

教育部98年度

祖孫共學教育方案創意比賽

國中組



主辦單位：教育部

承辦單位：國立台灣師範大學人類發展與家庭學系

國立空中大學生活科學系



祖孫共學教育方案 創意比賽



目錄

國中組

第一名—幸福的滋味.....	4
黃瑞真、藍淑珠、黃偉鵬	
第二名—重返榮耀～布拉旦.....	34
陳勇宏、陳宥達、王譽臻	
第三名—味覺的傳承～傳家菜.....	56
張園笙、曾慶玲、李瑞婷	
佳作—一家人共學～祖孫樂悠遊.....	86
王瑋惠、陳珊怡、陳珈蓉	
佳作—國寶、家寶、壓箱寶.....	104
陳俞諺	
佳作—跨越時空的旅行.....	114
蔣美倫、李月琴、袁詠蕙	





國中組第一名

一、方案主題：幸福的滋味

二、作者：黃瑞真（台北市萬華國民中學）
藍淑珠（台北市萬華國民中學）
黃偉鵬（台北市萬華國民中學）

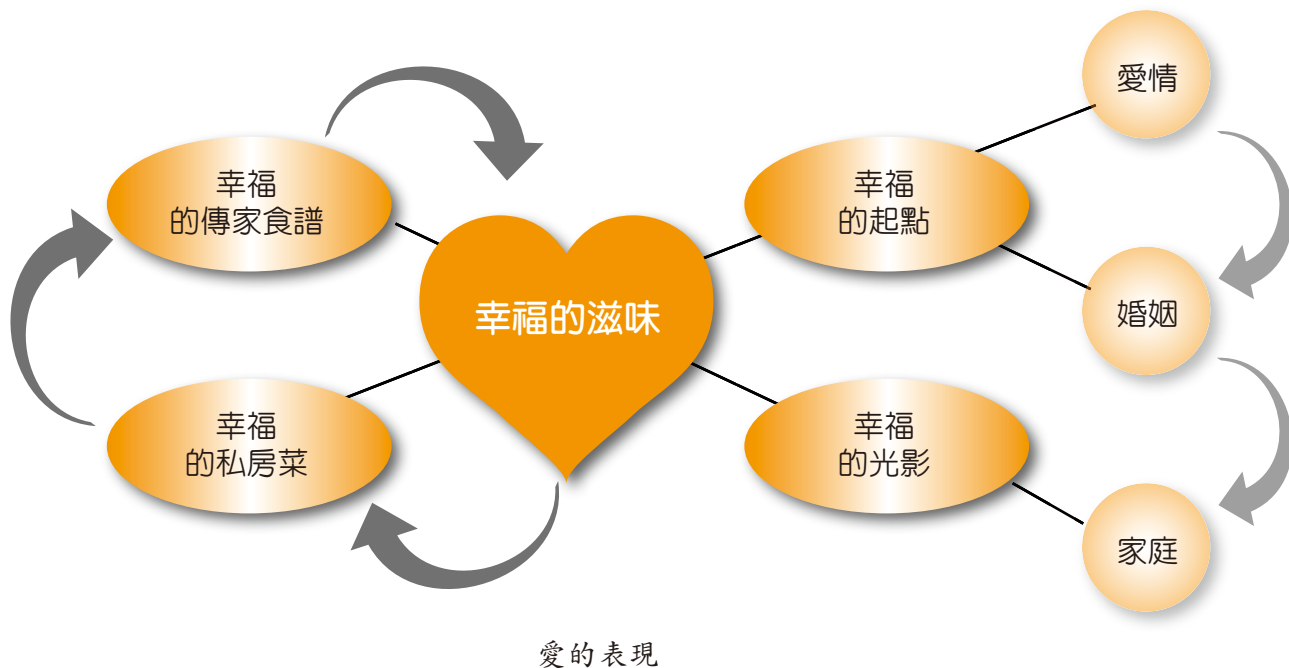
三、實施對象：七至九年級

四、主要概念及設計理念：

家，是幸福情感生根萌芽的地方。細細品嚐生活中的幸福滋味，生活將因此而感恩知足。

本方案為針對國中生為對象，進行國文、輔導、家政跨領域的協同教學，從建立幸福家庭的初始－婚姻與愛情出發，探討父母、祖父母彼此情感的呈現與表達方式，為孫子女建立正向的婚姻及愛情觀。接著透過文學作品的探討，回憶生活中祖孫之間幸福的光影及練習表達愛的言語。並從最貼近日常生活的「食」，著手探討料理背後的愛與關懷，及學習如何運用料理表現對家人的關懷與愛，最後透過「幸福的家傳食譜」製作，紀錄與傳承家中夫妻、祖孫、親子彼此之間的幸福互動之味。

五、方案架構：



方案流程	實施時間	課程內容說明
單元一 幸福的起點	45分鐘 (一節)	1.以名人結婚照來引起學生去試著了解自己家中祖父母及父母親間不同世代的婚姻及愛情異同。 2.延伸至「愛情三角理論」中的激情、親密和承諾等三個向度的基本元素，以及這三個向度交叉組型不同類型的愛情意義。
單元二 幸福的光影	45分鐘 (一節)	1.繪本導讀—《爺爺的肉丸子湯》、《奶奶來了》：引導學生探究「生命傳承」的重要元素—愛與關懷。 2.時光回溯機—幸福光影〈那一幕〉：引導學生回顧阿公、阿嬤對自己的關愛，以「有情」的筆，寫下心中的感動。 3.貼心小語—愛的留言版：引導學生將內心的感謝化為「貼心小語」，與阿公、阿嬤分享。
單元三 幸福的私房菜	45分鐘 (一節)	1.繪本探討—《爺爺的肉丸子湯》：引導學生探究祖父母喪偶的影響及料理背後的意義。 2.分享我的幸福私房菜—從自己喜愛的料理出發省思料理背後的關懷與愛。 3.荷包蛋的啟示—綜合歸納如何使平凡的料理充滿幸福滋味。 4.家人的幸福私房菜—訪談父母及祖父母最愛的料理，並體認家人之間的關懷與愛。
單元四 幸福的家傳食譜	90分鐘 (二節)	1.家人的幸福私房菜分享—分享父母及祖父母最愛的料理及料理背後的故事與意義。 2.幸福的家傳食譜製作—記錄與傳承家人之間的幸福故事、幸福光影及幸福料理。

六、活動設計：

(一) 單元一、【幸福的起點】

1. 單元基本概念：利用不同世代的結婚照，來引發學生對愛情的感受與看待婚姻的想法。從爺爺奶奶的年代、到父母的年代，了解世代間表達對伴侶愛意的方式及愛情在世代間的演變。
2. 活動設計：
 - (1) 活動目標：藉由世代間表達對伴侶愛意的方式，引導出「愛情三元素」的真義及在日常生活中的相處的所作所為。
 - (2) 活動人數：30人
 - (3) 活動時間：45分鐘
 - (4) 活動流程：





活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
5分鐘	一、準備活動 課前一週：先發放「愛的故事集」學習單請同學回家先行蒐集有關爺爺奶奶和爸爸媽媽的愛情故事或可以見證的蛛絲馬跡（如結婚照或其他東西皆可）。 暖身活動：播放所蒐集之不同年代的名人結婚照，引發學生思考及討論世代之婚姻演變及差異。思考點及討論問題如下列： 1.你發現祖父母的愛情故事是媒妁之言還是自由戀愛？及他們為什麼要結婚？ 2.你發現父母親的愛情故事是媒妁之言還是自由戀愛？及他們為什麼要結婚？ 3.他們的愛情和你所聽說的有什麼不同？	PPT
5分鐘	二、發展活動： 1.【相見恨晚】：連接暖身，再以講述法讓學生了解「情感」的產生的原因除了受荷爾蒙等生理影響之外，心理發展及社會因素都會對其產生影響。	附件一 「愛情的三角理論」PPT
5分鐘	2.【愛的初體驗】以國民健康局之補充教材「尋求真愛」來說明愛情是什麼及愛的感覺。請學生討論不同世代間伴侶之間如何表達愛的方式： a.祖父母年代 b.父母年代 c.自己年代。	
10分鐘	3.【愛情酸甘甜】請學生討論表達自己對愛情的看法，期待中的愛情及情侶間相處的模式及型態，對應至他曾所見所聞愛情的滋味，並回應祖父母與父母間伴侶之愛的表達方式。	
10分鐘	4.以講述法說明「愛情三角理論」中的激情、親密和承諾等三個向度的基本元素，以及這三個向度交叉組型不同類型的愛情意義，例如空愛、迷戀、浪漫之愛…等。同時對照生活中所曾聽聞的愛情事件或故事，與自己的爺爺奶奶和爸爸媽媽的愛情故事來印證，體認愛情的美妙及意義。	
5分鐘	三、綜合活動 1.分享同學所蒐集的爺爺奶奶和爸爸媽媽的愛情故事，了解不同世代的愛情差異。	附件二 「愛的故事集」學習單
5分鐘	【同學分享】 與「激情、親密和承諾」相結合的例子 *互相扶持互相幫助，阿公很早就過世了，但是阿公生病時教阿嬤怎麼做生意要用的東西，或許那種照顧及關心，也要讓別人有生存下去的方式就是愛吧！	

- * 爺爺奶奶都一起煮飯，如果其中一個不舒服，另一個會照顧他。
- * 他們是媒人介紹，以互罵表達愛，雖然有時會吵架，但是感情仍然很好。
- * 他們在一次相親一見鐘情，就這樣結婚到白頭偕老。雖然有時會吵架，但愈吵感情愈好，還生下4個孩子。
- * 每天打鬧（搞笑的）；爸爸在家是負責煮飯、打掃家裡、做家事；媽媽大部分是負責工作，但有空就幫忙做家事。
- * 雖然我爸媽現在感情不好，一天說不到十句話也不常見面，但我知道他們以前互相關心互相幫助的。
- * 重物都是爸爸幫媽媽拿重物，有時候媽媽生氣一直在罵人時爸爸都靜靜任由媽媽唸。
- * 朋友的朋友介紹的，一起煮飯一起買東西。

【省思】學生分享的内容以日常生活的經驗為主，真實呈現祖父母及父母親的相處模式，對於他們的愛情則是提及不多，顯見平日較少涉及此話題；也在他們學習單看見親人間的互動，是承諾和陪伴的展現。

2. 分享自己理想中的愛情及如何表達對對方的愛意。

【同學分享】與「激情、親密和承諾」相結合的例子

- * 互相扶持、互相幫助、互相相愛。
- * 我會用時間陪他來表達我的愛。
- * 平平淡淡，不要太多波折的愛情；關心一定會啊！打鬧輕鬆愉快逗他開心。
- * 我不需要一個驚天動地的愛情，只要一個平凡而浪漫的愛情。
- * 我希望彼此能有適度距離，能互相接納雙方的優缺點。
- * 不強迫、自然、率真，對方能真正接受我，彼此了解沒有束縛。
- * 我理想中的愛情是一段穩定的愛情，我不喜歡風風雨雨
- * 只要二人可以好好過一段戀情，我會好好照顧他，常常會注意她的身子，如果她生病時，會提醒她準時吃藥，在她生日時會給她一個大驚喜，讓她擁有一個印象深刻的生日。
- * 我理想中的愛情並沒有什麼，只需要兩人能在對方寂寞時陪在他身旁，相互扶持，一起快樂一起痛苦。

【省思】大部分學生目前還沒有真正戀愛的經驗，因此多數都希望是互相扶持、互相陪伴的方式來經營愛情，他們也受到自己身旁的人所經歷的愛情和婚姻的影響，渴望平凡的愛情，同時也能接受兩性相處上的衝突。

3. 以繪本「好好照顧我的花」（作者：郝廣才，插圖：吉恩盧卡，出版：格林文化）來說明愛情的產生，並做結論。





(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合活動 (97)	2-4-2	探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。
綜合活動 (97)	2-3-3	覺察家人的生活方式，分享改善與家人相處的經驗。
性別議題 (92)	1-4-3	培養多元文化觀點，學習性別良性互動
性別議題 (92)	2-4-2	適當表達自己對他人的情感
性別議題 (92)	2-4-3	認知性別在家庭和職場中的角色，並共同擔負責任
性別議題 (92)	3-4-4	建立性別平等與尊重的互動模式
家政教育 (92)	4-3-5	參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。
家政教育 (92)	4-4-2	運用溝通技巧，促進家庭和諧。
家政教育 (92)	4-4-7	尊重並接納多元的家庭生活方式與文化

