

# 食米食農學員編撰學習教案國小低年級

|                                                                                                                                                                                                                                               |                               |                             |          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|----------|
| 單元名稱                                                                                                                                                                                                                                          | “米”幻世界-米食加工                   |                             |          |
| 教學 節 數                                                                                                                                                                                                                                        | 4 節                           |                             |          |
| 教學 對 象<br>(請勾選一項)                                                                                                                                                                                                                             | ■國小 1-3 年級、□國小 4-6 年級、□國、高中   |                             |          |
| □飲食生活教育   □營養教育   □膳食製作教育   □農事教育   ■融合式主題                                                                                                                                                                                                    |                               |                             |          |
| 摘要                                                                                                                                                                                                                                            | 一、稻米的簡介<br>二、米食加工<br>三、實作活動   |                             |          |
| 教案簡要介紹                                                                                                                                                                                                                                        | 從稻米本身開始，瞭解稻米可以如何加工利用，並實際操作學習。 |                             |          |
| 教學流程                                                                                                                                                                                                                                          | 時間(分)                         | 教學運用資源                      | 教學<br>評量 |
| 第一節課                                                                                                                                                                                                                                          | 40                            |                             |          |
| 一、引起動機<br>1. 以幾道飯菜的照片引導詢問大家平時正餐都吃些甚麼?<br>2. 詢問學員們對米製品的看法和知識。(平時家裡都吃甚麼米?知不知道哪些食物是用米做的?)<br>3. 簡單帶出常見用米做的食物: 秈稻:米粉、粳稻:飯糰、圓糯米:湯圓、長糯米:粽子。還有仙貝、米果、鼎邊銚、越南河粉等等。<br>4. 入題:大家會將米用不同的方法，或打成汁、或磨成粉等等，做成各式各樣不同的、好吃的食物喔!而這些食物我們稱之為米食加工品。接下來讓我們先了解稻米分成哪些種類吧 | 10                            | PPT(常見米食加工品)                | 口頭發表     |
| 二、多采多姿的米<br>準備:已煮熟之不同種類、精磨狀況的米<br>1. 簡介:平常我們天天吃的米飯，你真的了解他嗎?發下各種不同的米，讓大家實際觸                                                                                                                                                                    | 10                            | PPT(米的構造圖)、實體米(從稻子到精白米)、煮熟米 | 口頭發表、學習單 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                    |                                                                          |                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <p>摸、觀察、食用，填寫學習單，教師可邀請學生發表自己觀察到的。(學習單-米飯體驗)(米的種類可由教師評估選擇)</p> <p>2. <b>米的構造：</b><br/>介紹稻子的構造(稻子、糙米、胚芽、白米)。(附錄二)</p> <p>三、 <b>米的種類-米也有高矮胖瘦：</b></p> <p>1. 放出不同米的圖片(可配合實際米)，讓大家猜猜看，這是甚麼米呢?</p> <p>2. 講解稻米除了白米以外，還有穿著白衣服的糙米、黑皮膚的黑米，解釋不同米的特色、外觀及煮後的口感。(介紹米種可由教師評估更改，各項米種資料付於附錄四、五)</p> <p>四、 <b>基礎煮米</b></p> <p>1. 詢問有誰會自己煮飯的? 不知道煮飯時應該要放多少水和米呢?</p> <p>2. 帶出最基礎的以電鍋煮飯法(可由老師實際操作示範)及古老煮法(大鍋煮、蒸)(配合 PPT 及影片播放)。(附錄三)</p> | <p>10</p> <p>10</p> <p>影片 1-2:35<br/>影片 2-2:52</p> | <p>PPT(稻子及不同品種米)</p> <p>PPT(電鍋煮飯步驟)</p> <p>影片 1(鍋子煮)、影片 2(古法煮)、電鍋、生米</p> | <p></p> <p>口頭發表</p>      |
| <p><b>第二節課</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>40</p>                                          |                                                                          |                          |
| <p>一、 <b>引起動機-急速筷手+有獎徵答(喚回記憶):</b><br/>於桌上擺著若干米果，並將題目於 PPT 放出，最先夾取米果 5 粒至碗中的隊伍或個人就可以回答題目。</p> <p>二、 <b>米食加工</b></p> <p>A. 導入:因為不同米擁有不同特色，能做出各式各樣不同的食品</p> <p>B. 大家知道有哪些食物是米做的呢?(繪畫活動-幫各樣米製品上色或畫出自己之道的米製品)</p>                                                                                                                                                                                                       | <p>10</p> <p>20</p>                                | <p>PPT(題目)<br/>各類生米、碗筷</p> <p>白紙</p>                                     | <p>口頭發表</p> <p>繪圖學習單</p> |

