

綠階/初階海洋教育者培訓課程教案設計

教案名稱	選擇	設計者名稱	教師一：宜蘭縣南安國中賴友梅		
			教師二：宜蘭縣利澤國中林芳玉		
教學對象	<input type="checkbox"/> 幼教(幼兒年齡____) <input type="checkbox"/> 小學 <input checked="" type="checkbox"/> 中學(含高中職) <input type="checkbox"/> 一般民眾 <input type="checkbox"/> 其他_____		教學領域 (科目或名稱)	綜合活動領域 語文領域 自然領域	
教學資源	翰林九下國文石滬 翰林八下國文飛魚 南一七上綜合活動選擇有「食」力		教學時數	4	
教學理念	南方澳是鯖魚的故鄉，利用盛產的魚獲，來談海洋永續議題更容易讓在地的學生省思。將海洋議題融入國中課程中，自然領域了解其生態及食物鏈；綜合領域利用烹調實作選擇，習得處理魚、烹調魚、食魚的技法；國文領域探討意義的截取與換位思考，另外也培養團隊合作的默契與決策的魄力。人生無處需要選擇，如何不做錯選擇或是在做錯選擇後亡羊補牢，讓人生沒有遺憾，是人生需要不斷練習的。				
教學對象分析	國中生是性向試探期，利用海洋教育課程，順道思索或規畫自己未來，構築「我的未來不是夢」踏實的脚步、「我的未來靠我了」勇於承擔的精神。				
十二年國教課綱	海洋教育實質內涵		本教案學習目標	1. 促進自我與生涯發展 發展自我潛能與自我價值，探索自我觀、人性觀與生命意義，增進自主學習與強化自我管理，規劃個人生涯與促進適性發展，進而尊重並珍惜生命，追求幸福人生。 2. 運用國語文、綜合烹調分享經驗、溝通意見，建立良好人際關係，有效處理人生課題。 3. 透過國語文學習，認識個人與社群的關係，體會文化傳承與生命意義的開展。	
	海 E7 閱讀、分享及創作與海洋有關的故事。 海 E11 認識海洋生物與生態。 海 E15 認識家鄉常見的河流與海洋資源，並珍惜自然資源。				
	領域學習重點				
	學習表現： 國 5-V-6 在閱讀過程中認識多元價值、尊重多元文化，思考生活品質、人類發展及環境永續經營的意義與關係。 綜 1c-IV-3 運用生涯規劃方法與資源，培養生涯抉擇能力，以發展個人生涯進路。 綜 2c-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。 學習內容： 國 Cc-V-2 各類文本中所反映的矛盾衝突、生命態度、天人關係等文化內涵。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規劃與資源運用。 輔 Cc-IV-2 生涯決策、行動與調適。				
對應教學目標	教學活動流程 (數量可自行調整)		時間	教學資源	教學評量

喚醒熱忱	<p>活動一名稱：認識鯖魚，有「食」力</p> <ol style="list-style-type: none"> 認識鯖魚 教師引導：「蛋白質來源，可選擇較為優質且價格實惠的鯖魚。台灣鯖魚比挪威鯖魚來說大又便宜，不需要坐飛機又節能減碳，減少碳足跡」。 並透過影片 草地狀元-研發廢骨 鯖魚大亨 20” 25(2021.03.08 播出) https://youtu.be/6QbtiaE3vyg?t=19 介紹；南方澳_鯖魚的故鄉、捕鯖魚漁法、宜蘭鯖魚漁獲量、鯖魚營養價值、殺魚方式.....。 各組討論及選擇決定鯖魚的料理方式：煮、煎、炸、烤、蒸、滷、炒魚。（教師提醒選擇的烹調方式須能在一堂課內完成。） 影片資料： A. 試試鯖魚的四種不同吃法 1” 36！沒想到鯖魚有這麼多用途！媽媽沒時間做菜，鯖魚料理最好！ https://youtu.be/JF7k8c4evug?t=14 B. 居酒屋風！鯖魚味噌煮 9”49/ saba miso nikomi MASA の料理 ABC https://youtu.be/NSY45oC_U34 老師提醒與預告下堂課各組該帶的物品與料理衛生、遵守烹飪教室安全守則。 	<p>25 分</p> <p>15 分 教師可提供影片資源</p> <p>5 分</p>	鯖魚圖片與影片	參與度 合作討論
	<p>活動二名稱：鯖魚料理</p> <ol style="list-style-type: none"> 各組依照上堂課討論結果來分組，簡單料理、擺盤與享用。 周遊列國，欣賞別組成品，並訪問口感、創意來源、美感、心意，並報告見聞及品嚐心得。 收拾整理。 	<p>35 分</p> <p>5 分</p> <p>5 分</p>		<p>參與度</p> <p>擺盤與烹調技巧</p> <p>收拾善後</p>
閱讀探索	<p>活動三名稱：從料理的選擇到人生</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生說明小組料理方式之選擇理由，是因某人、某事、某物而決定。 教師可提問：烹調方式有許多種，各組是如何決定出最後的烹調方式？ 石滬詩的分享、請學生找出二詩不同的觀點。 一、 缺口早已在海邊守候 看來像龍門 好奇的我躍入 以為門內有桃花源 迎迓 直到找不到來時路 才驚覺 那是石頭築成的 美麗的陷阱 沒有桃花 一生第一次在魚網作客 第一次遠離大海的關懷 一如離家出走的孩子 一生第一次上岸，也是最後一 	<p>20 分</p> <p>20 分</p>		<p>發表評量</p> <p>課程參與</p>