(二) 單元二、【幸福的光影】

1. 單元基本概念：以「陪伴，是一種幸福」為題，引導學生體會生命傳承的真諦，了解家庭的幸福是建立在家人之間真誠的互動上。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 引導學生探究在生命陪伴生命的傳承裡，阿公、阿嬤對爸媽的影響，以及爸媽對自己的影響，找出連結家人情感的重要元素：愛與關懷。
- 引導學生回顧阿公、阿嬤對自己的關愛，化感動為行動，將內心的感謝化為「貼心小語」，與阿公、阿嬤分享。
- 引導學生主動與阿公、阿嬤對話，增進祖孫互動，以積極正面的思維，面對生活，和家人和睦相處。

(2) 活動人數：30人

(3) 活動時間：45分鐘

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
	一、準備活動 擬定教學大綱，準備教材，製作媒體簡報及學習單，蒐集相關資料供同學參考。	附件三《爺爺的肉丸子湯》PPT 附件四《奶奶來了》PPT 附件五「爺爺的肉丸子湯」學習單

5分鐘	<p>二、暖身活動</p> <p>從學生所閱讀過或聆聽過的書籍、文章與歌詞談起，如：島田洋七《佐賀的超級阿嬤》、蕭蕭〈慙孫，好去睇啊！〉、戴晨志〈在法庭上痛哭失聲的爺爺〉、蕭煌奇〈阿嬤的話〉，藉此引起學習動機，激發學習興趣。</p> <p>說明課程內容與評量方式。</p>	<p>島田洋七《佐賀的超級阿嬤》、蕭蕭〈慙孫，好去睇啊！〉、戴晨志〈在法庭上痛哭失聲的爺爺〉、蕭煌奇〈阿嬤的話〉</p>
30分鐘	<p>三、發展活動</p> <p>1.想念的幸福：幸福丸湯—《爺爺的肉丸子湯》</p> <p>(1) 將繪本製作成PPT檔，逐頁講述繪本內容，引領學生進入《爺爺的肉丸子湯》的分享世界裡，感受爺爺想念奶奶的幸福，以及分享的快樂。</p> <p>(2) 繪本簡介：詳學習單。</p> <p>2.體貼的幸福：無條件的愛—《奶奶來了》</p> <p>(1) 將繪本製作成PPT檔，逐頁講述繪本內容，引領學生進入《奶奶來了》的故事裡，感受家人之間彼此承擔與接納的「愛」。</p> <p>(2) 繪本簡介：詳學習單。</p> <p>3.時光回溯機：幸福光影—「那一幕」</p> <p>以「陪伴，是一種幸福」為題，引導學生回顧阿公、阿嬤對自己的關愛，以「有情」的筆，寫下心中的感動。</p> <p>4.貼心小語：愛的留言版</p> <p>以「愛與關懷」為主軸，引導學生將心中的感謝化為「貼心小語」，與阿公、阿嬤對話分享，增進祖孫互動機會。</p>	
10分鐘	<p>四、綜合活動</p> <p>1.分享愛與幸福的回憶—幸福光影、貼心小語</p> <p>(1) 請同學上台分享或由老師代為朗讀分享。</p> <p>(2) 學生作品舉隅：（各舉一例呈現，餘詳附錄檔〈單元二、「幸福的光影」學生作品舉隅〉）。</p> <p>(3) 幸福光影—「那一幕」</p> <p>小時候，有一次媽媽出去，把我放在外婆家，那個時候已經很晚了，我的肚子很餓，又不敢說，怕說出來外婆會罵我或討厭我。後來，外婆看到我在看連電源都沒開的電視，他走進廚房，五分鐘後，外婆走出廚房，手裡拿著一碗飯，飯上有一個滷豬腳，外婆把飯放在我面前的桌子，她說：「阿展這給你吃。」我拿起飯，雖然冰冰的，但我吃起來有種溫暖的感覺，我非常珍惜那碗飯。（31）</p> <p>(4) 貼心小語：愛的留言版</p>	





	<p>Dear young外婆：</p> <p>謝謝您從我出生時就細心照顧我，雖然您只有一隻手，但做的事情好像有三、四隻手般得多，那麼地勤勞節儉，我想我就是遺傳您的吧！謝謝您，外婆！您是我心中的「第一順位」。(6)</p> <p>2.愛的加油站—傳承</p> <p>鼓勵學生將「愛與關懷」的種子，散播在自己的家庭裡，了解家庭的幸福是建立在家人之間真誠的互動上，珍惜世代傳承的「愛」。</p>	
教學省思與建議	<p>1.省思：課程設計以「陪伴，是一種幸福」，引導學生以正面的態度看待自己的家庭現象，很高興看到學生能在繪本的導讀之下，正視自己原生家庭所帶給自己的影響，也能體會在家庭裡，三代之間教養傳承的內涵—「愛與關懷」，對於自己的家庭多一份關懷，少一份埋怨。</p> <p>2.建議：舉辦「幸福的光影」與「貼心小語」徵文活動。</p>	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
國語文領域 (92)	B-3-2-4-6	能將所聽的重點歸納整理。
國語文領域 (92)	C-3-1-4-10	能明確表達意見，並清楚表達情意。
國語文領域 (92)	C-3-4-10-6	能与他人一起討論，分享成果。
國語文領域 (92)	C-3-4-10-7	能視不同說話目的與情境，進行口頭報告，發表評論，公開演說。
國語文領域 (92)	E-3-3-2-4	能欣賞作品的內涵及文章結構。
國語文領域 (92)	E-3-8-1-1	能依不同的語言情境，把閱讀獲得的資訊，轉化為溝通分享得材料，正確的表達情意。
國語文領域 (92)	F-3-2-1-1	能精確的遣詞用字，恰當的表情達意。
家政教育 (92)	4-4-2	運用溝通技巧，促進家庭和諧
家政教育 (92)	4-4-5	家策畫家人共同參與的活動，增進家人感情
家政教育 (92)	4-4-6	家建立學習型家庭概念，運用於生活中
家政教育 (92)	4-4-7	尊重並接納多元的家庭生活方式與文化

(三) 單元三、【幸福的私房菜】

1. 單元基本概念：平凡料理背後的陪伴、關懷與愛，是串連家中情感的關鍵。本單元透過繪本中喪偶的爺爺思念奶奶的肉丸子湯出發，探討幸福與愛如何透過料理來呈現，並利用活動設計，使祖父母、父母、子女三代之間針對喜好的私房菜進行對話，從中體認彼此的飲食價值觀及透過料理所表達的愛與關懷，並藉由食譜的紀錄，傳承製作料理的經驗，使幸福的滋味永續存在。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 瞭解祖父母、父母及子女三代之間的料理偏好
- b. 體認三代之間透過料理所傳達的愛與關懷
- c. 傳承家中幸福私房菜的製作方法

(2) 活動人數：30人

(3) 活動時間：45分鐘

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
	<p>課前準備</p> <p>請學生課前先省思自己最喜歡的一道菜為何？並完成幸福私房菜作業的第一部份。</p> <p>應於先前的課程建立學生有基本的烹調技能、食譜搜尋及閱讀食譜的能力。</p>	
15分鐘	<p>活動一：回憶感動的光影— 「爺爺的肉丸子湯」討論</p> <p>教師先以小組討論的方式，複習「爺爺的肉丸子湯」此書的內容，並藉由討論引導思考「喪偶」或重大生命事件帶給家人的衝擊，以及可以如何協助處於低潮中的祖父母或家人。</p> <p>· <u>爺爺的生命中，發生了什麼事使他如此沮喪？此時的他有什麼狀況？</u></p> <p>說明：對於年長者而言，喪偶是一個重大的生命事件，建立多年的依附與親密感隨著另一半的離去而消失，此一改變可能使基本的生活產生嚴重的衝擊（例如書中的爺爺為例：沒有精神、食不下嚥、提不起勁做任何事、呆坐一整天），可以請同學舉例此時的長輩可能會有什麼情緒低落的現象。</p> <p>· <u>你認為為什麼爺爺會想念奶奶的肉丸子湯？</u></p> <p>說明：想念那種有人關懷、照顧、陪伴的感覺。</p> <p>· <u>剛開始爺爺做的肉丸子湯的味道不對，你覺得原因是什麼？</u></p> <p>說明：要複製一道幸福的私房菜，成功的第一要件是使用正確的食材、並依照正確的烹調方法製作，若奶奶當時留有簡單的食譜紀錄，爺爺就可以不用花這麼多功夫重新思索肉丸子湯的正確煮法。</p> <p>· <u>你認為最後爺爺做的肉丸子湯味道可能和奶奶做的一模一樣嗎？為什麼？</u></p>	<p>附件六 「爺爺的肉丸子湯」小組討論單單</p>





<p>5分鐘</p>	<p>說明：雖然可能會相同，或是在調味的比例上有些差異，但更重要的是少了奶奶的陪伴，那種料理傳遞出來愛的滋味是不同的，而動物們及孩子們的分享與陪伴，讓爺爺的生活又充滿了另一種愛的滋味，因此爺爺覺得味道是一樣的。因此如果家人處於低潮，親友的關懷和陪伴是很重要的，例如：用餐、聊天、散心、鼓勵或陪同參與活動。</p> <p>· <u>最後一幕的爺爺為什麼對著地上的娃娃露出燦爛的笑容？而那一刻的表情，你認為爺爺幸福嗎？為什麼？</u>答：感受到陪伴與生命延續的美好感受。</p> <p>對於年事已高的祖父母輩，對於即將面臨生命的終點會感到無助、沮喪，然而回歸祖父母輩結婚的原因，多是為了傳宗接代，因此對於成為祖父母角色會有高度的期待，而看到年輕生命更會有生命被傳承的感動。而喪偶的祖父母，在年輕生命加入生活後，會覺得更熱鬧快樂，因此對於老人而言，孫子女輩若能做到關懷與陪伴，會使他們的臉上多了更多笑容。</p>	
<p>15分鐘</p>	<p>活動二：分享我的幸福私房菜</p> <p>即使平凡的料理也是感受幸福的開始，就如同爺爺最愛奶奶的肉丸子湯一般。你是否在心中也有一道幸福的私房菜呢？請小組先互相分享，分享完後，請小組派出至少一~二人上台分享：</p> <p>(1) 分享題綱：</p> <ol style="list-style-type: none"> 你最愛家人做的哪一道菜？這是哪一位家人做給你吃的？ 為什麼你會喜歡這一道菜？試著描述這道菜的口感、特色或吃時的場景。 在吃這道菜時，有沒有一種幸福的滋味？而這種幸福的滋味是來自於什麼原因呢？或是與這道菜有關的「幸福的光影」故事？ 你會做這道幸福的私房菜嗎？ 如果你已經會了，你是如何學會這道菜？在學習的過程中有沒有發生什麼趣事？ 如果你不會，你會不會擔心這味道失傳？你可以怎麼做？ <p>(2) 學生分享實例參考：</p> <ol style="list-style-type: none"> 我最愛奶奶做的清蒸鱈魚，吃起來很清淡，不像有些魚重口味，現在只要吃到這道菜，就會想起已逝的奶奶，有很懷念的感覺。 我最愛媽媽煮的玉米濃湯，不定時會吃到，有時在天氣冷的時候或身體很累的時候，那種感覺很幸福很溫暖。 我最愛奶奶做的糖醋魚，吃久了，習慣了這個味道，吃外面的都不習慣，例如過年過節吃都有幸福的溫馨感。 	<p>附件七 「幸福的私房菜」 作業單</p>

