

綠階/初階海洋教育者培訓課程教案設計

教案名稱	吃貨救海洋	設計者名稱	教師一：魏汎儀	
			教師二：	
			教師三：	
教學對象	<input type="checkbox"/> 幼教(幼兒年齡____) <input type="checkbox"/> 小學 <input checked="" type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 一般民眾 <input type="checkbox"/> 其他_____	教學領域 (科目或名稱)	綜合 家政	
教學資源	教學簡報、海鮮牌片、臺灣海鮮選擇指南手冊		教學時數	一節課，45分鐘
教學理念	<p>「民以食為天」，飲食是日常生活中的重要一環，透過學習海洋選擇指南認識海鮮選擇的概念，在家政課教導飲食製備活動學生們普遍喜歡也可以帶回家與家人共享的實作體驗，亦是實踐生活與生態循環的影響之一。</p> <p>透過學習此外，飲食與環境永續的關聯，以及消費者的角色，是近年國際關注的重要議題。</p>			
教學對象分析	國中生有海鮮飲食經驗、能分辨菜色中是否有海鮮。			
十二年國教課綱	海洋教育實質內涵		本教案 學習目標	認知： 1. 能了解海鮮食材紅綠燈的意義與分類 2. 能辨識常見海洋食材，並了解它們的營養價值。 3. 能分辨台灣海鮮食材紅綠燈 4. 學習挑選優質海鮮食材，並了解海洋食材的保存方式 5. 能夠運用所學知識進行海洋食材的烹飪，並提高對食品安全的認識 情意： 1. 能有保護海洋生物的情懷
	海 J14 探討海洋生物與生態環境之關聯 探究海洋科學與永續海洋資源的知海素養。			
	領域學習重點			
學習表現： 「輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用 學習內容： 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。				

			技能： 1. 能分析學校營養午餐菜單中海鮮食材的紅綠燈情況與同儕討論 行動： 1. 能回到家中跟找三位對象推廣台灣海鮮選擇指南的核心理念和紅綠燈食材。 2. 設計一道的海鮮料理並製作完成。	
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
1. 能了解海鮮食材紅綠燈的意義與分類。 2. 能辨識常見海洋食材，並了解它們的營養價值。	第一節課 活動一名稱：食在遇過你 1. 帶領學生觀看海洋食材的照片或影片，引起學生對海洋食材的興趣 2. 問學生有沒有在生活中吃過海鮮食材?例如:魚、蝦、蟹...等，並讓學生分享對海洋食材的印象。 各組討論寫在白板 各組分享自己最常吃和最愛吃的海鮮菜色。並且上台分享。 3. 講解海洋食材紅綠燈的意義與分類，讓學生了解紅燈、綠燈、黃燈食材的區分標準，以及紅燈食材的對海洋生態危害性。 結語： 請同學思考自己愛吃的和常吃的海鮮菜色是屬於哪一種生態紅綠燈的食材呢? 鼓勵大家多食用綠燈的海鮮食材。 並且觀察身邊常見的海鮮食材可能是什麼等級的海洋食材。	7分鐘 10分鐘各組討論 10分鐘各組上台分享 10分鐘 8分鐘	海鮮 ppt 菜色照片 台灣海鮮指南手冊及海報 海洋食材卡 海鮮選擇指南手冊	仔細觀賞影片 能夠口頭回答 能參與桌遊活動 能透過翻閱台灣海鮮指南確認海鮮紅綠燈 能聽懂並連結生活經驗 能夠口頭回答
3. 能分辨台灣海鮮食材紅綠燈。 4. 能有保護海洋生物的情懷。 5. 能分析學校營養午	第二節課 活動一名稱：複習海洋生態紅綠燈的概念 進行問答加分 活動二名稱：來玩海洋桌遊吧! 使用海洋生態紅綠燈桌遊卡 1. 用牌卡上印製不同的海洋食材，分組進行，每人手上有十張海洋食材卡片，同時兩人翻出海鮮卡後，全組搶先把手指	5分鐘 20分鐘	海鮮 ppt 菜色照片	仔細觀賞圖片 能夠口頭回答 能參與桌遊活動

<p>餐菜單中海鮮食材的紅綠燈情況與同儕討論。</p>	<p>按在綠色海鮮食材的人或的該張牌卡。(如無綠色，則優先按橘色，不得按紅色。)</p> <p>活動三名稱：學校菜單大分析</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分組活動:檢視學校營養午餐的菜單海鮮料理是屬於海鮮指南中的哪一種。 <p>結語: 檢視自己生活中的菜色是否對環境造成傷害或用續的概念。</p>	<p>10分鐘</p> <p>10分鐘</p>	<p>台灣海鮮指南手冊及海報</p>	<p>能透過翻閱台灣海鮮指南確認海鮮紅綠燈</p> <p>能聽懂並連結生活經驗 能夠口頭回答 能檢視分析出菜單中的紅綠燈情況</p>
<p>6. 能辨識常見海洋食材，並了解它們的營養價值。</p> <p>7. 學習挑選優質海鮮食材，並了解海洋食材的保存方式</p> <p>8. 能回到家中跟找三位對象推廣台灣海鮮選擇指南的核心理念和紅綠燈食材。</p> <p>9. 設計一道海鮮料理並製作完成。</p>	<p>第三節課</p> <p>活動一名稱：複習海洋生態紅綠燈的概念進行問答加分</p> <p>活動二名稱：海鮮營養學</p> <p>講解常見海鮮食材的營養價值和產地、時節，例如:鮭魚、鱈魚、章魚、蝦、蟹等…並了解他們的營養價值、產地、盛產時節。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習如何挑選優質海鮮食材，例如觀察海鮮的外觀、氣味、色澤和新鮮度等，並了解海鮮的保存方式。 2. 講解海鮮食材的烹飪方式，例如烤、煮、蒸、炸等，並介紹如何運用不同的退料調製海鮮食材。 3. 強調食品安全的重要性，例如學習如何避免海鮮中的寄生蟲、細菌和其他有害物質。 <p>活動三名稱：守護行動在選擇</p> <p>說明發派回家功課:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小組設計一道海鮮料理，並上網查資料加入介紹該海鮮的營養成分。 2. 回家找三個人介紹海鮮選擇指南的概念和介紹紅綠燈食材，並寫出介紹心得。 3. 額外加分題:做一道綠燈的海鮮食材與家人共享用，並拍照上傳線上教室。 <p>結語: 請學生們在生活中落實守護海洋的知能，付諸行動。我們每一個行動造就我們的環境是甚麼樣子。</p>	<p>5分鐘</p> <p>20分鐘</p> <p>15分鐘</p> <p>5分鐘</p>	<p>海鮮 ppt 菜色照片</p> <p>營養學 ppt 和影片介紹</p> <p>台灣海鮮指南手冊及海報</p> <p>學習單</p> <p>海洋食材食譜網址</p> <p>海鮮選擇指南手冊</p>	<p>仔細觀賞圖片 能夠口頭回答</p> <p>能專注理解</p> <p>能透過翻閱台灣海鮮指南確認海鮮紅綠燈</p> <p>能聽懂並連結生活經驗 能夠口頭回答 能檢表達出海鮮具有的營養</p> <p>能準時完成作業任務</p>