

教育部 114 學年度場域導向基地學校

【教學活動成果表】

基地學校	宜蘭國小		基地學校類型		☒ 社區導向型 ☐ 機構導向型
課程主題	用五感認識宜蘭人的灶跤－宜蘭南北館市場		課程主題介紹		本課程以「用五感探訪市場」為主軸，引導學生從自身經驗出發，認識社區中熟悉卻容易被忽略的生活場域。學生將透過觀察與簡單訪問，了解市場中不同攤位的功能、工作內容與人際互動，感受傳統市場所蘊含的在地文化與生活智慧。在學習過程中，學生不僅培養五感覺察能力，也逐步建立對日常生活環境的理解與關懷，學會觀察、紀錄與表達所見所聞。透過整理與分享市場經驗，孩子能進一步理解「社區與生活」之間的關係，認識人們如何在同一個空間中分工合作、彼此依賴。 本課程強調從生活出發的素養學習，讓學生在真實情境中探索問題、累積經驗，並以多元方式表達學習成果，培養觀察力、表達力與對在地文化的認同感，為社會領域「社區與生活」單元奠定良好的學習基礎。
適用年級	四年級 401	教學節數	5	實施時間	☒ 領域課程： <u>社會</u> 領域 ☒ 彈性學習 ☐ 校訂必修
課程團隊	姓名		職稱		學科專長領域
	陸昱任		國教輔導團秘書		課程研發、數理
	方子維		文史工作者		在地文化
	王天利		教務主任		台灣台語等領域

	林巧	課研組長	社會領域
	江仲凱	導師	語文數理社會領域
	蔡春麗	導師	語文數理社會領域
	程姿頤	導師	語文數理社會領域
教學活動名稱	走進市場的生活風景-用五感認識宜蘭人的灶咖	連結的領域及科目/教科書使用版本	社會領域/南一版四下單元二：家鄉的產業與創新-認識家鄉的產業/翻轉產業與創新 南一版四下單元四/多元文化與願景-家鄉的古早味/家鄉的文化與變遷 南一版綜合領域/四、社區好資源/2.社區便利行 南一版綜合領域/五、文化旅行趣/1.生活文化快樂GO 翰林版數學領域/四下單元二四則運算 校訂彈性課程-市場文化・生活向陽-宜蘭人的灶咖
教學活動場域介紹	宜蘭市最大的市場-「南北館市場」 「南北館市場」最早叫做「宜蘭街食料品小賣市場」。設立於明治44年（1911），當時是連成一片，光復路尚未打通時，與昇平街成丁字路形，市場就位在路口。直到昭和14年（1939），光復路拓寬並貫通至中山路，原有市場拆除，在道路兩旁分建市場，即為今日的南北館市場。北館市場內現仍維持日治時期空間格局，磁磚牆壁及攤台，別有一番復古風味。其中「三源行」、「一香扁食」和「什菜麵」是北館市場內知名店舖，生意興隆。1980年，南館市場由宜蘭市公所改建新大樓，規劃為綜合性市場，因為貨源充足，依舊是市民平日買菜的首選地點。然而新式樓層式水泥建築，缺乏傳統市場的流動性，二樓以上幾無商家營業，反而攤商卻擁擠於一樓騎樓及路道，形成對比。 「南北館市場」不只是宜蘭舊城，更是全宜蘭縣最大的傳統市場，舉凡日常五金用品、乾料、雞鴨豬羊、鮮魚、鴨賞、魚乾、蔬菜各式配料等，什麼都有。有趣的是這裡也有店舖式的零售業，五金百貨，各式各樣的產品應有盡有，是體驗傳統購物的絕佳市場，物美價廉。 節錄於蘭陽博物館103期蘭博電子報		
教學方法	分組合作學習 實地探查	教學使用媒材	Google數位工具等資源

**教學活動
重點**

一、學習目標

- 1.透過實地探訪並用五感觀察市場文化特色產業與感受人情味
- 2.運用分組合作學習培養觀察、紀錄與提問能力
- 3.藉由分組報告理解在地飲食與生活文化

二、教學活動內容及實施方式

活動一【認識南北館市場】

- 1.教師運用google map找出南北館街景地圖以及南北館市場照片
- 2.介紹南北館的歷史由來



活動二【認識五感】+【五感任務準備】

- 1.教師運用圖卡介紹五感體驗:是指人們運用視覺、聽覺、嗅覺、味覺與觸覺這五種感官來感知世界與環境的方式。

- 2.說明五感任務-行前準備-各組分配任務(五感任務卡學習單)

看一看	找到3種不同攤位
聽一聽	記錄聽到的一種聲音
聞一聞	記住一種味道
摸一摸	描述一種食材觸感
問一問	問攤商一個問題

活動三【我的家鄉味菜色規劃及採買】(菜色採買及預算規劃任務學習單)

