

高雄市林園區農會

105 年度

食米養成教育推廣計畫-成果報告



— 目 錄 —

壹、成果效益-----2 頁-3 頁

貳、各項課程辦理情形:

一、農事體驗-----4 頁-5 頁

二、米食營養宣導教育-----6 頁-8 頁

三、米食烹飪體驗-----9 頁-14 頁

四、米食推廣體驗~創意學習活動

~稻草與農業產品創作利用----- -15 頁-18 頁

五、米食推廣體驗~創意學習活動

~百變米食圖文繪本-----19 頁-20 頁

壹、成果效益：

高雄市林園區農會 105 年度食米養成教育推廣計畫-推動食米學園活動

活動日期	活動地點	課程性質	課程	次數	總參與人數	課程內容	成效及檢討
105.10 月	金潭及港埔國小視聽教室	米食營養宣導教育	認識台灣米標章	2 場	210	台灣米標章分為「優質」、「嚴選」、「精選特色」3 種類別消費者優先選購國產良米、促進農民耕種。	①培養學童上網認識台灣農業及稻米一生。 ②如何在市場超商與家人一同挑選優質台灣米符合 CAS 認證。 ③因為辦理 6 所學校調配上課日期困難影響辦理活動期限。
105.10 月	汕尾及王公國小視聽教室		認識米食種類及應用	2 場	210	①認識台灣稻米各式品種及良質米。 ②糙米、胚芽米、蓬萊米、在來米、圓糯米、黑糯米分辨及適合製作各式料理	①認識各種米的種類 ②對米食產生興趣進而愛吃米食。
105.10 月	林園國小視聽教室		食物哩程計算、食物營養成份分析	1 場	210	①認識米的營養價值。 ②食物哩程計算及地產地消觀念。	①瞭解米的營養價值讓學童更愛吃米食。 ②認識在地農產品鼓勵多吃國產農產品減少碳足跡。
105.7-10 月	林園社區農園	農事體驗	稻田栽培管理 收割體驗		210	①7 月整地 ②7/12 插秧 ③7-9 月除草施肥 ④7-10 月鼓勵學童由家長陪同到稻田觀察生態	①因二期作時間剛好遇到暑假及 9 月颱風季影響體驗成效。 ②讓學童認識食材從產地到餐桌的過程。
105.9 月-10 月	本區各小學教室	米食烹飪體驗	烹飪米飯的技巧及料理運用	3 場	210	①烹飪米飯的方法 ②切菜煎肉片的方法 ③鯖魚飯糰 ④洋蔥炒蛋 ⑤洋蔥培根米塔	①從產地到餐桌製作美食的樂趣。 ②體會媽媽煮飯料理的辛勞及與家人共同料理的動力。 ③珍惜食物愛在地的觀念。 ④增加小朋友愛吃飯的動力。

105.9月	本區林園社區老人關懷據點	米食烹飪體驗	食米親子烹飪活動~關懷社區老人	1場	50	①烹飪米飯的方法 ②學童與高齡者共同煮飯 ③與高齡者享用午餐-芋頭粥	①教育學童煮飯的技巧 ②讓高齡者提升自我價值觀。 ③關懷社區老人落實從小教育做起。
105.9月	本區各小學教室	米食推廣體驗~創意學習活動	米食有獎徵答	2	110	結合課程中由老師提出問題讓小朋友回答	①增加學童學習能力及興趣
105.10月	金潭及林園國小教室	米食推廣體驗~創意學習活動	稻草與農業產品創作利用。	1	100	①認識稻梗 ②稻草編織的方法 作品: ①鍋牛 ②狗	①利用稻草增進學童手、腦的運用及創作能力。 ②農業廢棄物的運用增加地方農業產值。
105.9-10月	林園區各小學	米食推廣體驗~創意學習活動	百變米食圖文繪本競賽	1	210	由各所學校配合美術課讓學生彩繪各式的米食	①認識詢問家人不同米做的料理。 ②增加親子互動關係。 ③提升繪圖創作能力。 ④10月20日頒發成績提升學童榮譽感。
合計				13			
<p>總場次 20 場次:</p> <p>①目前已完成場次 13 場: (米食營養宣導教育 5 場次、米食烹飪體驗 4 場次、創意學習活動 4 場次)。</p> <p>②未完成場次 7 場: (米食烹飪體驗~關懷社區老人 2 場次、新興米製食品製作加工廠體驗 1 場次、創意學習活動 2 場次、農事體驗 2 場次)。</p>							

貳、各項課程辦理情形:

一、農事體驗活動



- ①7 月整地
- ②插秧機插秧
- ③插秧日期:105 年 7 月 12 日
- ④稻子成長由林園社區負責管理
- ④提供稻田讓參與此次計畫學童由家長陪同至田裡觀察

