

4-2-1 學校具備支持環境的永續性作為

1. 食農教育

本校積極推動食農教育，結合校園自給農園與在地農業特色，讓學生從實際種植、採收到料理製作，完整體驗「從產地到餐桌」的學習歷程。以「辣麼厲害」食農課程榮獲臺南市「114 學年度食農教育優良教案甄選」甲等佳績，課程內容包含辣椒種植、剝皮辣椒製作及剝皮辣椒雞料理實作，引導學生了解農作生長、飲食文化與產地消的重要性，培養學生珍惜食物、感恩土地及永續飲食的觀念。

本校榮獲臺南市「114 學年度食農教育優良教案甄選」比賽 甲等

臺南市114學年度食農教育優良教案徵選比賽績優名單(國中組)									
編號	名次	學校-中文全名	學校-英	教師-中文	教師-英文	教師-中文	教師-英文	教師-中文	教師-英文
1	特優	臺南市立官田國民中學	Tainan Municipal Guantian Junior High School	楊子苓	Yang Chien-chin				
2	優等	臺南市立將軍國民中學	Tainan Municipal Jiangjun Junior High School	王韻萍	Wang Yun-chun	王淑芬	Wang Shu-fen	謝元八	Hsieh Yuan-ju
3	優等	臺南市立文賢國民中學	Tainan Municipal Wunsian Junior High School	林睿晨	Lin Jui-chan				
4	優等	臺南市立永康國民中學	Tainan Municipal Yongkang Junior High School	邱雅婷	Chiu Ya-ting				
5	甲等	臺南市立大內國民中學	Tainan Municipal Danei Junior High School	翁奕宏	Weng Tien-hung	蕭翔仁	Hsiao Hsiang-jen	潘冷楠	Pan Ling-nan
6	甲等	臺南市立竹橋國民中學	Tainan Municipal Jhuciao Junior High School	陳雯玲	Chen Wen-ling	李天生	Li Tien-sheng		
7	甲等	臺南市立安定國民中學	Tainan Municipal Anding Junior High School	王偉群	Wang Wei-chun				
8	佳作	臺南市私立慈濟高級中學	Tainan Tzu-Chi Senior High School	吳宗原	Wu Tsung-yuan				

獲獎教案如下：

【附件2】

【附件3】參考格式

臺南市114年度食農教育優良教案設計

說明貴單位食農教育之教學理念、目標、主題、對象、內容等，以及如何運用相關教材於活動中，並說明教材設計之構想、形式等。可跨單位整合在地資源，規劃主題性活動撰寫於表一。

臺南市114年度食農教育優良教案甄選

(封面)

學校名稱:安定國中

(教案名稱:辣麼厲害)

表1 食農教育教案規劃表

表1 食農教育教案規劃表			
主題	主題: <u>辣麼厲害</u>		
農產品或在地食農主題		農業生產與安全	在地農業生產與特色 農業生產方法 農業相關生涯
食農教育概念面項(三面六項)	農業生產與環境	農業與環境	農業生產與環境 農業與資源永續 社會責任與倫理
		飲食與健康	認識食物
	飲食健康與消費	飲食消費與生活型態	飲食消費行為 加工食品的製作與選購 產地消
		飲食生活與文化	飲食習慣
飲食文化	在地飲食特色 飲食語文化的傳承		
教學對象	國中七年級至九年級		
設計理念			
1. 讓學生親近土地，發現大自然的孕育農作的過程。 2. 體驗地方發展特色，了解農業從業者之甘苦。 3. 由學生生活經驗切入再實作，從做中學。 4. 體會土地生長出的農作，加工成產品的過程。			