- 1.各組規劃採買的菜色(至少3種)及預算
- 2.討論如何呈現菜色及擺盤
- 3.分配規劃組員工作

	-----第1-2節課結束-----			
	活動四【來去逛市場-宜蘭南北館】			
	1. 行前提醒:教師提醒依照分組完成 五感任務及菜色規劃 採買任務 2. 與少年阿公方老師相見歡，由方老師及班導師指導孩子們逛市場			
	-----第3節課結束-----			
	活動五【我的家鄉味菜色製作與分享】			
	1. 由小組成員一起處理所購買的菜色和擺盤拍照共享美食(上傳雲端報告用)。 2. 記錄品嚐過程以及心得			
	-----第4-5節課結束-----			
	活動六【走進市場的生活風景-用五感認識宜蘭人的灶咖成果分享】			
	1. 課程成果任務圖文海報: 教師提醒：海報呈現需要有逛市場的五感見聞、採買過程及菜色分享。 (用畫圖或文字說明都可以) 2. 各組呈現製作成果，每組報告時間3-5分鐘。			
	評分基標準	A	B	C
行政支持與安全管理	用五感認識宜蘭人的灶咖成果分享	海報能清楚呈現五感見聞、採買過程及小組菜色這3種要素。上台分享時條理清晰。	海報能呈現五感見聞、採買過程及小組菜色這3種要素中其中2項，上台分享時能清楚說明。	海報能清楚呈現五感見聞、採買過程及小組菜色這3種要素中其中1項並能上台分享。
	1. 課程與行政整合支持 協助課程納入「彈性學習課程／校訂課程」 協調社會領域教師共同備課 提供課程時段彈性調整（半日校外教學） 協助成果展或校內分享場地安排			
	2. 行政流程與公文支援 辦理校外教學申請與核備 辦理保險（學生平安保險或校外教學保險） 建立學生名冊與緊急聯絡清冊			
	3. 交通與場域聯繫 安排安全合法之交通車輛（或規劃步行路線） 事前與導覽老師溝通踏查場域路線 協調適合學生停留與觀察的區域 確認集合點、休息點與如廁地點			
	4. 確認人力支援配置 5. 行前安全教育:建立學生安全規範及基本應對 6. 突發狀況應變 建立緊急應變流程：導師及隨隊老師通報及學生身體不適緊急處理			

	隨隊攜帶：急救包及學生緊急聯絡名冊
教學實踐、省思 與建議	(一) 持續完善課程縱向架構 目前課程內容已涵蓋宜蘭舊城文化及市場產業等主題，未來可進一步依據「心向陽光」課程主軸，建立一年級至六年級完整縱向課程地圖，強化各年級學習內容與能力指標的銜接性。 (二) 建立學生學習成效評量機制 目前成果多以學習單、作品及分享活動呈現，未來可發展學習歷程檔案、探究任務評量及學生反思紀錄等工具，以具體呈現學生學習力、創新力及品格力的成長情形。 (三) 擴大教師參與及跨領域合作 未來可邀請藝術、語文、自然、資訊等領域教師共同參與社群運作，透過跨領域課程設計，豐富課程內涵，提升學生多元學習經驗。 (四) 建置課程資源庫與教學案例 建議持續彙整走讀紀錄、教學設計、學生作品及教師反思，建立「心向陽光」課程資源庫與優良教學案例，作為新進教師傳承與課程永續發展的重要依據。 (五) 深化與社區及文化場館合作 未來可持續連結地方文史工作者、文化館舍及社區組織，共同推動在地學習活動，讓學生從真實情境中認識家鄉。
備註說明	教學活動成果如附件

附件:教學活動成果1-我的家鄉味菜色製作與分享



透過到市場採買活動後學生回到班上製作特色餐點
並邀請老師們蒞臨班上享用美食

各組學生介紹美食製作過程與心得短影片

<https://drive.google.com/file/d/1bE4QOsMDp8yikxqDy7mzk5DmaF82c45k/view?usp=sharing>

https://drive.google.com/file/d/17EZNdKKWbxcmj9_pIsSOzRyUTsM0jnA0/view?usp=sharing

<https://drive.google.com/file/d/1D5Xwf8pxM6ri3Wa0SZVujmwzaIhd0UdB/view?usp=sharing>



透過到市場採買活動後學生回到班上製作特色餐點
並邀請老師們蒞臨班上享用美食

各組學生介紹美食製作過程與心得短影片

<https://drive.google.com/file/d/1tzHMAeP4u2qHowzWCvQiYbyAISK7ahLH/view?usp=sharing>

