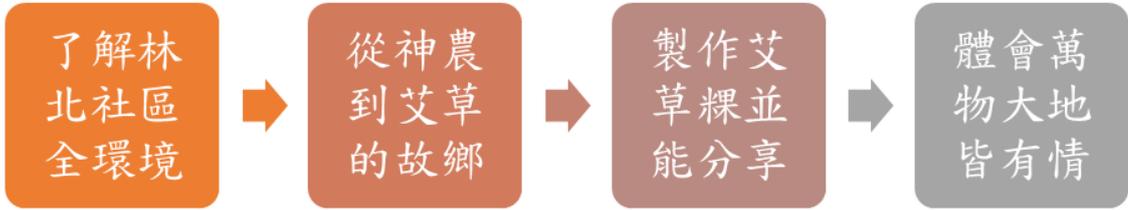
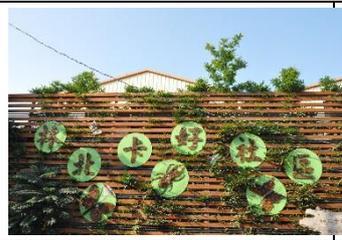


《林北有艾、有里、多樣學習.環保小學堂》

主題名稱	林北有艾		
設計者	蔡淑玲	教學時間	150 分鐘(共 3 節，每節 50 分鐘)
教學人數	45 人	適用對象	不限
學習領域	自然與科技	融入議題	環境教育
教學準備	影片、圖片、投影設備、艾草、製糶器材		
教學目標	<p>一、了解艾草的歷史故事，以及與生民百姓的生活連結。</p> <p>二、了解艾草的分佈與其環境和藥效。</p> <p>三、製作艾草糶，並進行心得分享。</p> <p>四、對大自然的花草樹木及大地有感，進而愛護地球。</p>		
能力指標	<p>一、能對林北社區於全球定位有所了解。</p> <p>二、能了解艾草在日常生活中的用途及其歷史。</p> <p>三、對於製艾草糶之歷程有所了解且親自操作。</p> <p>四、能以口語表達出心得以及對大地的情感。</p>		
課程架構			
實施方法			
學習目標	教學內容	時間	評量方式
	<p style="text-align: center;">— 第一節開始 —</p> <p>【準備活動】</p> <p>一、單槍、電腦、簡報切換器。</p> <p>二、相關簡報。</p> <p>【發展活動】</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一)請問林北社區所在位置及特色。</p> <p>林內鄉座落於雲林縣的最東北角，它與南投縣、彰化縣交界，更特別的是，林內鄉所富涵的水利文化與生態景觀資源更別具特色。</p> <p>林北社區位於雲林縣林內鄉之東北角，東眺林內山區，且清水溪和濁水溪也在此匯流。社區的地理環境具有淺山、溪流及平原環境，自然資源豐富，並擁有世界級的保育物種：紫斑蝶及八色鳥等。人文景觀部份也具備水利、客家、菸樓、舊鐵道等豐富的文化資源。</p> <p>林北因地理環境生態豐富，並擁有環境生物多樣性環境空間，結合客家文化、艾草、紫蘇植栽、綠建築、菸樓空間環境教育學習場域，讓林北成為多樣學習的環保小學堂。</p>	20'	

(三) 認識林北數位生活館



【綜合活動】

- (一) 說說看對林內鄉的感覺？
- (二) 走進林北社區，你印象最深刻的是什麼？
- (三) 對今天的活動有什麼期待？

~第一節結束~

~第二節開始~

【準備活動】

- 一、艾草園及其周邊相關場景。
- 二、準備與艾草相似的植物照片或實體。

【發展活動】

(一) 艾草的歷史故事

中國各地民間都有不同的防避傳染病的習俗，艾草幾乎都不缺席。艾草陳久者良有保健和復健良好功效所以孟子曰：(七年之病，求三年之艾)例如：台灣的民俗有端午節時，在大門口懸掛艾草、菖蒲等枝葉，認為有避邪、避毒的作用；也有在五月五日端午節，採集艾草作成人形，懸在門戶上，用以驅攘毒氣的習俗。

艾草的故事

在台灣，就是端午節那天，家家戶戶門口，都會掛上菖蒲、艾草及榕樹等。另外，就是被抓去洗一場現在最流行的「藥草浴」，濃濃的味道，大多就是艾草的氣味。但是為什麼在端午節要掛這些東西呢？依據歷史記載有著許多傳的故事，在大街小巷流傳至今……《黃帝內經》是一部修道者與學習中醫的人必讀之書籍，記載了很多的經絡穴道，被利用於治病或用在講解修道上。這部經典裡面所講的藥物很少，僅有十三個藥物處方，而艾草即是其中之一。中醫所講：一針二灸三葯極為推崇艾草-為醫草。