5.能加工自己摘取的蔬菜，並加入創意製作成料理。				
課程架構				
藉由辣椒的種植，到剝皮辣椒的加工過程，到剝皮辣椒雞的製作，體驗辣椒完整生長歷程以及加工環節，再到製作成料理的完整流程。				
教學流程				
教學時間	活動內容 (說明活動/課程的預計方式/規則、情境、預計操作的道具、注意事項等)	教學媒材	預定實施場域	多元評量方式與重點
5分鐘	第一節：種辣椒 主題：引起動機 內容：詢問同學「喜歡吃辣嗎？」讓同學分享吃辣的經驗，以及統計「喜歡吃辣」與「不敢吃辣」，兩方同學數量上的差異。	黑板 附件1	教室	
20分鐘	主題：介紹辣椒 內容： 1.播放PPT，介紹辣椒的植株、花果果實(辣椒木體)。辣椒的構造，主要辣椒素來源(胎座)。補充辣椒會辣不是味覺，是痛覺。 2.介紹辣椒生長的季節。	實物、PPT 附件2	教室	口語評量
20分鐘	主題：基礎定植技巧 內容： 1.基礎定植技巧：(1)田間挖洞與(2)植株從穴盤拿取的技巧。	農具：鋤頭、小鍬子、澆花器、穴盤等 多媒體教材	教室	口語評量

3

	(1)本季辣椒由種苗行購買種苗，定植於開心農場。先以影片示範田壟挖洞，約20-30公分各挖一個洞。 (2)影片示範如何將植株連同根系完整地從穴盤拿出：穴盤底部要先輕捏，再捏著植株莖部拿取。再將根部與半截莖部埋入土中，澆水澆透。 2.常用農具介紹：鋤頭—鬆土與作壟的傳統手工工具。小鍬子—挖洞的主要工具。			
教學流程				
教學時間	活動內容 (說明活動/課程的預計方式/規則、情境、預計操作的道具、注意事項等)	教學媒材	預定實施場域	多元評量方式與重點
5分鐘	第二節：辣椒小農夫 主題：暖身活動 內容：告知同學今天課程會有大肌肉和小肌肉的活動，請體育鼓掌帶領同學作簡單的暖身操。	無	操場	
20分鐘	主題：作壟體驗 內容： 1.基礎鋤頭翻土技巧：拿取鋤頭時，慣用手在前，非慣用手在後，以非慣用手為支點，慣用手施力下鋤，進行翻土的動作。 2.腳步維持一定方向，施力均等將鬆開的土壤堆放整齊，即為作壟。	農具：鋤頭	開心農場	實作評量

4

	3.介紹田壟的重要性，固定植株、提供根系呼吸，維持植株間固定的空間等。 注意事項：應事先鬆土，讓學生好操作。並考量體力，可另尋助手隨時接手完成。			
20分鐘	主題：基礎定植實作 內容： 1.基礎定植技巧：(1)田間挖洞與(2)植株從穴盤拿取的技巧。 (1)每位同學約定植2-3棵植株。請同學在田壟上約20-30公分各挖一個洞。依據穴盤拿取的技巧，將辣椒種苗定植。 (2)請同學拿取澆水器，將每棵植株澆水直到澆透。 2.基礎澆水技巧：為確保植株根部吸取足量水分，示範田間澆水—拿塑膠水管接水龍頭開水澆田壟下方。	農具：鋤頭、小鍬子、澆水器、穴盤等	開心農場	實作評量
教學流程				
教學時間	活動內容 (說明活動/課程的預計方式/規則、情境、預計操作的道具、注意事項等)	教學媒材	預定實施場域	多元評量方式與重點
5分鐘	第三節：製作剝皮辣椒 主題：採收方法教學 內容：教導採收辣椒的原則，以採收未成熟的綠色辣椒為主，並連著果蒂採收，以防外形受損。	無	操場	口語評量

5

15分鐘	主題：辣椒採收 內容： 1.本次辣椒種植以容易生長、少病蟲害且高產量的紅辣椒為主，紅辣椒在植株上成熟速度慢，因此將未成熟的青辣椒加工成剝皮辣椒，以提升價值。 2.教導學生採收10公分以上的辣椒品項較佳，成熟度也較高。 3.採收後，直接轉移到烹飪教室進行加工。	水桶、防蚊液	開心農場	實作評量
25分鐘	主題：剝皮辣椒實作 內容： 1.因學生較缺乏烹飪經驗，此剝皮辣椒做法不經過油炸(以防止油濺)，以熱水川燙殺菁。 2.川燙後的青辣椒以菜刀切掉果蒂，將辣椒縱向剖開，去掉辣椒籽與胎座，減少辣味。 3.將處理好的辣椒裝入玻璃罐，倒入預先製作好放涼的醬汁(貳號砂糖與醬油煮沸至融化)，蓋好瓶蓋後放入冰箱醃漬兩天以上即可入味享用。	廚房用具、瓦斯爐、玻璃瓶	烹飪教室	實作評量
教學流程				
教學時間	活動內容 (說明活動/課程的預計方式/規則、情境、預計操作的道具、注意事項等)	教學媒材	預定實施場域	多元評量方式與重點
5分鐘	第四節：製作剝皮辣椒雞	附件3	烹飪教室	