一、農事體驗活動



學童利用綜合課、暑假至稻田除草觀察田裡生態



9 月開花結穗

上圖為 10 月初稻子成長情況
預計 11 月中讓學童收割稻田

二、米食營養宣導教育 ~認識台灣米標章

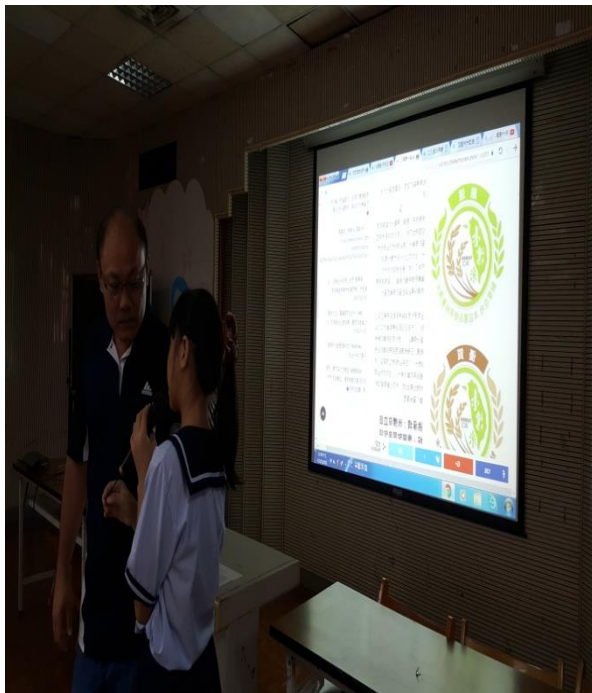


學童細心觀察包裝米及各種米



學童認真聽講及回答問題

二、米食營養宣導教育 ~食物哩程計算、食物營養成份分析



老師與學童互動



學童聽講情形

二、米食營養宣導教育 ~認識米食種類及應用



影片分享



老師拿各種米讓小朋友觀察分辨

三、米食烹飪體驗



老師講解煮飯的方法和技巧



高齡者示範煮飯的方法



學童親自學習煮飯

三、米食烹飪體驗



社區阿嬤教小朋友煮飯



頒發上台煮飯及有獎徵答學童獎品

三、米食烹飪體驗



開心陪伴阿公、阿嬤用餐



大家都比讚啦!好好吃



三、米食烹飪體驗



老師示範料理技巧



學童自己煎肉及飯塔



學童忍不住了大口大口吃

三、米食烹飪體驗

老師示範炒飯的技巧



學童親自下廚炒飯



小朋友自己做鮭魚飯糰



三、米食烹飪體驗

教小朋友切洋蔥



炒洋蔥



吃飯團配洋蔥炒蛋



四、米食推廣體驗~創意學習活動~稻草與農業產品創作利用



老師講解稻草由來及利用



教小朋友編織稻草

四、米食推廣體驗~創意學習活動~稻草與農業產品創作利用



男生第一位做好作品~鍋牛



女生第一位做好作品

四、米食推廣體驗~創意學習活動~稻草與農業產品創作利用



學童認真學習製作



四、米食推廣體驗~創意學習活動~稻草與農業產品創作利用



展現稻草編織作品~狗狗



五、米食推廣體驗~創意學習活動~稻草與農業產品創作利用

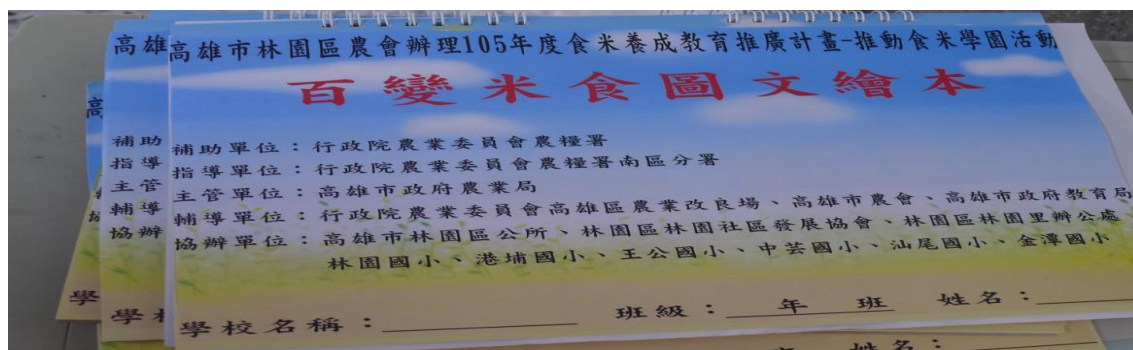


老師介紹各式米食種類



學童翻閱收集米食書籍

五、米食推廣體驗~創意學習活動~百變米食圖文繪本



繪本



學童認真繪畫



學童繪畫情形