

高雄市橋頭區五林國民小學校訂課程-吾愛吾校-食藝食安

三年級(下)素養導向教學活動設計

一、設計理念

- 近年來，食品安全相關新聞受到民眾矚目，塑化劑、三聚氰胺、毒澱粉、劣質油品事件，幾乎都是轟動全台的大新聞。「民以食為天」，「食」與我們息息相關。然而，令人擔憂的是，這些食品安全的新聞往往占據媒體一段時間的版面後隨即銷聲匿跡，民眾跟著媒體的焦點，似乎也不再關心食品安全了。本校希望喚起學生心中對於食品安全的追求，並從小向下扎根，培養對食品安全的意識與要求。
- 食藝食安：與環境教育相互結合，能在動手做廚藝養成的樂趣中，延伸至和我們息息相關的食安問題的探討與食安環境的重視。

二、教學設計

實施年級	三年級	設計者	三年級教學團隊
跨領域/科目	健體/社會領域	總節數	共 5 節， 200 分鐘
總綱核心素養： A1 身心素質與自我精進 健體 -E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心 健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 C2 人際關係與團隊合作 社-社-E-C2 建立良好的人際互動關係，養成尊重差異、關懷他人及團隊合作的態度。			
學習重點	學習表現	健 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 健 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 健 4a-II-2 展現促進健康的行為。 社 3c-II-2 透過同儕合作進行體驗、探究與實作。	
	學習內容	健 Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。 健 Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 健 Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 社 Da-II-2 個人生活習慣和方式的選擇，對環境與社會價值觀有不同的影響。	
概念架構		導引問題	
<pre> graph TD A[食藝食安] --- B[珍珠奶茶的成份] A --- C[珍珠奶茶的添加物] A --- D[珍珠奶茶 DIY] </pre>		<ol style="list-style-type: none"> 小朋友知道珍珠奶茶主要有哪些成份嗎？ 這些人工添加物吃了對身體好嗎？ 如何選購吃了相對健康、安心的珍珠奶茶？ 珍珠奶茶 DIY 不難，想不想自己學做呢？ 黑糖珍珠奶茶 DIY 有哪些材料和步驟？ 	
學習目標			

<p>一、 食安問題面面觀-認識珍珠奶茶的成份和添加物。</p> <p>二、 珍珠奶茶的食安問題-怎麼選才能吃到健康、安心的珍珠奶茶!</p> <p>三、 布丁 D 珍珠奶茶-自製無添加香精及化學添加物的珍珠奶茶並學習整理料理桌。</p>		
<p>融入之議題</p> <p>環 A1 能從人類發展與環境負擔的平衡，思考人類發展的意義與生活品質的定義，建立合宜的人生觀，探尋生命意義。</p> <p>(學生確實有所探討的議題才列入)</p>	<p>實質內涵</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 以總綱十九項議題為考量、並落實議題核心精神，建議列出將融入的議題實質內容。 ● 議題融入不是必要的項目，可視需要再列出。 <p>環 E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。</p>
	<p>所融入之單元</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 若有議題融入再列出此欄。 ● 說明上述議題融入於哪一個單元/節次中。 ● 上述議題融入於第一~二節中
<p>學習資源</p>	<p>一、網路資源：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. https://www.storm.mg/lifestyle/300927?mode=whole 2. https://kknews.cc/zh-tw/health/kzne3oq.html 3. https://www.foodytw.com/article/60005 4.youtube 影片: 正港台灣之光 全球瘋珍珠奶 5.youtube 影片: 台灣珍奶紅到德國 排隊 1 小時、日賣上千杯 6.youtube 影片: 克里斯.李 一日店長 珍珠奶茶製作 7.youtube 影片: 珍珠奶茶多喝傷身 8.youtube 影片: 粉圓「加料」變 Q 彈 吃多恐傷身! _ 華視新聞 9.youtube 影片: 黑糖珍珠鮮奶 _ 臺灣最受歡迎的黑糖珍珠鮮奶 10.youtube 影片: 宅在家學做珍珠奶茶! 【小菜花廚房】 11.youtube 影片: 教你制作最正宗珍珠奶茶，步骤简单，浓郁香甜，无任何添加剂 12.youtube 影片: 手作珍珠! 教你如何彈牙珍珠 <p>二、視聽及資訊設備</p> <p>三、廚藝教室</p>	