<https://drive.google.com/file/d/1W38W6-8hxgTOzegv0mWyEU7njHzrimiP/view?usp=sharing>

https://drive.google.com/file/d/1jzUGc1HK3DPdcm_RILz-3Kl8pG6wE5EZ/view?usp=sharing

附件:教學活動成果2-五感學習單

五感體驗學習單

班級: 402

姓名: 章良朱

組別:



五感體驗



視覺: 看到形狀、顏色、光影變化



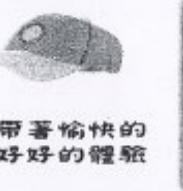
聽覺: 聽到說話聲、音樂、環境聲音



觸覺: 感受冷暖、粗糙光滑、軟硬乾濕



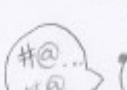
嗅覺: 聞到香味、食物味道、氣味變化



味覺: 嘗到酸、甜、苦、鹹、鮮等不同味道



請帶著愉快的心好好的體驗

五感	任務	紀錄
看一看 	找到3種不同攤位	雞肉攤、兩相好、豆乾攤。    
聽一聽 	記錄聽到的一種聲音	叫賣聲: 來喔! 來喔! 走過路過, 千萬不要錯過。  
聞一聞 	記住一種味道	魚腥味、蔬菜味、 <u>辣椒</u> <u>子蘇</u> <u>三星蔥</u>    
摸一摸 	描述一種食材觸感	餅皮的觸感: 表面光滑、軟軟的、薄薄的。 
問一問 	問攤商一個問題	為什麼雞肉有黑色的? ? : 因為品種不同哦! 

五感體驗學習單

班級: 402

姓名: 高子甯

組別: 心



五感	任務	紀錄
看一看	找到3種不同攤位	雞肉攤, 餅皮店, 飲料店。
聽一聽	記錄聽到的一種聲音	jam jam jam! (吃東西的聲音)
聞一聞	記住一種味道	豆腐媽媽有買過, 全家都讚不絕口, 評論5顆星!!! 雙胞胎是有一點硬, 不過味道不錯~ 餅皮有一種特別的味道, 我很喜歡鴨賞很好吃~ 阿姨可以多做一些~! 麻糬很有味道~ 媽媽可以多做一些去買給家人吃~
摸一摸	描述一種食材觸感	宜蘭蔥和三星蔥的觸感都不一樣, 好特別~
問一問	問攤商一個問題	想問一下~ 下次還有機會再見面嗎? 那些我一直都念念不忘呢!
	走後心得	我覺得市場的阿公阿嬤都好大方, 包含少耳阿公也是! 這次走完全我不開眼界, 原來市場是多麼好玩, 有機會我一定好好謝謝你們的!!!

賣餃子的阿公好客, 很快也要去吃看看~

高子甯

對阿公阿嬤的話：給每位善良的阿公、阿嬤們，姐姐哥哥們。我在南館市場裡，我感受到你們的愛和熱情，我覺得心裡像太陽的溫暖，您們好幾年來的故事我都知道您的努力和愛心，擁抱了宜蘭縣的民眾們，所以我希望您們這高超的技術和滋味可以一代代的傳承下去，我們也就...一起加油吧！！

給店家的鼓勵
(要看不看都可以~)

麻糬店

阿嬤們親手做的麻糬真得好好吃，九層糕也是，希望您的能流芳百世。(也很感謝哥哥們的幫忙~哈)

餃子店

阿公包水餃包的真快，我媽媽有去買過，還向您買了一盒，家都讚不絕口，希望您可以繼續營業，讓世世代代都吃得到。

飲料店

哥哥做的飲真得非常可口，我是說真得真得沒騙您!!這麼厲害的哥哥，怎麼會是馬烏您的呢?

豆干店

阿嬤的豆干店有好幾千萬種，^{豆干}看起好好吃，我媽媽也買過，還是真得好吃，不論是用炒得、煎的，還是滷的，都很好吃。

鴨肫店

奶奶的鴨肫好好吃，我有機會一定買回去，給那些不懂得珍惜的人吃!!(您要等我喔~!)

餅皮店

阿公，阿嬤您們做得餅真得是太好吃了，餅皮有著一些麵米分味，邊緣也很翠，真得(顆星啦!)

服裝店

謝謝姐姐~給我們糖果，不過我們都用捨的，真對不起~!!

我寫下這麼多，只為了讓未來的人類也感受的到愛的滋味~

五感體驗學習單

班級:

姓名:

組別:



五感	任務	紀錄
看一看	找到3種不同攤位	
聽一聽	記錄聽到的一種聲音	
聞一聞	記住一種味道	
摸一摸	描述一種食材觸感	
問一問	問攤商一個問題	

菜色採買及預算規劃任務討論學習單

班級:

姓名:

組別:

菜色規劃:

實際採買:

預算規劃:

實際花費:

擺盤規劃(可以畫圖喔)