6

	<p>主題：介紹剝皮辣椒雞之做法</p> <p>內容：教導簡易剝皮辣椒雞的做法：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 雞腿肉川燙去血水。 2. 雞腿肉加水到半鍋，倒入預製高湯、薑片與泡發好的乾香菇，開火燉煮。 3. 待湯汁煮沸，加入剝皮辣椒與部分醬汁。 4. 持續小火燉煮約20分後，試喝湯汁鹹淡而加鹽，以筷子插入雞肉確定熟軟後即可起鍋。 			
10分鐘	<p>主題：購買雞腿肉</p> <p>內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 待學生至隔壁全聯超市，教導挑選國產雞肉，並以視覺辨識新鮮度，依照人數調整購買份量。 2. 挑選已先剝塊之帶皮連骨雞腿肉。 	全聯超市	口頭評量	
30分鐘	<p>主題：製作剝皮辣椒雞</p> <p>內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 雞腿肉先以冷水清洗，川燙去血水。 2. 雞腿肉加水，倒入預製高湯、薑片與香菇，開火燉煮。 3. 待湯汁煮沸，加入剝皮辣椒與部分醬汁，本次剝皮辣椒不切段，提高品項與食材辨識度。 4. 持續小火燉煮約20分後，確認湯汁鹹淡而加鹽，以筷子插入雞肉確定熟軟後即可起鍋。 	廚房用具、瓦斯爐、玻璃瓶	烹飪教室	實作評量

7

參考資源	<ol style="list-style-type: none"> 1. 食農教育教案手冊(國中篇) 2. 鮮享農YA - 農糧署 Facebook 3. 愛料理生活誌: https://blog.icook.tw
附件	(相關之學習活動單、作業單、評量表...可採附件方式自由呈現)

【附件1】



圖片來源：
愛料理生活誌
<https://blog.icook.tw/posts/232645>

8

【附件2】

辣椒的一生



圖片來源：
鮮享農YA - 農糧署 Facebook

【附件3】

剝皮辣椒雞食譜

步驟

1. 雞腿肉川燙去血水。
2. 雞腿肉加水到半鍋，倒入預製高湯、薑片與泡發好的乾香菇，開火燉煮。
3. 待湯汁煮沸，加入剝皮辣椒與部分醬汁。
4. 持續小火燉煮約20分後，試喝湯汁鹹淡而加鹽，以筷子插入雞肉確定熟軟後即可起鍋。



圖片來源：
愛料理生活誌
<https://icook.tw/recipes/431085>

2. 低碳飲食

本校結合校園空地經營自給農園推動低碳飲食教育，於校內開心農場及特色菜園種植茄子、韭菜、秋葵、白菜、南瓜、木瓜及辣椒等農作物，讓學生親自參與翻土、播種、澆灌、採收等農事體驗。透過「在地生產、在地食用」方式，減少食材運輸碳排放，實踐低碳飲食理念。學生亦能從課程中認識友善農業、當季食材及少加工、多蔬食的健康飲食觀念，建立環保永續與珍惜資源的生活態度。