10分鐘	<p>活動三：</p> <p>【荷包蛋的啓示】--如何讓平凡的餐點更幸福？</p> <p>聽完同學的分享後，利用一張簡單的荷包蛋圖片或照片貼於黑板上，請小組集思廣益，如何讓這道平凡的家常料理加入幸福的滋味？小組報告後，統整同學從自己的經驗分享到討論的結果，引導學生思考料理背後的用心與愛。</p> <p>學生提及的參考答案：</p> <p>用心的製作或裝飾：在荷包蛋上用醬油膏上寫上「IOU」，或用市售的煎蛋輔助器，將蛋煎成愛心型。</p> <p>搭配體貼關心的言語：吃飽了早點睡、補充營養才會健康……等等。</p> <p>在合適的時機：例如很累、很餓的時候，或是心情很沮喪的時候，菜餚的出現會更有幸福、溫暖的味道。</p>	
5分鐘	<p>【家人的幸福私房菜】－課後作業交代與指導</p> <p>1.體認了所謂的幸福私房菜，在於製作的用心、時機及呈現的關懷後，鼓勵學生去瞭解家人喜歡的料理，運用基本的烹調技能，為你愛的家人學一道他愛的料理，獻上你為他們烹煮的幸福。</p> <p>2.請學生課後訪問父母最喜歡祖父母做的哪一道料理？以及祖父母最喜歡的一道菜。並請他們分享吃這道料理的感受或背後的故事，及試著把食譜記錄下來，如果父母或祖父母不會做這道菜，可以試著搜尋坊間或網路食譜。</p> <p>3.提醒訪問技巧：如果阿公阿嬤已不在人世的同學，可以有如下選擇：</p> <p>a.請父母代為回想阿公阿嬤在世時最愛的一道菜。</p> <p>b.各訪問父親跟母親最愛阿公阿嬤的一道菜（請自行修改作業單格式）。</p> <p>如果沒有跟阿公阿嬤住一起，別忘了抽空親自拜訪或打電話訪問，順便聊聊阿公阿嬤的「古早味」。如果與阿公阿嬤語言不通，可以請爸爸媽媽當最佳翻譯員，三代同堂一起聊聊記憶中幸福的滋味。</p>	附件七 「幸福的私房菜」 作業單
教學省思與建議	若未能於「幸福的光影」該課程讀完此繪本，建議於本課程一開始先進行繪本導讀作為引起動機。如果本節課與「幸福的光影」該節課間隔太久，建議再次播放繪本PPT，會有助於提升討論的效果。	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域 (97)	2-4-1	妥善計劃與執行個人生活中重要事務。
綜合領域 (97)	2-4-2	探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。





綜合領域 (97)	2-4-5	覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。
綜合領域 (97)	2-4-6	有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。
家政教育 (92)	4-3-5	參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。
家政教育 (92)	4-4-2	運用溝通技巧，促進家庭和諧。
家政教育 (92)	4-4-4	主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。
家政教育 (92)	4-4-5	策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。

(四) 單元四、【幸福的家傳食譜】

1. 單元基本概念：家人的幸福，需要被記錄及延續。族譜，是家族傳承的象徵，然而單調的族譜，加入了愛的私房菜紀錄及抒發感受的幸福小語，更突顯了家人之間，無盡的關懷與愛，並期望在某一天，祖父母、父母或子女依據此幸福的家傳食譜繼續複製美味、複製幸福。本單元的設計，即為透過家傳食譜的手工書製作，讓製作者從重新省思三代之間的關係面與彼此的幸福光影與感受，並作為此方案的成果評量。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 瞭解祖父母、父母及子女三代之間的料理偏好。
- 體認三代之間透過料理所傳達的愛與關懷。
- 表達與傳承三代之間的幸福回憶與感受。

(2) 活動人數：30人

(3) 活動時間：90分鐘

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
	課前準備 請學生課前將幸福的私房菜父母及祖父母篇訪問完成。 將幸福的起點、幸福的光影兩堂課的學習單帶來。 攜帶手工書製作材料：美術用紙、繪圖工具、雙面膠、剪刀…等。	附件八 「手工書的內頁」 參考設計圖
15分鐘	活動一： 【古早味的幸福滋味】 —分享父母及祖父母的幸福私房菜 請小組內先互相分享訪問的結果，並請小組派出至少一~二人上台分享。並於分享後帶領同學思考，祖父母對父母的用心，以及在不同時空背景之下，世代的口味及飲食的差異。	

分享題綱：

1. 父母最愛祖父母做的哪一道菜？分享一下父母形容的感受，以及背後的故事。
2. 祖父母最喜歡哪一道菜？分享一下祖父母形容的感受以及背後的故事。

學生實例分享：

1. 貧困時代的美味：父母、祖父母生活的年代多數困苦，當時的料理多以青菜為主，烹調方法也比較簡單，因此吃到肉對他們而言是難得的，也讓他們對食物養成感恩、珍惜不浪費的習慣。

例一：父母最愛祖父母煮的滷肉，因為只有在過年吃得到，當下的感覺是十分感恩及滿足的。

例二：祖父最愛加了很多菜與肉去燉煮的大鍋菜，物資缺乏的時代，可以吃到這道料理就會感覺好幸福。

例三：父母最愛祖父母的炒過貓，因為家裡貧困住山上，這道菜隨手可得又下飯，每每吃到都想起以前家裡困苦的時候。

例四：阿公最愛阿祖的水煮菜拌醬油，因為以前家窮以務農為主，吃飯時只能有這道菜和其他青菜可吃，但是現在吃到這道菜，會回想起小時候大家庭的溫暖。

例五：爺爺最愛宮保雞丁，以前人生活較困苦，只有客人來時才能吃到肉，吃到這道料理時心中半喜半憂，喜的是終於有肉可以吃了，憂的是不曉得何時能再吃到。

2. 重溫幸福的滋味：對於許久不見或分隔兩地的家人，美味的滋味是來自於重溫被照顧及陪伴的感受。

例一：媽媽回娘家每次都會吃到外婆的煎白鯧魚，是外婆對媽媽的關心，吃時讓媽媽有回到童年般那種被寵愛的幸福。

例二：媽媽最愛外婆煮的麻油雞，每次吃到這道菜，就讓媽媽想到坐月子的時候，外婆無微不至的照顧。

例三：爸爸因工作繁忙很少回爺爺家，每次回去爺爺都會炒一盤蔥爆牛肉給爸爸吃，讓爸爸大飽口福。

例四：外婆最愛外公煮的醉醬麵，因為平時只有外公外婆兩個人在家，這道菜做起來簡單又美味，就像彼此平淡和諧的生活，但外公過世了，外婆變成家裡的主廚，很難再吃到外公為外婆煮的這道菜。





65分鐘	<p>活動二：</p> <p>【記錄味道～紀錄幸福】-「家傳的幸福私房菜族譜」製作</p> <p>或許有一天，我們可能離鄉背井離開家人，或像爺爺肉丸子湯的主角一樣，家人離開了他，但是這種那思念的味道卻掛在心中念念不忘，因此我們可以試著用食譜的方式把它記錄下來，有一天我們也能複製幸福的味道。並透過手工書的製作，紀錄與傳承三代之間的飲食與愛。</p> <p>1.手工書製作方法：請參考資料內相關手工書製作介紹之書籍。</p> <p>2.手工書內容規劃：至少四頁內容，可自由創作。(格式可參考附件一)</p> <p>製作內容參考：</p> <p>1.家族簡單的族譜樹，並註記上他喜愛的私房菜菜名。</p> <p>2.紀錄每個家人喜歡私房菜，以及此道菜的食譜，並說明主要烹調者是誰。</p> <p>3.加入幸福小語的註解，或寫下與這道菜有關之幸福的光影故事。</p> <p>4.私房菜廚師的生命史或戀愛史簡介。</p> <p>5.與幸福時刻有關的照片，例如家人合照，成長照片或一起用餐的幸福時刻。</p> <p>6.記錄學習私房菜及烹調私房菜的過程。</p>	
10分鐘	<p>活動三：</p> <p>【幸福的家傳食譜分享】：於完成後，進行同學之間的家傳私房食譜作品分享與觀摩。</p>	
教學省思與建議	<p>課堂時間不足可更改為回家作業：</p> <p>若活動時間只有45分鐘，建議將手工書未完成部分當回家作業，學生也更有充分時間可以省思相關議題。</p> <p>鼓勵學生向祖父母學習做菜：</p> <p>可結合其他的作業，或於家傳食譜中，增加一頁篇幅鼓勵學生紀錄向祖父母學做私房菜的過程，增進彼此的交流與互動，而事後祖父母給予的肯定及鼓勵，更能增進祖孫情感。</p> <p>結合學校活動展示幸福的家傳食譜或舉辦食譜創作競賽：</p> <p>例如於祖孫週時展示各班選出的優秀作品，或辦理競賽，邀請祖父母家長一同授獎，透過校際活動氣氛的營造，影響更多的師生，並增加祖父母與家長的認同與參與。</p> <p>結合學校親子日或重大活動舉辦祖孫烹飪大賽或三代烹飪大賽：</p> <p>藉由競賽方式，增加祖孫互動及彼此的正向肯定，並可發展為學校的本位課程。</p>	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域 (97)	2-4-1	妥善計劃與執行個人生活中重要事務。
綜合領域 (97)	2-4-2	探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係
綜合領域 (97)	2-4-5	覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力
綜合領域 (97)	2-4-6	有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。
家庭教育 (92)	4-3-5	參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。
家庭教育 (92)	4-4-2	運用溝通技巧，促進家庭和諧。
家庭教育 (92)	4-4-4	主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。
家庭教育 (92)	4-4-5	策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。

七、學習評量：

(一) 單元一

1. 以學生聆聽專心程度及問答方式來了解學生的認知。
2. 學習單寫作內容、問題討論及回饋。

(二) 單元二

1. 課堂觀察：仔細欣賞聆聽、對話分享。
2. 單元作業：「幸福的光影」學習單。

(三) 單元三

1. 「爺爺的肉丸子湯」小組討論單：是否能從故事情節中，觀察家人遭遇重大事件的改變，及家人如何表達愛與關懷。
2. 「幸福的私房菜」作業單：能省思自己喜歡的幸福私房菜為何，且積極思考喜歡的原因與感受。並積極瞭解祖父母及父母喜歡的幸福私房料理，以及製作的方法。

(四) 單元四：完成家傳食譜手工書製作。

八、參考資料：

珍貴的名人結婚照 (2006)。2009年11月12日取自：

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!GJ0lyMeYGx1PuYJev8vQw8zuuA--/article?mid=880>

名人、明星婚紗照 (2008)。2009年11月12日取自：

<http://tw.myblog.yahoo.com/dreamscometrue-angela/archive?l=f&id=112>

方嘉珩 (2001)。：【愛到無路可退】—愛情迷思篇。2009年11月13日取自：

<http://guidance.heart.net.tw/prm40.shtml>

行政院衛生署國民健康局 (2004)。尋求真愛。2009年11月13日取自：

http://www.young.gov.tw/AudioFiles/38742_615706018508單元八尋求真愛.ppt





行政院衛生署國民健康局（2004）。愛戀青春。2009年11月12日取自：

http://www.young.gov.tw/AudioFiles/38855_419814814805愛戀青春.ppt#29

郝廣才（2002）。好好照顧我的花。2009年11月12日取自：華龍國小網站

<http://plog.hlps.tcc.edu.tw/plog/gallery/25/%E5%A5%BD%E5%A5%BD%E7%85%A7%E9%A1%A7%E6%88%91%E7%9A%84%E8%8A%B1.ppt>

米雅（譯）（2006）。角野榮子著。爺爺的肉丸子湯。台北：東方文化。

米雅（譯）（2006）。李蕙欄著。奶奶來了。台北：道聲。

陳寶蓮譯（2006）。島田洋七著。佐賀的超級阿嬤。台北：先覺。

蕭蕭（未知）。憨孫吔，好去睇啊！。取自：翰林版國中國文第一冊第六課。台北：翰林。

戴晨志（2007）。在法庭上痛哭失聲的爺爺。台北：晨星。

臺灣家庭生活教育專業人員協會（2005）。樂齡向前行—老人家庭生活教育手冊。台北市：作者。

王淑芬（2003）。手工書55招。台北：親師館。

王淑芬（2003）。手工書進階55招。台北：作家出版。

王淑芬（2004）。教學生做手工書。台北：作家出版。

王淑芬（2004）。幸福的手工書。台北：作家出版。

九、附錄

（一）學習單

附件二「愛的故事集」學習單

附件五「爺爺的肉丸子湯」學習單

附件六「爺爺的肉丸子湯」小組討論單

附件七「幸福的私房菜」作業單

附件八「手工書的內頁」參考設計圖

（二）教學簡報

附件一「愛情的三角理論」PPT

附件三「爺爺的肉丸子湯」PPT

附件四「奶奶來了」PPT

附件二

愛的故事集

「問世間情為何物？直叫人生死相許。」、「年輕時的愛像電光火石，中年時的愛情像巨濤拍岸，老年時的愛情像夕陽黃昏。」相信這些愛情小語是你耳熟能詳的，請你利用一點時間蒐集一下家中成員的愛情故事及見證他們愛情的蛛絲馬跡，下次上課記得帶來，我們要一起討論喔！