	<p>次一切都成為海市蜃樓 好玩的我游入石滬的缺口 只是一個簡單的動作 便注定永遠無法回家 永遠失去自己啊，兄弟姊妹都跟著來 我永遠無法還它們的一生</p> <p>躺在砧板上 最後一個念頭游入腦海：倘若還有來生 來生我希望成為石滬</p> <p>二、 漁夫把大海縮小 藏在心型石滬心中 成為愛的形狀 袖珍宇宙</p> <p>宇宙就是終站 愛，就是偽裝上岸的魚，最後的眼神 我無法援救 因我只是供人利用的一堆石頭 站在海岸邊</p> <p>我想：倘若還有來生 來生我希望成為 海水</p> <p>(節錄 <u>渡也</u>〈石滬〉)</p> <p>3. 老師結語：人生是不斷的選擇，料理是選擇，是魚是石滬，也是選擇。面對茫茫未來，國中生的你會怎麼選擇？依照什麼來選擇？選擇錯了有沒有回頭路？任務：回家思考，下節課報告思索結果。</p>	5 分		
沉浸反思	<p>活動四名稱：生涯選擇</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生回答：「面對茫茫未來，國中生的你會怎麼選擇？依照什麼來選擇？選擇錯了有沒有回頭路？」答案。(學習單如附件) 2. 觀賞《男人與他的海》影片片段 4~5min/ 1hr48min 及〈飛魚〉一文片段請學生先思索自己的人生目標。 <p>★《男人與他的海》：描述二個男人<u>廖鴻基</u>和<u>金磊</u>兩個父親面對自己選擇的海洋志業和孩子如何掙扎或取得平衡。</p> <p>★〈飛魚〉一文片段：「牠們紛飛散去各奔西東，落水後如何相聚重逢？牠們飛起是憋氣抑或享受水面的空氣？牠們飛起空中是竄逃還是遊戲？」廖鴻基一連串問句的意圖是什麼？是反問自己尋鯨的困惑或是表達對飛魚躍出海面行為的疑問？</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 學生說明自己未來目標。 4. 共同思索可用資源。 5. 老師結語：『所有的計畫與冒險，都是為了打開生命視野和創作，活出新的寬度和深度。但「冒險」從來都不是去做危害生命的事，而是做好萬全的準備，努力去讓自己的人生活得與眾不同。』你贊同這句話嗎？為什麼？請舉例說明。 	12 分 5 分 5 分 10 分 10 分 3 分	《男人與他的海》、〈飛魚〉一文	學習單 發表評量 課程參與

選擇

班級： 座號： 姓名：

觀賞《男人與他的海》影片片段 4~5min/ 1 hr48min 及〈飛魚〉一文片段後，請先思索自己的人生目標。

面對茫茫未來，國中生的你會怎麼選擇？依照什麼來選擇？選擇錯了有沒有回頭路？

我的人生目標：

我是依照什麼來決定我的人生目標?(性向測驗、興趣、家人意見...)

可能遇到的阻礙?如何克服?

給自己的鼓勵