學習單元活動設計		
學習活動流程	時間	備註
<p>第一節開始</p> <p>課前準備：教師先備妥單槍投影設備及網路並準備和珍珠奶茶有關的點心。</p> <p>一、引起動機</p> <p>小朋友知道台灣的國民飲品是哪一種飲料嗎?</p> <p>* 想到台灣美食，少不了一定要提到的就是珍珠奶茶了，自從上世紀 90 年代珍珠奶茶開始在台灣銷售之後，就廣受許多人喜愛，包括兒童和青少年，最近幾年甚至還紅到海外去了。</p> <p>youtube 影片: 正港台灣之光 全球瘋珍珠奶</p>	10	

<p>youtube 影片: 台灣珍奶紅到德國 排隊 1 小時、日賣上千杯</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 小朋友喜不喜歡吃珍珠奶茶?</p> <p>2. 你知道外面賣的珍珠奶茶是怎麼做出來嗎?</p> <p>影片: 克里斯.李一日店長 珍珠奶茶製作</p> <p>3. 珍珠奶茶含有哪些成份? 這些成份各有什麼用途? 對人體有什麼影響?</p> <p>* 「訂飲料囉! 你今天想喝什麼呢?」夏天熱到爆, 喝冰飲消暑是人生一大樂事, 而在競爭激烈、講究創新口味的手搖杯市場中, 珍珠奶茶始終是屹立不搖的銷售冠軍。不過飲料店買的珍珠奶茶雖然很好喝, 但你喝的安心嗎?</p> <p>* 中文名珍珠奶茶 外文名 Bubble tea 別名波霸奶茶</p> <p>主要原料: 泡沫紅茶(各種茶類), 牛奶, 珍珠粉圓(樹薯粉、黑糖), (市售產品為長期保存多含有防腐劑)</p> <p>4. * 美味的背後不僅隱藏著眾所皆知的肥胖危機, 還有其他健康隱憂, 平日還是少喝一點為妙!</p>	20	PPT、影片
<p>https://www.storm.mg/lifestyle/300927?mode=whole</p>	10	網路資源
<p>第二節開始</p> <p>1. 珍珠奶茶好喝, 但常喝對身體好嗎?</p> <p>影片 1: 珍珠奶茶多喝傷身</p> <p>影片 2: 粉圓「加料」變 Q 彈 吃多恐傷身!</p> <p>2. 市售的珍珠奶茶雖然好吃, 但可以常常喝嗎?</p> <p>我們來黑糖珍珠奶茶 DIY, 好不好? 自己做的更安心!</p> <p>3. 老師先自製健康美味的黑糖珍珠奶茶和小朋友分享(每人一小份), 問小朋友好不好吃? 想不想自己學做做看?</p>	10	PPT 影片
<p>4. 教師先備妥製作黑糖珍珠奶茶的各項材料並將學生分組(4~6 人 1 組), 依班級人數調整。</p> <p>5. 自製無添加香精及化學添加物的黑糖珍珠奶茶。</p> <p>6. 影片 1: < 臺灣最受歡迎的黑糖珍珠鮮奶 ></p> <p>影片 2: < 宅在家學做珍珠奶茶……, 做法簡單又好喝! ></p> <p>影片 3: < 教你製作最正宗珍珠奶茶, ……濃郁香甜, 無任何添加劑 ></p> <p>影片 4: < 手作珍珠! 教你如何彈牙珍珠 ></p> <p>第 3 節開始</p>	20	PPT、影片