* 先問一個小問題：請問你的家庭是屬於 小家庭 三代同堂 大家庭（請勾選）

【爺爺奶奶愛情故事】 你曾聽說爺爺奶奶的愛情故事嗎？有哪些東西是見證他們的愛情和婚姻的？他們是如何相處及表達愛對方的方式？……請你寫下來

【爸爸媽媽愛情故事】 你曾聽說爸爸媽媽的愛情故事嗎？有哪些東西是見證他們的愛情和婚姻的？他們是如何相處及表達愛對方的方式？……請你寫下來

【我的愛情故事】 我想像中的理想愛情是什麼？我曾經歷過的愛情是什麼？如果我有一個戀愛的對象，我會如何表達對對方的愛意呢？……請你寫下來

◎ 從「爺爺奶奶愛情故事」和「爸爸媽媽愛情故事」中，你發現了什麼？





附件二

幸福的光影學習單

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

臺北市立萬華國中本國語文【生命教育課程—幸福的滋味】學習講義

單元名稱：幸福光影

教學設計教師：藍淑珠

一、想念的幸福：幸福丸湯—《爺爺的肉丸子湯》文/角野榮子 圖/市川里美 翻譯/米雅

老奶奶過世了，孤單的老爺爺做任何事都提不起勁。有天早上，老爺爺自言自語地說：「好想喝老奶奶為我煮的肉丸子湯啊！」於是，老爺爺決定自己動手煮湯。他想起了老奶奶煮湯時唱的肉丸子湯歌，決定按照歌裡的材料和步驟，試著為自己煮一鍋好湯。但是，老爺爺記不起全部的歌詞，每次煮好後，總覺得味道不太對勁，只好一次又一次地慢慢回想整首歌的歌詞，一次又一次地上市場買齊材料、重新再煮。有趣的是，每回，老爺爺一煮完湯就會說：「肉丸子湯煮好嘍。」門外也會立刻響起小小的腳步聲。老鼠啦、貓咪啦、小狗和小孩們，統統都聞香而來，一起和老爺爺分享剛煮好的熱湯。為了他們，老爺爺煮湯的鍋子越換越大，老爺爺的家，也因此越來越熱鬧！

二、體貼的幸福：無條件的愛—《奶奶來了》文·圖/李惠櫛 翻譯/米雅

女孩和爸爸、媽媽以及弟弟，住在爸媽經營的小餐館裡。有一天，陌生的奶奶從計程車上走了下來，走進小女孩的世界。奶奶出了門總會撿東撿西回家，吃飯的習慣、洗衣服的習慣都不一樣，在衣櫃裡藏東西到發臭，衛生習慣很差，甚至躺在小女孩學校的圍牆邊睡覺……

「爸爸，可不可以叫奶奶回去她自己的家？」

三、時光回溯機：幸福光影—「那一幕」

陪伴，是一種幸福。在生命陪伴生命的過程中，阿公、阿嬤陪伴爸媽、陪伴我們成長，在陪伴的過程中，我們學習分享、學習回饋、學習愛與責任。在「家庭鏈」的連結裡，愛與關懷是聯繫家人情感、照見生命傳承的重要元素。在你記憶的光影中，「那一幕」令你印象深刻，讓你感受到阿公、阿嬤對你的愛，請以「有情」的筆寫下你的「感動」。

四、貼心小語：愛的留言版

請將你對阿公、阿嬤的愛，化成一段感動的小語，寄給阿公、阿嬤，或是親口告訴他們，你的貼心小語。請以「Dear 阿公、阿嬤」為開場白。

附件五

爺爺的肉丸子湯歌詞

- 一、熱水滾呀滾 揉圓的肉丸子 噗通一聲丟下去
最後加點兒鹽巴、奶油和胡椒……
- 二、熱水滾呀滾 揉圓的肉丸子 噗通一聲丟下去
馬鈴薯削好皮 噗通一聲丟下去
最後加點兒鹽巴、奶油和胡椒……
- 三、熱水滾呀滾 揉圓的肉丸子 噗通一聲丟下去 馬
鈴薯削好皮 噗通一聲丟下去
小洋蔥骨碌骨碌滾 噗通一聲丟下去
最後加點兒鹽巴、奶油和胡椒……
- 四、熱水滾呀滾 揉圓的肉丸子 噗通一聲丟下去 馬
鈴薯削好皮 噗通一聲丟下去
小洋蔥骨碌骨碌滾 噗通一聲丟下去
紅蘿蔔切呀切 變成圓片轉圈圈
噗通一聲丟下去
最後加點兒鹽巴、奶油和胡椒……





附件五

單元二、「幸福的光影」延伸閱讀

- 一、島田洋七《佐賀的超級阿嬤》譯者：陳寶蓮先覺出版社，出版日期：2006/01/19
- 二、〈憨孫，好去睇啊！〉 作者：蕭蕭 翰林版第一冊第六課

從上小學開始，祖母就一再跟我說：「你阿祖是秀才，做一個秀才是真不簡單。」我深深了解祖母的意思，她老人家對我這個大孫寄望很大，期勉我將來也跟曾祖父一樣，是個好秀才。雖然那時我不太了解秀才是什麼樣的官位或稱號，但我相信，在我們朝興村，曾祖父是地方上有名望的人，是一個為大家所尊敬的有學問的人，秀才是一項榮譽。

因此，從小我就養成了熬夜的習慣，十年寒窗，我心中這樣想，十年寒窗該會有一番成就吧！

事實上，小學到中學的階段，不熬夜也不行。鄉間田裡的工作、家裡的瑣事，總是那麼多。書包一放下，招呼一大群雞、鴨、鵝去了；星期日，還要上山砍柴，下田拔草。即使不上山不下田，也要劈柴挑水，春夏秋冬總會有不同的工作等著你。如果大家忙進忙出，你卻拿著書猛念，心裡自然會有一種罪惡感－工作第一，讀書其次而已。甚至於一面工作一面讀書都會招來喝斥，誰敢在大白天做功課、背書呢？

天一黑，整個村莊就靜下來了，七點左右，大概就不容易聽到人聲。夜，真的是一片墨黑、漆黑、無止境的黑。有時北風呼呼，彷彿從很遠的地方來，要向很遠的地方去，從我們的稻草屋頂上呼嘯而過，我會壯著膽子打開竹篾編成的門，看看北風凌虐的樣子。門剛一打開，一匹一匹的黑馬也跟著狂奔進來，急急費力地把門關上，原來搖搖晃晃的燈火就這樣被黑所淹沒了！

重新把油燈點燃，我已坐在飯桌前，飯桌這時就成了我的書桌。桌面是四片薄木板拼成，使用多年，已經有些腐朽；桌腳墊著小瓦片，勉強在凹凸不平的地面上維持平衡。桌子靠牆而立，其他三面各有一張長板凳－我們稱為「椅條」。我就坐在正中的那張椅條上，油燈在我的左前方（老師交代：光線要從左前方來）。祖母則坐在我左手邊的椅條上，有時揀揀菜，做一些家事；有時喝喝茶，就只為了陪著我。她會一直陪著我，直到我做的功課、該念的書都做好了。雖然她不知道我念了什麼，念會了沒有，她只要看著我，就心滿意足了。

整個村莊都已沉沉入睡，狗吠的聲音也不多聞，有時連我也只能勉強打起精神看書。這時祖母會熱了飯菜來，或者煮一鍋米糕糜、泡個蛋，給我滋補。祖母則從來不吃，她要讓我吃飽吃好，任我撒賴，也不輕嘗一口。

相對於窗外的寂寥，祖母在的日子，我的苦讀也充滿了溫馨。

祖母可是矛盾的人，她會一直催我趕快去睡，又記掛著這個憨孫不知道讀通了沒有？我也是矛盾的人，一面讀書一面催祖母去睡，可是又怕從竹篾的縫隙裡發出來的怪聲。「就這一頁，讀完這一頁就睡！」每天晚上總要重複這兩句話，不是祖母說的，就是我說的。

祖母就是這樣陪我度過寒窗夜讀的日子。

「憨孫，好去睏啊！」

祖母逝世已經快二十年了，每次夜讀，過了子時，我耳邊總會響起祖母這兩句熟悉的聲音，望著寂寂陰寒的窗外，眼眶不覺隨之濕潤：

「我會是一個好秀才嗎？阿嬤！」

回答我的不是一句「憨孫哩咧」，而是比二十多年前更深沉的寂寥。

三、戴晨志：〈在法庭上痛哭失聲的爺爺〉 晨星出版社 出版日期：2007/10/01

你曾經在電視上看到藝人「黑人」嗎？就像他的藝名一樣，「黑人」的皮膚黝黑，可是兩排牙齒都很潔白，笑起來也十分燦爛，很適合拍牙膏的廣告。

黑人，本名叫陳建州。他的身材很高大，我站在他旁邊，身高只到他的肩膀。過去，他是一名籃球健將；現在，則是一名知名藝人，也熱愛公益，對推廣籃球更是不遺餘力。我和黑人認識，是在一場由公視主辦的「校園感恩座談會」：他笑臉常開，充滿自信和活力，隨時把歡樂帶給大家，所以深獲年輕學子的喜愛。那天，黑人在台上講了他年少時，不為人知的故事……一九九四年四月二十六日晚上，他正在睡覺，妹妹走過來搖醒他說：「哥，起來，爸爸出事了！」

「出什麼事？」黑人揉著惺忪的睡眼說：「怎麼啦？」

「你趕快來看電視、看N H K。」妹妹緊張地說。

一看到電視畫面，是飛機空難的新聞：「一架華航的飛機，在日本名古屋發生墜毀的意外，死傷人數不明……」看著電視螢幕的畫面，黑人的心，不停地怦怦跳：只見飛機墜落地面的殘骸四處散落，還不時看見殘餘火花、濃煙，以及焦黑的乘客遺體……

天哪，怎麼辦？爸爸是在這架飛機上嗎？爸爸是華航飛機的座艙長啊！爸爸會不會？……N H K的衛星畫面左上角，不時打出死亡人數的統計，從個位數，到十位數，一直竄升到百位數。黑人的心，一直往下掉！家中的電話，不停地響起，都是來關心、慰問的電話。這時，電視螢幕的跑馬燈不停地播著：「華航飛機在名古屋墜毀失事……」

睡意，全沒了；黑人此時懸念、擔心、在意的，是爸爸的生命安危。然而，後來電視上說，飛機上兩百六十四人全部罹難，包括八十三名台灣旅客，以及一百八十一名日籍旅客；而畫面上，赫然出現爸爸的照片，旁邊也寫著爸爸的名字。

黑人說：「一開始，我並沒有哭，直到凌晨三、四點，我才痛哭了起來。」這時，黑人真的變成孤兒了，因為，他小學四年級時，媽媽和爸爸就離異了，他們三兄妹一直和爺爺、奶奶住在一起；而爸爸在華航服務十八年，沒有請過一天假，過的是「在天上的日子比在地上多」的日子。我看著黑人的眼眶泛紅，聲音哽咽了。想到媽媽不在，又失去爸爸的椎心之痛，任憑誰，都會難以忍受。

黑人忍住眼角淚水，繼續說：「我爸爸是穿著英挺的『白襯衫』出去，沒想到，卻變成『紅襯衫』被找到。我哥哥去認屍時，體育館內全都是燒焦的屍臭味，讓人好想吐……副機長的頭磨地，被削了一大半；也有媽媽為了保護孩子，雙手緊抱著孩子，焦黑的屍體纏抱在一起，分都分不開……我爸爸的後腦，也破了一個大洞；屍體被解剖之後，又被簡單地亂縫起來，就像一個鐘樓怪人一樣……」





爸爸突然的離開，對黑人來說，是一大打擊。他，沒人管，血液中的叛逆因子，也因缺乏爸媽的愛，而逐漸蔓延、發酵。他為了尋求同儕的慰藉，交了一些朋友，可是這群朋友血氣方剛，喜歡翹課、喜歡打電動、喜歡瘋狂翹家夜遊……

一天晚上，黑人和這些朋友騎機車無照駕駛、夜遊；在硬闖黃燈時，與另外一輛機車「碰！」硬撞在一起——「他媽的，你騎車不長眼睛啊？你喝醉了？」兩輛車倒在地上，黑人的這群朋友立刻圍了上來，髒話、三字經也脫口而出。

