

## 宜蘭縣九十九學年度壯圍國中綜合活動課程設計

教材來源	自編	設計者	陳建志
參考資料	翰林綜合活動 3 上主題二 單元三消費我在行 <a href="http://home.tngs.tn.edu.tw/home/new52.htm#b2">http://home.tngs.tn.edu.tw/home/new52.htm#b2</a> 揭發黑心食品的真相／李秀靜		
主題單元	綠色宣言	實施年級：	八下
單元名稱	綠色消費	教學時間：	3 節
學習目標	1、了解食品加工的目的與食品標示。 2、認識食品添加物。 3、認識食品標章。 4、能運用所學消費知能在日常生活上。	評量重點	1、了解食品標示的意義。 2、能辨別食品標章
能力指標	綜 4-4-2	融入議題	家政教育
教學活動			教學資源
壹、準備活動 一、教師部分： 1、熟悉教材內容 2、準備：橘子汽水材料（食品材料行有售） 透明玻璃杯1 個 玻璃棒1 支 黃色4 號色素少許 黃色5 號色素少許 碳酸氫鈉少許 檸檬酸少許 砂糖 適量 橘子香精（香橙油）少許（亦可以蘋果、草莓… 香精取代） 3、準備黑心食品及食品消費新聞 二、學生部分： 分組座位 貳、發展活動 一、加減成廚（45´） 1. 詢問學生最喜歡吃的零食是什麼？教師說明食品加工的理由，並請學生將帶來的食品與小組一起討論。 2. 請學生將食品的標示寫在學習單上並討論食品的那些標示是一定要的，請他圈起來。 3. 詢問學生最常吃的食品加工物有那些？ 4. 回想自己以往的購物經驗是否有注意到標示的問題呢？ 5. 要如何藉由比較同類食品的營養成份，來選擇合乎自己需求的食品呢？			加減成廚學習單

<p>二、食品大變身（45´）</p> <p>1.教師在桌上準備做橘子汽水的用具：透明玻璃一個、攪拌棒一支。所需的材料： 杯中裝水八分滿、食用色素黃色4號(橘色)、食用色素黃色5號(橘紅色)、碳酸氫鈉、檸檬酸、白色砂糖)</p> <p>2.老師詢問：同學有喝過橘子汽水嗎？是怎麼做的，今天老師教大家如何做橘子汽水。</p> <p>(1)首先我們先調製橘子汽水的顏色—橘子的顏色是怎麼來的？放入黃4號與黃色5號，比例是6：1，請同學看一下顏色，是否一樣？</p> <p>(2)橘子的味道是怎麼來的呢？是加了新鮮的橘子嗎？不是的，而是加入了橘子香精（香橙油）。一小滴就可發揮它神奇的功效。</p> <p>(3)做到這裏，它只是一杯橘子水，再加一些砂糖增加甜味。</p> <p>(4)橘子汽水的「汽泡」是怎麼來的？加入碳酸氫鈉（小蘇打）及檸檬酸，比例1：1即可產生二氧化碳。橘子汽水完成。</p> <p>3.請同學思考：令人驚訝的是——橘子汽水的材料有橘子嗎？那喝汽水的時候，吃下肚的是什麼？是色素、香精、碳酸氫鈉及檸檬酸。這些稱為食品添加物。</p> <p>4.教師提問：</p> <p>（1）看完實驗後你有什麼想法</p> <p>（2）下次再選擇這產品時，你會做什麼決擇</p> <p>三、聰明消費者</p> <p>1.教師說明一則黑心食品的新聞來引起動機。</p> <p>2.請學生將帶來的報紙和小組同學討論</p> <p>3.請各組派一位學生發表分享討論結果。</p> <p>4.教師介紹食品標章，並將食品標章常見的食品和學生說明。</p> <p>參、結束活動</p> <p>1.選購食品時，考慮的因素很多，個人喜好、預算、包裝、、、最重要的可以選用有國家認證的食品標章及有完整的食品標示，比較後再行購買，才是最聰明的費者。</p> <p>2.預告下次上課內容及所需攜帶的用品。</p>	<p>聰明消費者學習單</p>
<p><b>教學注意事項：</b></p> <p>食品標章時有更替，須適時替換</p> <p>學生手冊答案：</p>	