艾草為菊科多年生草本植物，葉互生，呈羽狀深裂，表面綠色，葉背則有密生白毛，莖與葉均具有特殊香氣，具能趨走蚊蟲的功效。晉周處《風土記》所說的懸艾，功能在於「永蠲毒氣」。艾草具有藥性，使用

於針灸中的灸法，《本草》說：「艾葉氣芳香，能通九竅，灸疾病。」夏天焚燒艾草可驅蟲、驅蚊，(2007)夏天，台南市政府即設置防疫艾草焚燒站、機動巡迴艾草焚燒車，以防治登革熱疫情。

(二) 炊粿器材及相似植物認識



大灶與炊粿器具

50'

認識艾草及相以的植物



艾草

芙蓉

銀膠菊 (有毒)



滿天星

藿香薺

銀膠菊開花

(三) 米的種類

認識米的種類



怎樣區分糙米、胚芽米、白米？

100% 糙米	胚芽米	白米
80% 糙米	胚芽米	白米
70% 糙米	胚芽米	白米
60% 糙米	胚芽米	白米
50% 糙米	胚芽米	白米
40% 糙米	胚芽米	白米
30% 糙米	胚芽米	白米
20% 糙米	胚芽米	白米
10% 糙米	胚芽米	白米
0% 糙米	胚芽米	白米

糙米含有較多纖維與蛋白質，因此口感較硬，且含有較多維生素與礦物質。白米則較軟，且含有較少纖維與蛋白質。

類 型		性質與用途
粳米	蓬萊米(粳米)	黏性適中，用於米飯或米果。
秈米	在來米	米粉、蘿蔔糕、發糕、芋頭糕、河粉(粿條)。
	長秈米	黏性適中，用於米飯或壽司。
糯米	圓糯(蓬萊糯)	黏性強，一般用於釀酒、甜年糕、紅龜粿、草仔粿、湯圓、八寶粥、麻糬、甜粽。等。
	長糯(秈糯)	黏性較圓糯差，一般用來製作油飯、珍珠丸子、紅龜粿、草仔粿、湯圓、八寶粥、麻糬、粽子。等。



圓糯米



圓糯米做的小年糕



艾草粿

【綜合活動】

- 一、說明與艾草或芙蓉相似的植物，並找出其異同點。
- 二、說明稻米成長的過程以及種類。
- 三、說明如何將艾草與圓糯米揉成團，並做成艾草粿。

~第二節結束~

~第三節開始~

【準備活動】

- 一、草仔粿
- 二、學習單

【教學活動】

一、引起動機

- (一) 請每位都拿著艾草粿，並仔細觀後，請其發表看到的東西。
- (二) 說明在製粿的過程當中，發生什麼有趣或難忘的事。

二、了解土地倫理的意涵

土地倫理

人類對自然態度的變化

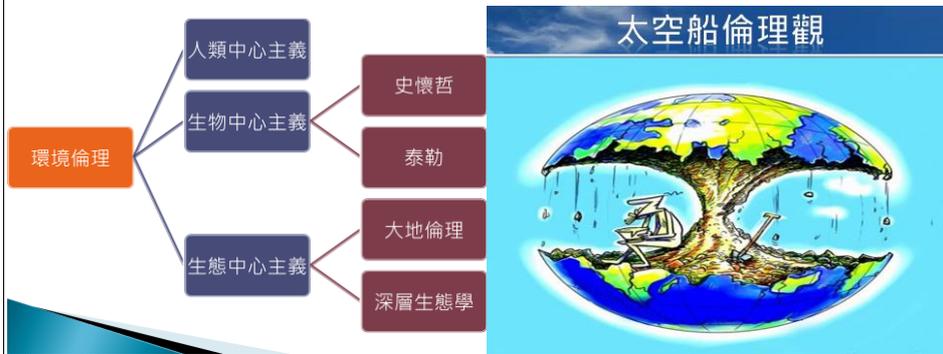
從大自然獲取食物 → 對土地異常崇拜 → 快速進入工業文明 → 傳輸及改革快速

環境倫理

環境倫理學(environmental ethics)的興起是在二次世界大戰以後，將倫理關係從人類延伸至其他生物。

環境倫理學是探討人類與自然環境間的道德關係(moral relationship)(Jeryan, 1994)

環境倫理是指人對自然的倫理。涉及人類在處理與自然之間的關係時，何者為正當、合理的行為，以及人類對自然界負有什麼義務等問題。



三、比較艾草粿與一般食物滋味之不同



50'

四、營養均衡的飲食觀

食安教育

(一) 在食安問題頻仍的今天，資訊發達固可啟牖民智，卻也造成是非難辨。故而，若能究其根本，進而正本清源，並從在地食材出發，充實其相關知識，給予全民正確食安觀念，則其自然可在無限上綱的食品議題與庶民飲食之間找到平衡，終而可自生活周遭找到適合的食材，減少食物哩程，並獲得生活的平靜，促進身心靈的健康。