這時，黑人更是第一個「開砲」，一腳就用力往對方踹了過去，大夥兒竟把對方海扁、痛揍一頓，滿頭是血，然後，一哄而散！可是，隔天，黑人和朋友共五人，被抓進警察局了，因為他們被對方記下車號，報警抓人。而且，你知道嗎，被痛毆的這名老兄，竟然是「立法院駐衛警」。

這下完了，他們被關了起來。後來，在少年法庭法官宣判時，黑人和朋友五個人，全被銬在一起，帶到法庭。這群未滿十八歲的孩子，後面站的都是監護人——「父親」；唯獨黑人的監護人是「爺爺」，因為，他沒有爸爸、沒有媽媽。

法官一個一個問：「X先生，我馬上就要宣判了，你對你的孩子的行為，有沒有什麼要補充的？」三個爸爸，都搖搖頭。只有一個賣牛肉麵的爸爸說：「我沒什麼意見，任憑法官處置，你能判多重，就判多重，沒關係……」這時，大家都驚訝地回頭往後看。天哪，這爸爸，似乎是對兒子太失望、死心了。最後，法官看著黑人，也看著爺爺，問道：「陳爺爺，我馬上就要宣判了，你看還有沒有什麼要補充的？」

此時，爺爺竟然大聲地哭了起來。爺爺一邊哭、一邊心碎地說：「法官大人，我這個孫子……從小就沒有媽媽，爸爸也在去年，因為華航名古屋空難……走了……法官大人，都是我不好……是我……沒有善盡教養的責任，沒把他教好……我希望……你能原諒我孫子，給他一個改過自新的機會……不要把他關起來……法官大人，如果，你要我跪下的話……我現在就可以跪……」爺爺一直嚎啕大哭，也一直擦著眼淚、鼻涕。

「一個老人家，一直放聲大哭，整個法庭，就只有聽到我爺爺的哭聲，可是，我始終不敢回頭看我爺爺一眼，我完全沒有勇氣正眼看他……」黑人在我旁邊，拿著麥克風，對著台下的學生，真心地繼續說道：「當時，爺爺的這一番話，深深刺進我的心，那時我低著頭，站在前面，我的眼淚也掉下來！」

或許是爺爺的眼淚和告白，感動了法官，最後，法官輕判陳建州在家「保護管束」，警察每天會到家裡來巡察；而他的其中兩名朋友，被關入台北觀護所，拘役十七天……

從那一刻起，黑人決定要洗心革面、改過自新，他天天苦練籃球。黑人說：「我爺爺、奶奶對我很好，每天我練完球回家，都很晚了，奶奶都會煮菜給我吃、補充營養；可是，我實在沒有臉見他們，我都是躲在院子外、趴在牆上偷看，看爺爺、奶奶都累了，都回房間睡覺之後，我才敢偷偷回家……」

我告訴自己，我一定要變好，不能變壞；我要用籃球，來證明我改過向善的決心。」那一年，黑人因爺爺的眼淚，而改變了自己；他也在不斷苦練之後，被選為「亞青盃國手」，代表臺灣出國參加比賽。他，走正路、走大路，不再走夜路。他在台啤籃球

隊，當一名不支薪的副領隊和行銷總監，也激勵球員用「認真的態度」打球。您知道嗎，台啤隊曾經瀕臨解散，卻在二〇〇七年，將士用命，勇奪超級盃籃球賽總冠軍！

心靈小啓示：人生的旅途，充滿許多的變數、意外與無奈。父母離異了，父親遭到突然的意外，離開了……這都是年少的孩子所不願看見的，卻也是不得不承受的。

然而，這就是「老天的無情考驗」；老天總是選擇我們最痛、最不願的地方，來考驗我們，不是嗎？

因為人生充滿著太多突來的意外，所以，我們都必須「多留一份愛，來愛自己和家人」。說真的，我們親愛的父母、兄弟姐妹什麼時候會離開我們，沒有人知道；但，多一份關心和愛，來愛自己的家人和親人，我們就會發現—「多愛別人，就會獲得更多的愛。」

同時，一個人的卓越，來自「自我約束與承諾」。黑人因著爺爺的眼淚，而改變。他自我約束，也期許自己奮發向上、改過向善；真的，「一個人的態度，決定他的高度。」只要自我約束，勇敢走自己的路，就可以看見美好的人生景物啊！

所以，我們都要選擇自己最喜歡的事，好好的去發揮它；就像黑人，籃球對他而言，是「興趣」，也是「使命」，他全心投入！我們的工作，若能是興趣，也是使命，就會讓我們感到快樂，而專注地把它做到最好。

四、蕭煌奇〈阿嬤的話〉作詞：蕭煌奇 作曲：蕭煌奇 編曲：胡官宏

在細漢的時陣 阮阿嬤對我尚好 甲尚好的物伴攏會留乎我
 伊嘛定定帶我去幼稚園看人在七桃
 看人在辦公伙兒 看人在覓相找
 伊定定跟阮說 叫阮著要好好仔讀冊
 嘸通大漢像恁老爸仔這麼狼狽
 在彼個時陣 阮攏聽攏嘸
 阿嬤 你到底是在講什麼
 大漢了後 才知影阿嬤的話
 我會甲永遠永遠放塊心肝底
 想到一步一步的過去 定定攏會乎人真難忘
 時間一分一秒塊過去 在阮的心內定定攏會想到伊
 阿嬤你今嘛在叨位 阮在叫你你甘有聽到
 阮的認真甲阮的成功你甘有看到 阮在叫你你知影沒
 阿嬤你今嘛過的好麼 甘有人塊甲你照顧
 希望後世人阮攏會凍來乎你疼 作你永遠的孫仔
 攏叫你一聲「阿嬤」





附件六

【爺爺的肉丸子湯】小組討論單

班級：_____ 組別：_____ 成員：_____

* 爺爺的生命中，發生了什麼事使他如此沮喪？此時的他有什麼狀況？

* 你認為為什麼爺爺會想念奶奶的肉丸子湯？

* 剛開始爺爺做的肉丸子湯的味道不對，你覺得原因是什麼？

* 你認為最後爺爺做的肉丸子湯味道可能和奶奶做的一模一樣嗎？為什麼？

* 最後一幕的爺爺為什麼對著地上的娃娃露出燦爛的笑容？而那一刻的表情，你認為爺爺幸福嗎？為什麼？

附件七

「幸福的私房菜」作業單 (共三頁)

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

從爺爺想念奶奶的肉丸子湯開始……「好想喝一碗奶奶煮的肉丸子湯啊！」爺爺這麼說道……一道料理吸引人的地方，不是只有食材的滋味，而是一種幸福感覺……

你是否知道家人心目中幸福的料理是什麼呢？

請想想你最愛的幸福料理是什麼，

並訪問你的父母及阿公阿嬤，聊聊他們心目中的幸福私房菜。

幸福的私房菜—自己篇

我最愛的一道菜是？ _____

這道菜是誰煮給我吃的？ _____

我會在什麼時候吃到這道料理？或是我最希望在什麼時候吃到這道料理？

為什麼我會特別愛這道菜？ _____

試著用一段話語形容這道料理給你的感覺或意義，例如，在吃這道菜時，你心中的感受是什麼？你的心情是什麼？ _____

你會做這道菜嗎？試著訪問這道幸福料理的主廚，寫下食譜紀錄吧！

(包含食材及作法，或是參考食譜也可以，若寫不下可以另外準備白紙書寫)。





附件七

幸福的私房菜—父母篇

爸爸 媽媽最愛阿公阿嬤做的一道菜是？ _____

這道菜是誰的拿手菜？ _____

父母會在什麼時候吃到這道料理？有沒有與這道料理有關的回憶呢？

那是個什麼樣的故事？為什麼特別愛這道菜？ _____

試著請父母用一段話語形容這道料理給他的感覺或意義，例如，在吃這道菜時，
心中的感受是什麼？心情是什麼？ _____

你或父母會做這道菜嗎？試著訪問這道幸福料理的主廚，或是找找食譜、
想想回憶，把這道菜的作法紀錄下來吧！

（包含食材及作法，或是參考食譜也可以，若寫不下可以另外準備白紙書寫）。 _____

附件七

幸福的私房菜—阿公阿嬤篇

阿公 阿嬤 喜歡吃的一道菜是？ _____

這一道菜是誰的拿手菜？ _____

阿公阿嬤會在什麼時候吃到這道料理？為什麼特別喜歡這道菜？

有沒有與這道料理有關的回憶呢？那是個什麼樣的故事？ _____

試著請阿公阿嬤形容這道料理給他的感覺或意義，例如，在吃這道菜時，
心中的感受是什麼？心情是什麼？

你的家人會做這道菜嗎？試著訪問這道幸福料理的主廚，或是找找食譜、
想想回憶，把這道菜的作法紀錄下來吧！

（包含食材及作法，或是參考食譜也可以，若寫不下可以另外準備白紙書寫）。





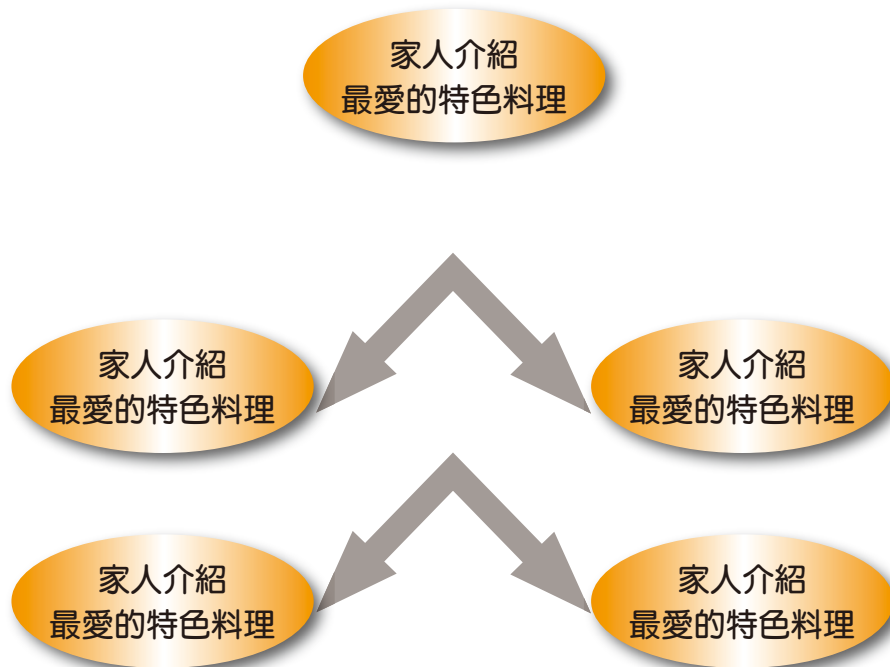
附件八

手工書的內頁參考設計圖 (共四頁)



附件八

吃的小族譜



幸福小語





附件八

我最愛的私房菜

幸福小語

食譜
作法

(可附照片)

這幸福的滋味是……，(或幸福的光影)

附件八

廚師簡介

爺爺最愛的私房菜

食譜作法

(可附照片)

這幸福的滋味是……，(或幸福的光影)





國中組第二名

一、方案主題：重返榮耀—布拉旦

二、作者：陳勇宏（花蓮縣美崙國民中學）
陳宥達（花蓮縣宜昌國民小學）
王譽臻（花蓮縣和平國民小學）

三、實施對象：七至九年級

四、主要概念及設計理念：

近年來，在人口老化的趨勢下，「為人祖父母」已成為個人生命發展歷程中的重要事件。研究發現：祖孫關係是兒童、青少年與老人互動的最初經驗，有感於此，本課程設計以代間關係中的「祖孫關係」與「環境教育為主軸」，引導學生探討人與環境間的倫理相處關係，認同祖父母的經驗智慧，學習尊重、包容與關懷祖父母，同時也進行祖孫一起共同生態教育旅遊。

環境教育被認為是環境保護的先驅工作，其推廣與落實唯有「教育」才能付諸實踐(熊名弟, 2001)，但為了這些問題對個人的意義，為了解這些問題對個人的意義，為認識改善環境問題的個人責任，進而提高環境意識，使環境行動更積極，環境學習扮演著重要的角色(渡部雅之、若松養亮, 2000)。