114 年度臺南市國中小校園空地經營自給農園推動計畫執行成果表

辦理學校	臺南市立安定國民中學			
聯絡資料	聯絡人	王聯鐘	e-Mail	wang5731@tn.edu.tw
	聯絡電話	06592200 3#18	地址	臺南市安定區安加里 安定 262-1 號
施作方式	<input checked="" type="checkbox"/> 一般農耕 <input checked="" type="checkbox"/> 栽培箱 <input type="checkbox"/> 魚菜共生 <input type="checkbox"/> 水耕 <input type="checkbox"/> 其他：（請說明）			
執行期程	114 年 4 月 1 日 至 114 年 11 月 30 日			
建置地點、 支援人力及 運用之資源	<p>建置地點：</p> <p>(1)校園開心農場。</p> <p>(2)學習中心前特色菜園及土耕方式進行。</p> <p>種植作物：茄子、韭菜、秋葵、白菜及、南瓜及木瓜。</p> <p>種植面積：17 坪</p> <p>支援人力：高關懷課程教師、校友及家長志工。</p> <p>結合單位：安定區農會及農作種子行。</p>			
公開性 成果發表說 明 (需公告於 學校網頁、 臉書或發佈 新聞稿至少 1 則以上， 並提供資訊 連結)	<p>一、 台南市安定國中粉絲團 - 結合食農教育精神，善用空地 成果！從翻土、架桿到長成，感受生命的奧秘！ </p> <p>二、 台南市安定國中粉絲團 - 因“椒”的食農教育內涵與精 神，成就“辣麼厲害”的教案，王偉群組長榮獲臺南市 114 年的學年度食... </p>			

<p>執行成果及效益</p> <p>(包含辦理的活動內容或學習單及所種植農園食材採收後之運用等)</p>	<p>一、實踐生涯規畫：理解職涯規畫的重要性，在參與中實踐個人職涯規畫的想法。</p> <p>二、體認生命價值：蔬菜種植過程中，體悟生命價值與發揚生命光輝。</p> <p>三、落實在地食材理念：教導學生瞭解自然農法精義，學習無毒農業植栽方法，使學生體認食安問題與土地利用方式。</p> <p>四、提升環境教育觀念：構築人與自己、人與人、人與土地的對話，體認自然之真實與美麗。</p> <p>五、享有「低碳飲食」理念：經由食育課程教育，力行「在地生活，在地食材」，享食在當季的食材及少肉多蔬果的健康飲食。</p>
<p>農場後續管理維護方式</p>	<p>一、藉著學習中心特教教師課程設計，持續農作物的耕種，延續設備使用及教育目的。</p> <p>二、配合學校環境教育推動及循環生態課程的實施，邀請班級學繼續栽種維護，增進校園農場的多元使用。</p>
<p>執行成果照片(至少 10-12 張)</p>	
	
<p>說明：翻土、育肥及播種。</p>	<p>說明：豐碩的玉蜀黍成果。</p>

	
說明：肥瘦不均的豆子。	說明：豐碩的剝皮辣椒。
	
說明：自己萌芽成長的木瓜果實。	說明：自然生長的果實_南瓜。
	
說明：秋葵與白菜之結果。	說明：受天氣折磨的茄子。

	
說明：長成茂盛的葉子。	說明：享用甜蜜成果！





備註：

1. 請檢附照片原始檔。
2. 執行成果情形表格如不敷使用請自行調整繕打。
3. 請一律核章後上傳至本局線上填報系統(編號: 21891)
(https://survey.tn.edu.tw/modules/esurvey/index.php?op=sign_form&ofsn=18250)。
4. 填報時間：114年11月16日-11月24日

3. 海洋教育

本校推動海洋教育週活動，透過校外教學及實地體驗，帶領學生深入認識臺南七股瀉湖及沿海生態環境。課程內容包含黑面琵鷺生態觀察、紅樹林綠色隧道船遊、吊罾傳統漁法體驗及瀉湖環境議題探討等，讓學生了解海洋生態保育與漁業文化的重要性。藉由親身觀察與體驗，引導學生建立「親海、愛海、護海」的環境意識，進而培養守護海洋資源與永續環境的責任感。