(二) 希望能夠從生活當中取材，從對話當中開啟食安話題，更期待每個人都能關心周遭的環境，而且能夠對食安議題加以注意，小則保自己與家人食的安全與健康，大則希望能夠宣導與推廣，更期待這些小小讀者能夠將常識及知識內化，進而成為思想的一部分，實踐於生活當中，若是在未來從事相關行業，也能夠發揮道德良心，讓食安更有保障。

(三) 病從口入，小小的細菌可能是病痛的元兇，大大的環境也潛藏著危險，在食安問題沸沸揚揚的今天，每個環節都不容小覷。魔鬼藏在細節裡，食安就得見微知著、以小觀大、防範未然、洞燭機先。我們應該能夠自這些食安問題中，找到一條更正確的道路，對於食物能夠有智慧的選擇，安心的吃，並且能夠在許多食安問題之後，找到適合自己的飲食方式，長保健康，

【綜合活動】

- 一、對林內及林北社區留下的最深刻印象為何？為什麼？
- 二、艾草在生活中有什麼功用？
- 三、艾草粿在飲食上有什麼營養素以及功用？

~第三節結束~

《林北有艾、有里、多樣學習》

一、請寫出或畫出林北社區裡最特別的人、事、物各一項。

二、請區別下列植物，並寫出採集植物應注意的事項。

圖片				
名稱				
特徵				
注意事項				

三、你覺得製作草仔粿應該分成哪四個階段？寫或畫的都可以。

--	--	--	--

四、土地是萬物之母，除了超市或菜市場買的菜以外，你還知道哪些野菜是可以吃的，試著寫或畫畫看。

--

環境教育素養實作

一、課程組織架構圖



二、教學設計理念說明

- (一) 了解艾草的歷史故事，以及與生民百姓的生活連結。
- (二) 了解艾草的分佈與其環境和藥效。
- (三) 製作艾草粿，並進行心得分享。
- (四) 對大自然的花草樹木及大地有感，進而愛護地球。

三、教學單元示例

領域/科目	自然與科技領域、健康與體育領域		設計者	蔡淑玲
實施年級	不限		總節數	3 節
單元名稱	林北有艾			
設計依據				
學習重點	學習表現	自 ti-II-1 能在指導下觀察日常生活現象的規律性，並運用想像力與好奇，了解及描述自然環境的現象。 自 ah-II-1 透過各種感官了解生活週遭事物的屬性。 自 po-II-1 能從日常經驗、學習活動、自然環境，進行觀察，進而能察覺問題。 健 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	核心素養	自-E-A1 能運用五官，敏銳的觀察周遭環境，保持好奇心、想像力持續探索自然。 自-E-C1 培養愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力。 自-E-C3 透過環境相關議題的學習，能了解全球自然環境的現況與特性。 環 C1 能主動關注與環境相關的公共議題，並積極參與相關的社會活動，關懷自然生態與人類永續發展。 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。
	學習內容	自 INb-III-7 植物各部位的構造和所具有的功能有關，有些植物產生特化的構造以適應環境。 自 INg-II-1 自然環境中有許多資源。人類生存與生活需依賴自然環境中的各種資源，但自然資源都是有限的，需要珍惜使用。 健 Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。		
議題融入	融入議題	環境教育		
	實質內涵	環 E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。 環 E7 覺知人類社會有糧食分配不均與貧富差異太大的問題。		

		環 E14 覺知人類生存與發展需要利用能源及資源，學習在生活中直接利用自然能源或自然形式的物質。
	所融入之學習重點	(一)了解艾草的歷史故事，以及與生民百姓的生活連結。 (二)了解艾草的分佈與其環境和藥效。 (三)製作艾草糝，並進行心得分享。 (四)對大自然的花草樹木及大地有感，進而愛護地球。
	與其他領域/科目的連結	
	教材來源	
	教學設備/資源	
學習目標		
<p>一、能對林北社區於全球定位有所了解。</p> <p>二、能了解艾草在日常生活中的用途及其歷史。</p> <p>三、對於製艾草糝之歷程有所了解且親自操作。</p> <p>四、能以口語表達出心得以及對大地的情感。</p>		

環境教育素養實作

一、課程組織架構圖

二、教學設計理念說明

三、教學單元示例

領域/科目		設計者	
實施年級		總節數	
單元名稱			
設計依據			
學習重點	學習表現		核心素養
	學習內容		
議題融入	融入議題		
	實質內涵		
	所融入之學習重點		

與其他領域/科目的連結		
教材來源		
教學設備/資源		
學習目標		

課程教學設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註

試教成果：(非必要項目)
參考資料：(若有請列出)
附錄：