三棧之名起於清末，乃「三層」的閩南語諧音，因附近擁有三層河階地之故。日據時代之前，由濁水溪上游遷居到此的太魯閣族人，原本生活在三棧溪流域的深山裡。當時山上開滿野菰，太魯閣語稱為布拉旦(PRATAN)，族人便以花朵名來稱呼自己的部落。

三棧溪生態一度因為濫捕遭到破壞，2004年當地居民自動自發展開封溪護魚的行動，成立巡守隊，日夜防止不當獵捕的行為。勞委會以輔導在地就業的立場，推動多元就業方案，在人力上給予三棧社區援助。不僅創造當地就業機會，也將閒置人力導入深具意義的改善家園行動。

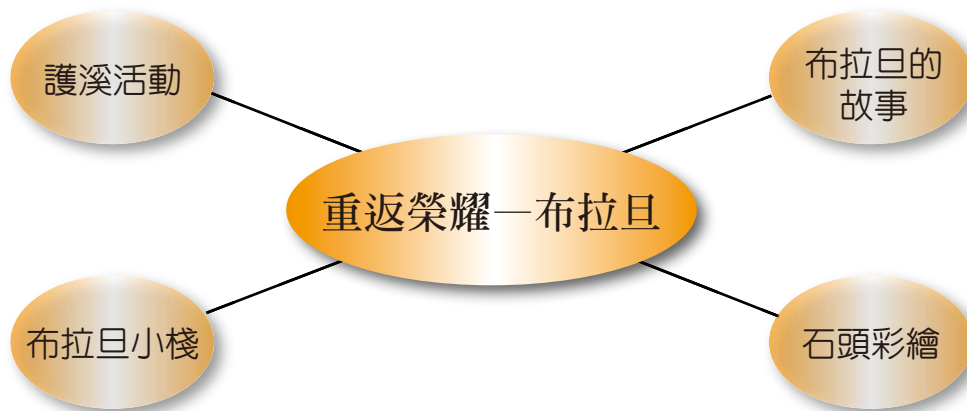
「重返榮耀-布拉旦」生態旅遊是一種負責任的旅遊，強調人與環境間的倫理相處關係，透過解說教育引導祖孫主動學習、體驗生態之美、瞭解生態的重要性，並增加祖孫甜蜜互動機會，讓祖孫一起動動手，並且在這個過程中學習到過去布拉旦的歷史、布拉旦的環境被破壞的因素、布拉旦的居民如何重建家園？最重要是學會對環境負責任的態度，使祖孫關係更親密，讓家庭世代之間和樂共處，保護生態與文化資源，以達到兼顧旅遊、保育與世代傳承共創三方共贏的教育目的。

五、方案架構：

(一) 主題概念：

1. 認知上：學生對布拉旦(三棧溪)人文、歷史、景觀有初步的認識。

2. 技能上：能簡單說出布拉旦(三棧溪)歷史、河川污染的成因以及能進行護溪活動、並能建構網站。
3. 情意上培養學生尊重別人、族群間之個別差異，並尊重生命、倫理與關懷他人，並培養祖孫共學的精神。



(二) 架構

方案流程	實施時間	課程內容說明
單元一 布拉旦的故事	45分鐘 (一節)	1.能認識布拉旦的人文歷史與生態環境。 2.能了解布拉旦居民護溪的過程。
單元二 護溪活動	45分鐘 (一節)	1.能認識護溪的重要性。 2.能夠祖孫一起共同參與護溪活動。
單元三 彩繪石頭	45分鐘 (一節)	以石頭彩繪呈現布拉旦之美，進而提升對環境的感受與敏感度
單元四 布拉旦小棧	45分鐘 (一節)	1.讓祖父母與孫子一起快樂學習電腦知識。 2.利用網路查詢相關資料，製作成主題探索簡易網頁。

六、活動設計：

(一) 單元一：「布拉旦的故事」

1. 單元基本概念：布拉旦的人文歷史，布拉旦的生態環境。
2. 活動設計：
 - (1) 活動目標：
 - a. 能認識布拉旦的文化傳統。
 - b. 能瞭解布拉旦的生態環境。
 - c. 能覺知布拉旦的環境問題。
 - d. 能培養解決環境問題之能力。





- (2) 活動人數：34人
 (3) 活動時間：45分鐘
 (4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
15分鐘	一、引導活動 1.邀請布拉旦(三棧溪)當地的長老來介紹布拉旦歷史以及名稱由來。 2.觀看DVD精華片段：深情探索：花蓮縣河川生態走廊之美-布拉旦之旅，(影片內容:簡介布拉旦的美景，名稱由來，護溪過程，原住民習俗…等)。	1.聘請布拉旦社區的長老 2.DVD
20分鐘	二、發展活動 1.邀請祖父母來分享過去布拉旦(三棧溪)的美景。 2.教師介紹現在布拉旦(三棧溪)各景點：)布拉旦遊客中心、三棧橋、玫瑰石工坊、向陽步道、理蕃道路、三棧南溪步道、娃娃谷、黃金峽谷、射箭場、戲水區。 3.透過布拉旦當地的長老解說、教師收集的資料讓祖孫一起了解社區居民護溪的過程。(參閱延伸閱讀：布拉旦護溪過程整理表)。	圖片 新聞剪報 自編教材 聘請布拉旦社區的長老
10分鐘	三、統整活動 1.討論活動：要如何防治溪流受到人為的破壞與污染？ 2.祖孫同組一起討論。 3.老師綜合歸納。	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題(97年版)：

領域或議題	指標編號	指標內涵
環境教育	4-3-1	能藉由各種媒介探究國內外環境問題，並歸納其發生的可能原因。
環境教育	5-4-4	具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。

(二) 單元二：「護溪活動」

1. 單元基本概念：
 - (1) 護溪的原因與重要性。
 - (2) 護溪的過程與實際參與行動。
2. 活動設計：
 - (1) 活動目標：

- a. 能認識布拉旦(三棧溪)的地理環境。
- b. 能了解布拉旦(三棧溪)人文歷史。
- c. 能了解布拉旦(三棧溪)被破壞的原因。
- d. 能認識布拉旦(三棧溪)社區居民護溪的經過。
- e. 能進行護溪活動。
- f. 能在護溪過程中體會保護環境重要性。

(2) 活動人數：34人

(3) 活動時間：45分鐘(如時間不足可運用課後或假日時間)

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	一、引導活動：布拉旦護溪之旅 1. 祖孫與教師共同到布拉旦(三棧溪)探訪，老師並隨時給予指導。 2. 由解說員介紹拉旦(三棧溪)，針對師生蒐集的資料問題可適時請人員解說。 3. 參觀布拉旦生態旅遊中心。 4. 溪流生態解說導覽。	解說員
25分鐘	二、發展活動：進行護溪活動 1. 撿溪河邊的垃圾。 2. 撿彩繪所需的石頭作為校園環境美化。 3. 介紹布拉旦的植物與毛蟹。 4. 完成(重返榮耀之布拉旦)學習單。	垃圾袋 石頭 植物 毛蟹
10分鐘	三、統整活動 1. 參觀完後由祖孫共同分享護溪過程的相關的問題。 2. 老師綜合歸納，強調如何愛護布拉旦(三棧溪)，並展示分享優良學習單習寫內容。	重返榮耀—布拉旦學習單

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題(97年版)：

領域或議題	指標編號	指標內涵
健康體育	7-3-5	提出個人、社區及組織機構為建造更健康的環境所擬定的行動方案與法規。
環境教育	3-2-3	尊重不同族群與文化背景對環境的態度及行為
環境教育	3-2-2	培養對自然環境的熱愛與對戶外活動的興趣，建立個人對自然環境的責任感
環境教育	3-4-1	關懷弱勢團體及其生活環境
環境教育	5-4-4	具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。





(三) 單元三：「彩繪石頭」

1. 單元基本概念：以石頭彩繪呈現布拉旦之美，進而提升對環境的感受與敏感度。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 能認識布拉旦(三棧溪)石頭種類。
- b. 能在三棧溪撿適當石頭進行繪圖。
- c. 能正確使用彩繪工具。
- d. 能了解彩繪的主題內容。
- e. 能進行彩繪石頭的活動。
- f. 能分享彩繪石頭的成果。

(2) 活動人數：34人

(3) 活動時間：45分鐘(如時間不足可運用課後或假日時間)

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	一、引導活動 1. 先展示照片或實物，讓祖孫對石頭有粗淺的認識。 2. 在護溪活動中撿拾石頭，石頭的種類很多，先告知學生所需要的石頭形狀與大小。 3. 將撿到的石頭充分刷洗乾淨並晾乾。 4. 準備適當的油漆、刷子、毛筆、香蕉水。	照片 實物
25分鐘	二、發展活動 1. 介紹彩繪所需的工具及使用方式。 2. 介紹彩繪石頭主題-戀戀布拉旦-畫出布拉旦美麗的地理景觀。 3. 配色教學-提醒祖孫相似色與對比色的概念，用色要鮮艷，底色半乾後再寫字。 4. 構圖教學-空間規畫、字型大小…等。 5. 祖孫一起開始共同彩繪石頭，以油漆、廣告顏料上色，再以透明漆封色防水。(透明漆必須等顏料完全乾後再進行)。	油漆 刷子 毛筆 香蕉水 石頭
10分鐘	三、統整活動 1. 老師巡迴檢視與指導。 2. 完成後，互相觀摩、互相請教，欣賞、學習別人的創意。 3. 並向同學解說自己製作成果。	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題(97年版)：

領域或議題	指標編號	指標內涵
藝術人文	1-4-2	體察人群間各種情感的特質，設計關懷社會及自然環境的主題，運用適當的媒體與技法，傳達個人或團體情感與價值觀，發展獨特的表現。
	3-1-9	透過藝術創作，感覺自己與別人、自己與自然及環境間的相互關連。
	2-1-5	接觸各種自然物、人造物與藝術作品，建立初步的審美經驗。
環境教育	1-3-1	藉由觀察與體驗自然，並能以創作文章、美勞、音樂、戲劇表演等形式表現自然環境之美與對環境的關懷。

(四) 單元四：「布拉旦小棧」

1. 單元基本概念：

- (1) 讓祖父母與孫子一起快樂學習電腦知識。
- (2) 利用網路查詢相關資料，製作成主題探索簡易網頁。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 正確操作互動式網頁進行填答活動，分數在85分以上。
- b. 與他人分組合作。
- c. 依照組內分配到的主題，列出至少4項資料搜尋內容。
- d. 利用至少2種以上的搜尋引擎蒐集資料。
- e. 初步完成主題簡易網頁架構。詳列參考資料的來源。
- f. 將完成的網頁放置在學校網頁中。

(2) 活動人數：34人

(3) 活動時間：45分(如時間不足可運用課後或假日時間)

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	一、引導活動 1. 教師介紹網頁製作的軟體(例如：Frontpage...等)。 2. 教師簡介網頁設計的基本概念與親自操作範示。	電腦 製作網頁的軟體 網路
25分鐘	二、發展活動 1. 將祖孫一起分為四組，個別進行主題探索與資料搜尋。 2. 主題內容：布拉旦歷史、布拉旦護溪過程、布拉旦的植物(山棕、芋麻、月桃、羅氏鹽膚木、樹豆、香茅、葛藤、魚藤)、布拉旦的毛蟹。 3. 在資訊課與其他課餘時間讓祖孫利用電腦上網查詢資料。	電腦 製作網頁的軟體 網路





	<p>4.用過去習得知識，結合蒐集的網路資料，組成各主題的內容綱要。</p> <p>5.網頁內容皆為自己整理、歸納過的資訊，並詳列參考資料的來源。（可供教師判定祖孫是否只靠「複製與貼上」功能做資料）教師再次強調著作權之重要，並教導學生如何處理在網路中取得的龐大資訊。</p>	
10分鐘	<p>三、統整活動</p> <p>將各組完成的網頁與布拉旦護溪之旅照片與學習單及彩繪石頭作品合成一個主題網站，祖孫一起共同製作並且放置在學校網頁中，往後有新資訊可隨時更新。</p>	電腦 製作網頁的軟體 網路

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題(97年版)：

領域或議題	指標編號	指標內涵
資訊教育	5-4-3	能遵守智慧財產權之法律規定
	5-4-5	能應用資訊及網路科技，培養合作與主動學習的能力
	5-4-6	能建立科技為增進整體人類福祉的正確觀念，善用資訊科技做為關心他人及協助弱勢族群的工具
	4-3-1	能應用網路的資訊解決問題
	4-3-5	能利用搜尋引擎及搜尋技巧，尋找合適的網路資源
自然與生活科技	1-4-5-6	善用網路資源與人分享資訊