<p>1. 食材準備(僅供參考): https://www.foodytw.com/article/60005</p> <p>(1)珍珠：黑糖 80 克、水 90 克、木薯粉 150 克</p> <p>(2)煮珍珠時：珍珠 150 克、水 1.5 公升</p> <p>(3)製作黑糖珍珠時：黑糖 100 克、水 350 克</p> <p>(4)鮮奶適量。</p> <p>2.老師示範，請同學熟記 操作步驟(參考)。</p>	20	網路資源 PPT
<p>▼首先來製作珍珠，如果沒有黑糖也可以用紅糖或砂糖來代替，將黑糖放進鍋子裡加水。</p> <p>▼蓋上鍋蓋，用最小火慢煮，這樣做是為了讓黑糖有足夠的時間融化。</p> <p>▼檢查一下黑糖是否已經完全融化，如果是的話，轉大火讓黑糖水沸騰。</p> <p>▼在黑糖水保持沸騰的情況下將鍋子離火，將木薯粉分兩次加入，用筷子快速攪勻。</p> <p>▼攪勻後將整團黑糖倒出來，戴手套注意溫度，開始將黑糖上的顆粒揉掉。</p> <p>▼反復揉至表面都光滑後，開始將黑糖麵團搓成長條狀。</p> <p>▼切成幾個等份，將其中一份取出製作珍珠，其餘的先蓋上一層「保鮮袋」防止麵團表面乾燥。</p> <p>▼記得不要使用保鮮膜，因為這樣會導致裡面產生水汽，影響珍珠的製作。</p> <p>▼將麵團搓成長條狀後，將其對切再對切。</p> <p>▼最後切成這樣大小的小塊狀。</p> <p>▼先在碗內撒上一些木薯粉防止珍珠黏在一起，接著開始將小塊的麵團揉成珍珠的球狀後丟進碗裡。</p> <p>▼過程中適時的搖晃碗，確保珍珠都有沾到木薯粉。</p> <p>▼珍珠準備完畢後，開始準備將它們煮熟，首先準備比珍珠重量多十倍的水，煮至沸騰。</p> <p>▼將要食用的珍珠倒入，剩餘的珍珠可以放入冰箱冷藏。</p> <p>▼用大火煮大概 15 分鐘就可以了。</p> <p>▼將珍珠撈起來，放進冰水中冰鎮或用冷水沖洗，這樣能夠增加珍珠的 Q 彈度。</p> <p>▼接下來輪到準備黑糖漿，將黑糖放進鍋子內，加水煮到完全融化為止。</p> <p>▼黑糖完全融化後，撈起冰水中的珍珠加入鍋中。</p>	20	示範影片

附錄(二) 評量標準與評分指引

學習目標		黑糖珍珠奶茶 DIY-自製無添加香精及化學添加物的黑糖珍珠奶茶並學習整理料理桌。				
學習表現		能和同學分工合作完成黑糖珍珠奶茶製作並一起整理料理桌。				
評量標準						
主題		A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
	表現描述	1. 能主動積極參與分組工作與學習。 2. 能認真、確實清潔及整理料理桌並將器具歸位。	1. 能認真參與分組工作與學習。 2. 能確實清潔及整理料理桌並將器具歸位。	1. 能參與分組工作與學習。 2. 料理桌大致整理完畢並能將器具大致歸位。	1. 分組工作與學習略顯懶散。 2. 料理桌的整理尚有凌亂疏漏之處。	未達 D級
	評分指引	1. 教師觀察分組工作與學習態度。 2. 教師提問能對答如流。 3. 黑糖珍珠奶茶製作快速又完整並兼具美味好吃。	1. 教師觀察分組工作與學習態度。 2. 教師提問大部分能回答。 3. 黑糖珍珠奶茶成品美味又好吃。	1. 教師觀察分組工作與學習態度。 2. 教師提問部分能回答，部分需提示後回答。 3. 能於規定時間內完成黑糖珍珠奶茶製作。	1. 教師觀察分組工作與學習態度。 2. 教師提問大部分需待提示後才能回答。 3. 黑糖珍珠奶茶成品部份未完成。	未達 D級
	評量工具	實作評量表				
	分數轉換	90-100	80-90	70-80	60-70	60 以下

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂(級距可調整)。