臺南市立安定國中 114 學年度推動海洋教育週實施成果

學校普通班 班級數	<u> 13 </u> 班	實 施 年 級	<input type="checkbox"/> 1 年級 <input type="checkbox"/> 2 年級 <input type="checkbox"/> 3 年級 <input type="checkbox"/> 4 年級 <input type="checkbox"/> 5 年級 <input type="checkbox"/> 6 年級 <input checked="" type="checkbox"/> 7 年級 <input type="checkbox"/> 8 年級 <input type="checkbox"/> 9 年級 <input type="checkbox"/> 全校 <input type="checkbox"/> 其它_____
本次海洋教育活動實施時間	實施日期： <u> 114 </u> 年 <u> 10 </u> 月 <u> 31 </u> 日 星期 <u> 五 </u> 實施時間： <input type="checkbox"/> 融入領域課程實施 <input type="checkbox"/> 晨光時間實施 <input type="checkbox"/> 彈性時間 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 校本課程實施 <input checked="" type="checkbox"/> 校外教學 <input type="checkbox"/> 其它_____		
本次教學活動運用主要之教學策略	<input checked="" type="checkbox"/> 講述法 <input type="checkbox"/> 繪本教學 <input type="checkbox"/> 影片欣賞及討論 <input checked="" type="checkbox"/> 體驗活動 <input checked="" type="checkbox"/> 實作活動 <input checked="" type="checkbox"/> 校外參觀 <input type="checkbox"/> 分組討論與發表 <input type="checkbox"/> 其它_____		
主要融入領域(可複選)	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 自然 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 健體 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合 <input type="checkbox"/> 藝文 <input checked="" type="checkbox"/> 鄉土 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 閱讀 <input type="checkbox"/> 校本課程 <input type="checkbox"/> 家政 <input checked="" type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 其它_____		
校本課程	學校是否以海洋教育為主要校本(特色)課程 <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否		
本次海洋教育教學活動屬於何種範疇	<input checked="" type="checkbox"/> 海洋休閒(水域休閒、海洋生態旅遊) <input checked="" type="checkbox"/> 海洋社會(海洋經濟活動、海洋法政) <input type="checkbox"/> 海洋文化(海洋歷史、海洋文學、海洋藝術、海洋民俗信仰與祭典) <input type="checkbox"/> 海洋科學與技術(海洋物理與化學、海洋地理地質、海洋氣象、海洋應用科學) <input type="checkbox"/> 海洋資源與永續(海洋食品、生物資源、非生物資源、環境保護與生態保育)		
活動內容及 成果照片			
	活動說明：『吊罾』是古前捕魚使用的漁具，由竹子交叉成十字骨架撐起魚網，再利用槓桿原理由後段支架來拉起魚網。	活動說明：黑面琵鷺是世界上非常稀少的鳥種，被列為瀕臨滅絕動物保護，每年 10 月會從臺灣北方的韓國或中國大陸的東北地區，飛到七股曾文溪口來渡冬。	
			
	活動說明：透過實地考察，學生可以更直觀地理解生態系統的運作和人類活動對環境的影響。	活動說明：七股瀉湖面臨的環境問題，如水污染、棲地破壞等，可以作為教材，提高學生的環境保護意識。	

教學省思

為提升學生對在地觀光與瀉湖產業的認識與理解，特別規劃以下學習重點與實踐活動：

- 生態觀察：透過望遠鏡觀察黑面琵鷺等珍貴濕地鳥類，學習生物多樣性與生態保育的重要。
- 船遊體驗：搭乘導覽船穿越紅樹林綠色隧道，認識瀉湖生態系統與水文特色。
- 傳統漁法實作：親自體驗吊罾操作，了解當地漁民的生活智慧與產業辛勞。
- 產業探索：探訪四草大員港，實地觀察觀光與漁業結合的在地產業樣貌，感受其發展與轉型歷程。
- 環境教育：透過活動提醒學生守護蔚藍海洋的重要性，理解永續環境的核心價值。
- 課程結合：鼓勵各校整合課程與社區資源，引導學生親海、愛海、護海，從認識到行動落實海洋保育。

期望學生從課堂延伸到生活，培養在地關懷與行動力，讓守護海洋成為具體可行的生活態度與職涯素養。

4. 資源回收

本校落實校園資源回收制度，於資源回收室及各班級設置完善分類回收區，包含紙類、塑膠、鐵鋁、光碟、書籍及廢電池等回收項目，並搭配環境教育與宣導活動，培養學生垃圾分類與資源再利用觀念。學務處亦設置廢電池專區，鼓勵全校師生共同參與回收行動，降低環境污染。透過長期推動資源回收與環境整理工作，建立學生愛護環境、珍惜資源及實踐永續生活的良好習慣。



資源回收室---光碟回收



資源回收室---鐵鋁回收



資源回收室---紙類回收



資源回收室---塑膠回收



資源回收室---書籍回收



導師室回收



班級回收



班級回收



學務處外設置廢電池回收



廢電池回收