|                                                                                                                                                                                                                     |                     |               |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------|--|
| <p>C. 配合圖片引導出常見米食品是使用何種米所製。(發糕-在來米(粉)、臺灣人平時吃的米飯-蓬萊米、麻糬-糯米等等)。</p> <p>D. 介紹稻米產品(作法)(可簡單選擇幾樣做重點介紹)(附錄七、十一)</p>                                                                                                        | 10                  | PPT(稻米產品製作方法) |  |
| <b>第三節課:實作課</b>                                                                                                                                                                                                     | 80                  |               |  |
| <p><b>一、 製作米食加工品</b></p> <p><b>(一) 麻糬:(附錄十一-(二))</b></p> <p>1. 搗飯法(老師製作,可給同學體驗)</p> <p>2. 攪拌法(同學製作)</p> <p><b>(二) 飯糰:</b></p> <p>可讓同學們自由發揮製作創意飯糰。</p> <p>教師可配合時令、在地食譜、評估環境、學生程度與學校適用器材選擇適合的實作產品,於附錄十一提供部分食譜以供參考</p> | <p>50</p> <p>50</p> |               |  |

# 米飯體驗

班級：

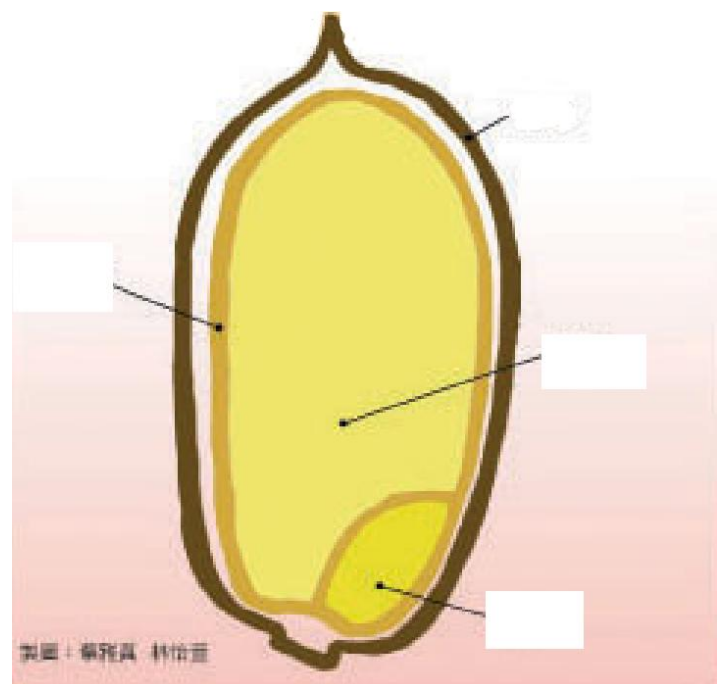
姓名：

座號：

## 一、米的種類

|       |  |  |  |  |
|-------|--|--|--|--|
| 米種    |  |  |  |  |
| 圖片    |  |  |  |  |
| 形狀、外觀 |  |  |  |  |
| 顏色    |  |  |  |  |
| 吃起來？  |  |  |  |  |

## 二、稻米構造圖(連連看)



穗、葉、根、莖、稻穀、米糠、胚乳、胚芽

## 圖片正解