七、學習評量：

(一) 主題教學效能—自我檢核表

主題活動單元名稱	重返榮耀之布拉旦		教材來源	教師自編	授課時數 4節	填表教師：				
	類別	教學檢核內容				5	4	3	2	1
教學準備	1	我能依據教學目標，擬訂教學計畫。								
	2	我能依據實際需要，與其他教師共同協商本次主題教學活動事宜，做好教學準備。								
	3	我能配合教學活動需求，完成教學情境佈置。								
教學活動	1	我能依據教學計畫實施教學。								
	2	我能設計學生有興趣的教學活動。								
	3	我能瞭解學生的起點行為並設計適合學生程度的教學活動。								
	4	我能鼓勵學生自發性的學習。								
	5	我會有效地運用各種教學方法，以符合學生程度及個別差異。								
	6	我會善用適合的教具及設備，以加強學習效果。								

與學生互動	7	我會善用不同的方式，鼓勵學生表達自己真正對問題的想法。					
	8	我能掌握教學與資源運用的流暢性，促使學生有效的學習。					
	9	我能及時察覺個別學生學習之困難，適時加以輔導並維持教學順暢。					
	1	我能掌握全班之動靜且吸引學生的注意力。					
	2	我會製造各種機會讓學生參與學習並讓各個學生都有表達的機會。					
	3	我樂意與學生親近、交談並不厭其煩的回答或解說學生的問題。					
	4	我會鼓勵學生用客觀的證據來比較不同的問題或議論。					
	5	我會給予學生辯論、釐清觀念的機會。					
	6	我會鼓勵學生不怕錯誤、失敗，勇於嘗試、努力尋求解決問題的方法。					
7	我會運用各種評量方式來診斷學生學習成果及缺失並作為改進教學之依據。						
備註：							

(二) 重返榮耀布拉旦—教學方案檢核表

檢核向度	迦納多元智慧分類							學習領域							教學型態				
	語文	數理邏輯	視覺空間	音樂	肢體運動	人際關係	自我認知	自然觀察	語文	數學	社會	自然與生活科技	藝術與人文	健康與體育	綜合活動	重大議題	全班教學	分組學習	獨立學習
活動一	√		√				√	√	√		√	√				環境	√	√	√
活動二			√		√	√	√	√				√		√		環境	√	√	√
活動三			√				√	√					√		√	環境	√		√
活動四		√	√				√	√				√	√			環境	√	√	√

(三) 分組互評與自評





「重返榮耀-布拉旦」這個單元順利結束了，請你回想學習過程中的點點滴滴關於小組學習，你的參與情況。

- | | | | | |
|---------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 認真的參與小組討論 | <input type="checkbox"/> 常常 | <input type="checkbox"/> 普通 | <input type="checkbox"/> 很少 | <input type="checkbox"/> 沒有 |
| 2 盡力完成小組工作 | <input type="checkbox"/> 常常 | <input type="checkbox"/> 普通 | <input type="checkbox"/> 很少 | <input type="checkbox"/> 沒有 |
| 3 關心同組同學的學習狀況 | <input type="checkbox"/> 常常 | <input type="checkbox"/> 普通 | <input type="checkbox"/> 很少 | <input type="checkbox"/> 沒有 |
| 4 與同組同學爭執 | <input type="checkbox"/> 常常 | <input type="checkbox"/> 普通 | <input type="checkbox"/> 很少 | <input type="checkbox"/> 沒有 |

(四) 學習單評量

評量項目	認真寫作	資料完整	文筆流暢	準時繳交
評量結果				

八、參考資料：

布拉旦家的民宿（2007）。布拉旦附近景點。2009.11.17，取自：

<http://tumitusang.idv.tw/modules/tinyd0/>

白亦方（2008）。課程與教學改革：理論與實際。台北：高等教育出版社。

花蓮民宿—潘朶拉的希望城堡 & 晶藍色美人魚（2008）。三棧溪-布拉旦。2009.11.20，

取自：<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!OP7pUXafH0fHBqY6KJ5spA--/article?mid=565>

花蓮縣秀林鄉三棧社區發展協會（2007）。耀眼三棧。2009.10.28，取自：

<http://www.pse100i.idv.tw/e/3zncblt/3zncblt001.htm>

花蓮縣環境教育交流網（2009）。花蓮縣環境教育交流網資料庫。2009.11.23，取

自：<http://green.hlc.edu.tw/imax3.asp?id=151&c=812>

基隆河守護網（2007）。河川巡守技巧與實務。2009.11.20，取自：

<http://klriver.ngo.org.tw/node/935>

漂浪誌（2007）。台灣清流——生機湧現三棧溪。2009.11.26，取自：

http://roamover.blogspot.com/2007/05/blog-post_13.html

劉光啓（2009）。生機再現？—布拉旦部落生態旅遊的保育與發展圖像。國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所碩士論文，未出版，花蓮。

九、附錄：

(1) 學習單

重返榮耀—布拉旦學習單

◎ 寫出布拉旦名稱的由來：

◎ 今天參觀布拉旦三棧溪有那些景點。

◎ 印象最深刻景點

◎ 在走訪布拉旦(三棧溪)之後，準備動手彩繪石頭前，請先構思出你要畫在石頭上的的美麗景點與特色，將你想畫在石頭上的圖案畫在學習單上。





賓果遊戲：將布拉旦(三棧)觀察到的各種植物、現象隨機填入學習單的九宮格中內。只要在布拉旦(三棧溪)有觀察植物到填入表格內，就將該格填入植物名稱，最後老師來展示植物看誰連成的線最多。

我完成了 _____ 條線！

* 你印象最深刻、最喜歡的植物是哪一種？ _____

* 請將它的樣子畫下來

* 它比我 高 矮

* 樹葉的顏色？ _____ 色（現在是 _____ 月）

* 樹葉比我的手掌 大 小

* 樹葉外形是怎樣的？請畫下來。

- ◎ 由三棧社區協會的解說員解說之後，同學跟祖父母一起寫出布拉旦(三棧)的居民護溪的過程。

- ◎ 同學跟祖父母一起共同想一想要如何維護布拉旦(三棧溪)的環境。

◎ 貼心小叮嚀：

家長簽章：

評量項目	認真寫作	資料完整	文筆流暢	準時繳交
評量結果				





校外參觀家長通知單與同意書

『重返榮耀之布拉旦』教學參觀活動訊息

貴家長： 您好！

本校謹定於98年 11月30 日(星期一) 舉辦本學期的『戶外教學參觀』，是為配合環境教育之內容。我們將擬定單元，讓學童借由參觀布拉旦(三棧溪)護溪活動，了解保護生態環境的重要性，進而珍惜自己家鄉河溪之美。

本次活動特聘三棧社區協會的解說員為我們作全程的解說，儘請貴家長支持本項活動教學，並歡迎您與我們共同參與此次的活動，這將開拓您『祖孫共學』與體驗自然生態之美。

★活動時間：98年11月30日(星期一) 上午8：00出發

★地 點：學校集合→布拉旦(三棧溪)→返校

★活動經費：本次活動經費由學員自付。

含車資、講師鐘點費、保險、學習單、活動照片資料彙整……

等計6000元，每人合計應酌收200元。

★依規定將請有意參加之同學，須經家長書寫同意書後方可參加本活動。

★本計畫呈校長核准後，在呈請縣府核備後再實施，修正時亦同。

導師：○○○、○○○、○○○

敬邀

98.11.20

本人同意子弟參加此項活動。

本人不同意子弟參加此項活動。

班級：_____ 學生：_____ 家長姓名：_____

◎若貴家長願意隨隊參加請填下表

(家長參加人數以各班車輛之尚有 餘位為原則)

本人願意一同參與此項活動。

家長姓名：_____ 出生年月日：_____ 身份證字號：_____

聯絡電話：_____ 住址：_____

【主題教學效能】自我檢核表

主題活動單元名稱項目	重返榮耀之布拉旦	教材來源	教師自編	授課時數 4節	填表教師：				
類別	教學檢核內容				5	4	3	2	1
教學準備	1	我能依據教學目標，擬訂教學計畫。							
	2	我能依據實際需要，與其他教師共同協商本次主題教學活動事宜，做好教學準備							
	3	我能配合教學活動需求，完成教學情境佈置。							
教學活動	1	我能依據教學計畫實施教學。							
	2	我能設計學生有興趣的教學活動。							
	3	我能瞭解學生的起點行為並設計適合學生程度的教學活動							
	4	我能鼓勵學生自發性的學習。							
	5	我會有效地運用各種教學方法，以符合學生程度及個別差異。							
	6	我會善用適合的教具及設備，以加強學習效果。							
	7	我會善用不同的方式，鼓勵學生表達自己真正對問題的想法。							
	8	我能掌握教學與資源運用的流暢性，促使學生有效的學習							
	9	我能及時察覺個別學生學習之困難，適時加以輔導並維持教學順暢。							
與學生互動	1	我能掌握全班之動靜且吸引學生的注意力。							
	2	我會製造各種機會讓學生參與學習並讓各個學生都有表達的機會。							
	3	我樂意與學生親近、交談並不厭其煩的回答或解說學生的問題。							
	4	我會鼓勵學生用客觀的證據來比較不同的問題或議論。							
	5	我會給予學生辯論、釐清觀念的機會。							
	6	我會鼓勵學生不怕錯誤、失敗，勇於嘗試、努力尋求解決問題的方法。							
	7	我會運用各種評量方式來診斷學生學習成果及缺失並作為改進教學之依據。							
備註：									





重返榮耀—布拉旦—教學方案檢核表

檢核向度	迦納多元智慧分類							學習領域							教學型態				
	語文	數理邏輯	視覺空間	音樂	肢體運動	人際關係	自我認知	自然觀察	語文	數學	社會	自然與生活科技	藝術與人文	健康與體育	綜合活動	重大議題	全班教學	分組學習	獨立學習
活動一	✓		✓				✓	✓	✓		✓					環境	✓	✓	✓
活動二		✓	✓					✓				✓				環境	✓	✓	✓
活動三	✓		✓		✓	✓	✓	✓		✓		✓	✓	✓	環境	✓	✓	✓	
活動四			✓					✓				✓			環境	✓		✓	

分組互評與自評

「重返榮耀-布拉旦」這個單元順利結束了，請你回想學習過程中的點點滴滴關於小組學習，你的參與情況。

1 認真的參與小組討論

常常 普通 很少 沒有

2 盡力完成小組工作

常常 普通 很少 沒有

3 關心同組同學的學習狀況

常常 普通 很少 沒有

4 與同組同學爭執

常常 普通 很少 沒有



- (2) **使用媒材**：DVD影片，論文期刊，網站，部落格，當地長老，當地解說員，網頁編輯軟體，電腦
- (3) **延伸閱讀**：布拉旦護溪過程整理表(資料來源：生機再現？—布拉旦部落生態旅遊的保育與發展圖像(30-31頁)劉光啓,2009,國立東華大學觀光暨與遊憩管理研究所碩士論文)

2003.06.15	村鄰長第一次護溪座談會，整合部落共識
2003.12.01	鄉公所召開護溪協商會議，達成共識如下： 1. 封溪護魚範圍為全流域，函徵新城鄉公所同意。 2. 封溪護魚期間為一年。
2004.01.05	鄉公所、縣府漁業課、水產培育所、村辦公室與社區發展協會三棧溪現場實勘，評估封溪護魚可行性與確定公告牌設立。
2004.01	三棧溪護溪管理委員會組成。
2004.01.16	新城鄉公所回覆同意所轄三棧溪流域(三棧橋至出海口)列入封溪範圍。
2004.02.12	秀林鄉公所彙整歷次會議記錄、封溪護魚詳細地圖、封溪護魚告示牌設立地點與照片等資料報縣府漁業課。
2004.03.02	縣政府漁業課召開三棧溪封溪護魚公聽說明會。
2004.03.17	縣政府公報公告三棧溪封溪護魚(府農漁字第09300349130號)。
2004.04.06	三棧社區護溪代表與太魯閣國家公園管理處召開座談會，研擬各項補助事宜(人員培訓、社區總體營建規劃)。
2004.04.14	太管處、縣府原民局、鄉公所同赴三棧現場會勘，由三棧社區發展協會說明各項硬體需求，由三處單位分工負責。
2004.04	社區發展協會向勞委會提報多元就業開發方案，申請「成立三棧自然生態保育區」計畫業經勞委會核定，可提供10名就業機會，以進行社區部落環境的維護與溪流巡守等工作。
2004.09	太管處委請專家學者進行溪流生態調查。
2005.03	社區發展協會理監事會議通過，開放時間延後到95年1月。
2006.03.20	「布拉旦生態旅遊中心」啟用。
2007.	擬定部落公約，規範內部行為。
2008.03	部落會議通過延後開放，再次確立河段規劃與分區使用。
2009.04	社區發展協會理監事會議決議建立違法毒電魚之檢舉獎金制度。
2009.04	部落會議重申護魚決心並要求居民遵守部落公約。
目前	由社區發展協會現有人員繼續護溪。 總體營造工作並提供在地就業機會。 態旅遊規劃及社區總體營造事宜。 申請各項計畫經費進行社區由社區發展協會負責執行生態旅遊規畫與社區總體營造相關事宜。





