style="list-style-type: none"> ◦ 主食：白飯 ◦ 蔬菜/水果：薯條(?)、香蕉 ◦ 肉類：炸雞塊 ● 我們給 Ai 繪圖的描述：一盤有香蕉的咖哩飯，上面撒了薯條、炸雞塊 	<p>Pedlet(酷 AI- 素材)</p> <p>(https://padlet.com/wingtien23/breakout-room/7PY5qNyx0DKG2Ba8-oO6VvPqA8OgmbrwD)</p> <p>15分鐘</p>	

 <p>(由組長負責輸入文字及 Ai 生圖，其他組員操作酷 Ai 小白板繪圖)</p>		
<p>第四部分：創意咖哩發表 & 人氣票選 (組間互學)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 小組發表 (12分鐘) <ul style="list-style-type: none"> ◦ 每組派一位代表上台分享創意咖哩 ◦ 其他學生可提問或給予回饋 • 人氣票選 (3分鐘) <ul style="list-style-type: none"> ◦ 每位學生可投票選出第1高票「最創意獎」、第2高票「最環保獎」、第3高票「最美味獎」、第4高票「最咖哩獎」。 	3分鐘	
<p>第五部分：課程總結 (PPT 第 21-24 頁)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 咖哩是對身體與環境都友善的料理，為了盡量避免浪費食物，從可以做到的小地方開始努力吧！ • 畫畫學習單說明。 		
<p>其他相關資料 (如活動附件等)</p>	<p>參考資料：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. [學生自學]任務1：【台灣剩食之旅：我們可以不再浪費】 (1) : https://www.youtube.com/watch?v=4t1-Mzvh160 2. [學生自學]任務2：【台灣剩食之旅：我們可以不再浪費】 (2) : https://www.youtube.com/watch?v=C44R6QPv8oI 3. 好侍咖哩 剩食改造 Action!： https://www.youtube.com/watch?v=uFtsOL63gMU 2025小綠芽X好侍咖哩_課程簡報 	