

### 【三】教案摘要與理念

#### 1. 教學背景說明：

故鄉農園位於臺北市山區，致力於推廣友善耕作與永續農業，並結合教育與體驗活動，讓學生深入了解在地作物與農業生產過程，園區內設有花卉區與蔬菜區，種植金針花、海芋、高山蔬菜等作物，本教案以金針花為特色，展示竹子湖在地的生長環境與生產季節。

竹子湖地區位於陽明山的腹地，氣候涼爽，水資源豐富，早年因地勢坡緩，適合梯田農耕，逐步發展成著名的高山蔬菜與花卉產地，其又以盛產海芋、繡球與高山蔬菜聞名後期開始金針花的，農民利用梯田的水土保持功能，友善栽種多種作物，維持生態環境穩定，當地農業歷史悠久形成獨特的農村風貌。

#### 2. 教學創新策略：

- (1)金針花透過實地觀察與採摘金針花，讓學生認識其生長環境與友善耕作的重要性，理解金針花在梯田水土保持和生態永續中的角色，培養尊重自然與珍惜作物的態度。
- (2)金針花粿結合傳統米食文化，運用南瓜天然染色與紅豆餡，讓學生動手製作金針花造型粿，促進感官體驗與創意發揮，深化對食物加工與文化傳承的認識。
- (3)農村午餐與自己做的甜點粿：透過自採友善耕作的農場蔬果享製作午餐及自製金針花粿，實踐從產地到餐桌的飲食體驗，強化食材來源與製作過程的連結，培養飲食感恩與健康飲食觀念，提升飲食素養與文化理解。

#### 3. 教學成效評估：

- (1)能口語描述金針花的特徵與生長環境：學生能說出金針花的食用注意事項與食用部位、金針花與梯田的關係，展現基本植物知識理解。
- (2)能辨識不同花齡的金針花並完成採摘體驗：學生能區分「一日花」「二日花」「三日花」與全株可利用的金針花部位，並具備採摘操作能力。
- (3)能完成金針花造型粿的製作並說出食材來源：學生能親手完成粿的塑形，並說明南瓜染色與紅豆餡的食材特色，展現創意與文化應用。

(4)能在午餐分享中表達對農作物與食物的尊重：學生在享用自己的食物後，能分享心得，展現對食物與農人勞動成果的感恩與珍惜態度。

#### 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	故鄉農園	活動時間	3.5-4 小時	適合人數	20 人
設計理念	<p>本教案以金針花為主題，結合農園導覽、植物觀察、採摘體驗、傳統加工與食材創意應用，打造一條從「作物認識」到「田園午餐」的食農教育體驗路徑。設計上從學生視角出發，結合實際農場環境與季節作物，透過自然情境與實作活動，提升學生對在地農業與飲食文化的認識與參與動機。</p> <p>本教案呼應食農教育三大面向：在知識理解面向中，學生透過園區導覽與作物介紹，認識花卉與蔬菜區的栽種方式，學習金針花的生長條件、產季、可利用部位與其對水土保持的價值；在實作體驗面向中，學生參與金針花採摘與辨識不同花期，實地學習日曬乾燥流程與天然保存技術，進而延伸到以南瓜染色、紅豆泥餡製作的金針花造型粿，提升對食物製作與創意應用的能力；而在價值態度面向中，學生透過「田園午餐時光」，享用自己參與製作的甜點與農園自採蔬菜加上預備的料理，學習尊重食物來源、珍惜自然資源與感謝農人付出，建立正向飲食態度與惜食的態度。</p> <p>同時，本教案貫穿食農教育六項目標：包括食物（認識金針花與蔬菜為食材來源）、農業（了解友善耕作與農業永續）、環境（理解金針花種植與水土保持的關係）、營養（認識天然食材與健康飲食）、飲食（實作體驗傳統米食與營養搭配）、文化（傳統紅龜粿與金針花結合的創意展現），藉由活動整合，讓學生在五感與知識層面都能與土</p>				

	地、作物與飲食建立深刻連結，達成多元學習與食農教育的目標。
學習目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識友善食材來源：了解農場使用的蔬菜、金針花等皆來自友善耕作，培養學生對食材選擇的基礎知識。</li> <li>● 實踐產地到餐桌歷程：從參與種植、採收、製作到享用，加深學生對食物完整流程的理解。</li> <li>● 提升飲食文化素養：透過自製金針花牒與農村料理，體會在地農產與傳統飲食文化的連結。</li> <li>● 培養珍惜與感恩態度：在品嚐過程中反思食物背後的勞動與土地價值，建立珍惜與感恩的飲食態度。</li> </ul>

主題內容流程說明	時間	教學資源
<b>活動壹、梯田導覽與作物認識</b> <b>【引起動機】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動目標：帶領學生走進故鄉農園，透過觀察花卉與蔬菜兩大作物區，了解友善耕作與自然共生的農業模式，培養對土地與環境的關懷。</li> <li>● 活動內容： 由講師導覽園區，介紹花卉區與蔬菜區的主要作物與栽培季節，說明農園如何依地形與氣候條件進行多元種植。 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 展示金針花：引導學生觀察金針花的生長環境與外觀特徵，思考「金針花為什麼適合梯田？」、「梯田如何幫助水土保持？」等問題。</li> </ul> </li> </ul>	10:00-10:40 (40分鐘)	簡報或說明道具、農園地圖

<ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 延伸討論：介紹竹子湖地區的梯田耕作由來，理解金針花栽種與在地環境的緊密關聯，認識友善農法對生態與農業永續的價值。</li> </ul>		
<p><b>活動貳、金針花知識小教室：現摘體驗與碧玉筍介紹</b></p> <p><b>【發展活動】</b></p> <p>活動目標：透過實地觀察與操作，認識金針花的生長週期與採收方式，了解可食部位與食用安全，培養學生尊重自然、珍惜食材的態度，並結合觀察、探究與表達能力。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 導入認識：介紹金針花的特性，說明花苞為主要可食部位，並利用實物觀察「一日花」、「二日花」、「三日花」的外觀差異與用途。</li> <li>● 田間觀察：進入花田進行實地巡查，觀察不同花齡的金針花生長狀況，體驗「二日花」的採摘，觀察花苞質地與色澤變化。</li> <li>● 植物解說：說明金針花整株結構，展示花苞與莖部「碧玉筍」，介紹其料理方式與營養價值，強調植物全株利用的永續概念。</li> <li>● 生活應用：認識乾燥金針與鮮花的烹調差異，示範日曬乾燥步驟，了解傳統保存技術與無添加加工方式，強化對食安與永續農業的理解。活動內容：</li> </ul> <p><b>金針花小教室   活動內容整理</b></p> <p>導入認識：金針花是什麼？</p> <p>介紹金針花的特性，說明金針花的花苞為主要可利用部位，並透過實物，引導學生觀察「一</p>	10:30-11:30 (30分鐘)	幾株金針花、手套

<p>日花」「二日花」「三日花」的外觀差異與用途。</p> <p><b>實地觀察：田間看金針</b></p> <p>帶領學生進行金針花田區巡查，實際觀察不同花齡的金針花，進行「二日花」的採摘體驗，觀察花苞狀態與質地變化。</p> <p><b>植物解說：金針花的全身寶</b></p> <p>講解金針花整株結構，現場展示花苞與莖，說明每株金針花的莖為「碧玉筍」，介紹其食用方式、料理方式，強化學生對植物全株利用價值的理解。</p> <p><b>生活應用：金針花上菜囉！</b></p> <p>簡介金針花常見的烹調方式，說明「乾燥金針」與「新鮮金針」的料理差異。帶領學生認識傳統天然加工方式，實作金針花的日曬乾燥流程，了解保存技術與古早智慧，並強調無添加、自然晾曬的食安與永續概念。</p>		
<p><b>活動參、【金針花粿 DIY 體驗】以南瓜皮染色 + 紅豆餡製作金針花造型粿</b></p> <p>學習目標：透過傳統食物製作與天然加工的實作活動，加深學生對「產地到餐桌」的整體理解，認識在地作物的多元價值，並鼓勵學生發揮創意，轉化農產為文化創意。</p> <p>活動內容：金針花造型粿 DIY 實作體驗 內容概述：延續前一階段對金針花作物的認識與採收、乾燥體驗，進一步進行生活應用與創意延伸。</p>	<p>11:30-12:00 (30分鐘)</p>	<p>一、外皮材料 (南瓜天然染色) 糯米粉、熟南瓜泥、糖、食用油。</p> <p>二、餡料材料 (內餡) 熟紅豆泥、糖。</p> <p>三、造型與工具 粿模、蒸籠／電鍋、用於粿蒸熟防沾墊或糕粿</p>

<p>結合傳統紅龜粿的概念與天然食材染色技巧，進行「金針花造型粿」製作，讓學生以食材為媒介，展現對地方農產的理解與文化創意。</p> <p>操作步驟：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 文化引導：介紹紅龜粿的民俗意涵與傳統節慶角色，建立學生對傳統文化的基礎認識。</li> <li>● 天然染色：使用南瓜泥調製外皮，呈現金針花花瓣的金黃色澤，說明天然色素的安全性與來源。</li> <li>● 餡料製作：以紅豆泥作為餡料，討論其與金針花風味的搭配，延伸在地食材的食感與營養。</li> <li>● 造型實作：學生自由捏製金針花造型粿，鼓勵觀察實物與發揮想像力，進行外觀細節設計。</li> </ul>		<p>紙、篩網與鍋具。</p>
<p><b>活動四、【田園午餐時光】享用農家便當 + 自製金針花粿</b></p> <p><b>【綜合應用與回饋】</b></p> <p>活動目標：透過友善耕作料理與自製粿食的分享，實踐從產地到餐桌的完整體驗，深化對食材來源的尊重與感恩。</p> <p>活動內容：學生享用由農園準備的在地午餐，搭配親手製作的金針花粿，體會自然風味與手作成果。</p> <p>活動最後進行「今日亮點分享」與小測驗，回顧學習重點，強化記憶與反思。</p> <p>完成活動後頒發體驗證書，鼓勵持續關心在地農業與永續飲食。</p>	<p>12:00-13:30 (90分鐘)</p>	<p>農場餐桌料理 結業證書</p>