宜蘭縣九十九學年度壯圍國中綜合活動課程設計

教材來源	改編自康軒童軍教育第三冊	設計者	林麗莉
參考資料	<a href="http://home.kimo.com.tw/s.o.s.o./action3.htm">http://home.kimo.com.tw/s.o.s.o./action3.htm</a>		
主題單元	綠色宣言	實施年級：	八下
單元名稱	戶外生活 colorful	教學時間：	3 節
學習目標	1、小組能嘗試無具炊事的方法，增進野外生活的經驗。 2、小組能熟練生火與滅跡的方法與技巧。	評量重點	1、能無具炊事食物 2、能創意嘗試不同無具炊事方式。
能力指標	綜 1-4-2	融入議題	家 1-4-3
教學活動			教學資源
<p><b>壹、準備活動</b></p> <p>一、教師部分：</p> <p>1、事先探勘場地、鐵灶、熟悉課程內容。</p> <p>二、學生部分：</p> <p>1、準備炊事用品。</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p>一、無具炊事一點靈（45´）</p> <p>1、教師問學生無具炊事是什麼意思？並說明意涵</p> <p>2、教師說明無具炊事的準備：</p> <p>（1）炭火的準備</p> <p>（2）代用炊具</p> <p>*烹調時對人體無害</p> <p>*具導熱能力</p> <p>*有隔離作用：在食物被煮熟前，能夠抵抗柴火對素材的破壞</p> <p>（3）烘烤距離</p> <p>3、教師說明無具炊事的做法：</p> <p>（1）直接熱方法的應用：烤蛇餅、烤肉串、柳丁蛋、水果披薩、洋蔥肉…</p> <p>（2）間接熱的方法應用：土窯雞</p> <p>4、各組討論無具炊事菜單及工作分配</p>			

<p>二、無具炊事王（90´）</p> <p>1、教師提醒各小組在炊事過程中應注意事項：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>（1）注意安全及衛生</li> <li>（2）小組確實分工</li> <li>（3）禁止在爐灶旁嬉戲</li> <li>（4）燒烤食物要注意內部熟透無腥味，以不燒焦為原則</li> <li>（5）確實做好垃圾及資源回收的工作：帶班上的廚餘桶可全班公用，資源回收部分各小組帶回班上回收</li> <li>（6）各組評完分再一起食用</li> </ul> <p>2、進行無具炊事</p> <p>3、美食評分，各組同時可稍做環境整理</p> <p>4、大快朵頤</p> <p>5、各組收拾環境</p> <p><b>參、結束活動</b> 預告下次上課內容及所需攜帶的用品。</p>	
<p><b>教學注意事項：</b></p> <p>1、討論無具炊事菜單時應考慮進行時間長短與組員人數多寡決定菜量多寡。</p> <p>2、在進行無具炊事活動時，要特別提醒安全。</p> <p>無具炊事，只要沒有使用到一般的鍋碗瓢盆等炊具的炊事，都可以算是無具炊事。「無具」，可不是不用工具；而是就地取材，利用自然物，利用各種方法，燒製食物。比較常見的處理方式有以下四種：</p> <p><b>一、替代容器：</b>例如竹筒飯、柳丁肉、或是撿取椰殼來當鍋子，鐵製餅乾盒當炒鍋、湯鍋來進行炊事。</p> <p><b>二、傳遞加熱：</b>利用石板來當鍋子，或是將石頭燒紅投入鍋中等的方式來加熱食材。</p> <p><b>三、直接燒烤：</b>將食物串好，直接在火上烤熟或是燻熟，例如烤雞、烤肉串、蛇餅等方式。</p> <p><b>四、間接燒烤：</b>將食物先行用葉子或是泥土等物包好，再投入火中或是以燒紅的石頭或土埋起悶熟，例如土窯雞、悶蕃薯等方式。</p>	