(4) 相關影片資源：

影片名稱：深情探索：花蓮縣河川生態走廊之美-布拉旦之旅(發行：花蓮縣政府，策劃：花蓮縣水產培育所，製作：景翰行銷顧問有限公司)

(5) 其他相關資料：

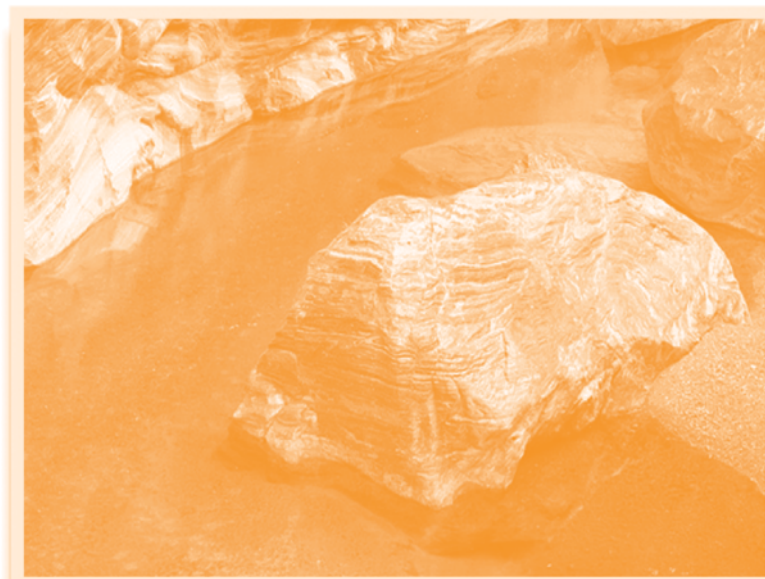
部落格相關文章分享：http://roamover.blogspot.com/2007/05/blog-post_13.html

【花蓮】台灣清流—生機湧現三棧溪



▲三棧溪清澈度驚人

長久以來，花蓮沙卡噹溪神秘谷一直是我心目中的台灣最清流，其實就在不遠處，清澈的三棧溪同樣在群山環抱的綠意中訴說她的美麗。



▲沙卡噹溪仙境般的靜謐之美



▲三棧溪天然潔淨的親水環境

三棧之名起於清末，乃「三層」的閩南語諧音，因附近擁有三層河階地之故。日據時代之前，由濁水溪上游遷居到此的太魯閣族人，原本生活在三棧溪流域的深山裡。當時山上開滿野菰，太魯閣語稱為布拉旦（PRATAN），族人便以花朵名來稱呼自己的部落。



▲遠眺三棧社區，背後起伏的山巒就是布拉旦部落的原鄉

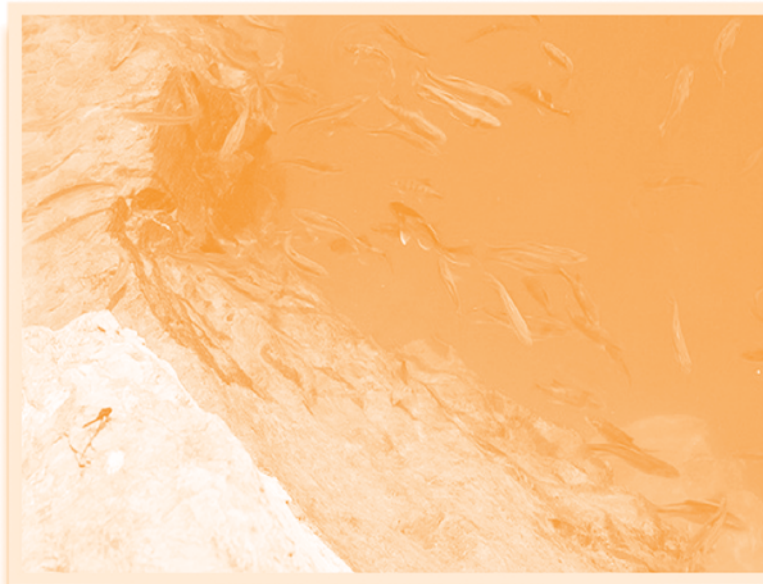
日本人勢力進入本區時，遭到太魯閣部族頑強抵抗，期間長達十二年，終因彈盡糧絕，被迫遷往平地，也就是今日之三棧社區。





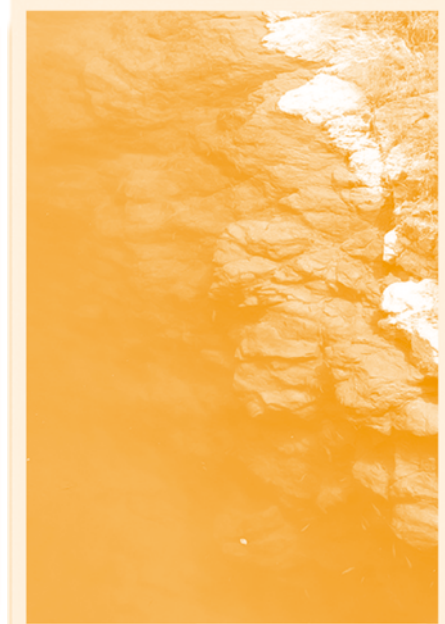
▲善狩獵的太魯閣族人，強悍不屈

由於地理位置近出海口，三棧社區旁的溪流深潭區恰為淡水鹹水魚類共同迴游產卵的地點，也是台灣毛蟹產卵的地方。三棧溪生態一度因為濫捕遭到破壞，三年前當地居民自動自發展開封溪護魚的行動，成立巡守隊，日夜防止不當獵捕的行為。勞委會以輔導在地就業的立場，推動多元就業方案，在人力上給予三棧社區援助。不僅創造當地就業機會，也將閒置人力導入深具意義的改善家園行動，可謂一舉數得。

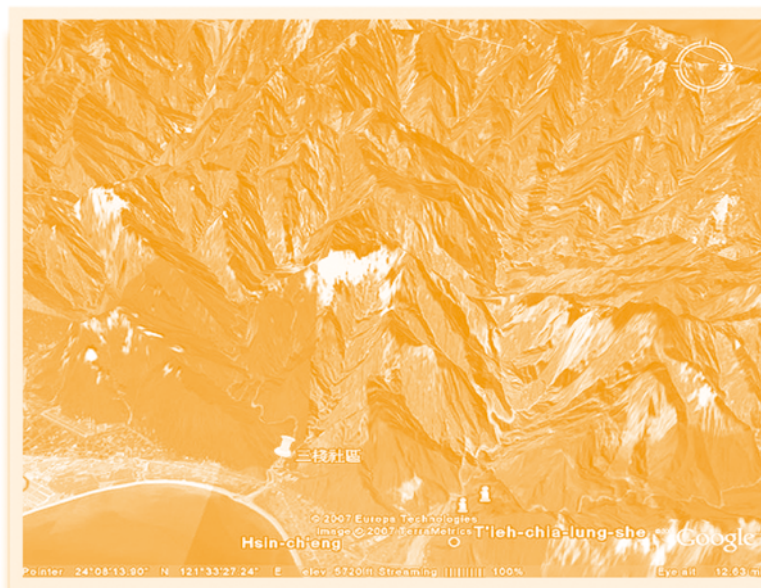


▲好想變成魚兒自在悠游

護魚成效如何？只要來過一趟，便能深刻感受。各式各樣的魚种群聚在清澈透明的溪水裡，雖說：「子非魚，安知魚之樂？」，但我與莊子同，魚之樂不辯自明。



猶記得在愛琴海畔，海水竟能往下透視數公尺深，大感震撼。在三棧溪旁，我又重溫當時的感動，溪水之清澈，可以毫無困難地看見水面底下的游魚與岩石。走在溪面較淺的地方，溪水透明得彷彿不存在。



▲三棧河流域示意圖，以Google Earth製作輸出

三棧溪最棒的旅遊方式，就是跟著專業導遊來一趟溯溪之旅。可惜這次因為時間不夠，只往上溯了十多分鐘的路程。據說走到黃金峽谷入口，得花上兩個半小時。而爬上瀑布三層中的最頂層，還得再花上兩個小時。雖然辛苦，箇中滋味肯定永生難忘。





在生態解說員湯先生的帶領下，沿途瞭解溪流旁的植物生態。從湯先生講述的小故事裡，想像從前太魯閣族人的生活情形，他們與大自然這麼貼近，肯定沒聽過「憂鬱症」這種疾病。



▲姑婆芋葉—太魯閣族人慣用的天然傘，遮陽擋雨



▲刺蔥—梗上多刺，故名。營養價值高，氣味強烈，是太魯閣族人的日常食物。

曾經陪同朋友到仁愛鄉做田野調查，約略聽聞原住民朋友的困境。時代的變遷使得他們無法用傳統的方式維生，經濟來源斷絕造成無數的家庭問題。三棧社區的例子是陰霾裡的一線曙光，族人在家園尋找可行的生活方式，並將己身傳統文化介紹給他人。當大家目標一致地守護這片土地，族群意識與傳統也得到維繫的力量。

三棧社區有潔淨自然的風光，與原住民獨特的文化風貌。請來這裡感受台灣山水的魅力，與太魯閣族人的熱情。離開的時候別忘了買點玫瑰石做成的小藝品，石頭上的潑墨山水是三棧溪之行最佳的紀念，也順便表達對此地居民的支持。



▲石頭紋路展現潑墨山水意境

因為有他們的努力，我們才能夠保有這麼美麗的風景。

【後記】：

水利會關閘 三棧溪復育水族慘死

為什麼我們的政府官員做決定時，從不做全面的考量？南半球一隻蝴蝶的振翅，都可以影響全球氣候，更何況是截斷水源這麼重大的行為？難怪台灣的生態屢遭浩劫，裡面屬於人禍的部份，不獨這一樁。

除了對主其事的官員嚴厲譴責，希望相關部會可以記取教訓，不要再讓類似事件重演！

【提醒】：

1. 用餐與溯溪需預約
2. 溯溪需辦理入山證
3. 未著安全裝備者，不得溯溪





國中組第三名

一、方案主題：味覺的傳承～傳家菜

二、作者：張園笙（台北市建國高級中學）
曾慶玲（台北市建國高級中學）
李瑞婷（台北市建國高級中學）

三、實施對象：七至九年級

四、主要概念及設計理念：

(一) 主要概念：

1. 記憶並非只有來自知識，感官如味覺、嗅覺的感受與記憶，雖然不見得能用語言與文字形容，但是那種「就是那個味道」的記憶，有時卻能讓人刻骨銘心，難以忘懷。
2. 飲食，不只是食物，更蘊含豐富的情感意義。透過飲食的味覺與嗅覺，連結了人們的情感與回憶。飲食，是連結人們情感的最佳媒介。
3. 以「傳家菜」為媒介，祖父母傳承生活的經驗與技藝，肯定自我生命價值；孫輩瞭解家族飲食的特色與傳家菜的家族情感意涵，並進一步增進祖孫互動與家族凝聚力。

(二) 設計理念：

本教案的設計理念如下：

1. 透過關懷祖輩與飲食經驗交流，增進祖孫互動，
2. 透過傳家菜製作，增進學生生活技能。
3. 藉由給家長的一封信，邀請家長協助子女完成傳家菜作業，促進代間關係良好交流。

五、方案架構：

方案流程	實施時間	課程內容說明
單元一 古早美味新體驗	45分鐘 (一節)	1. 教師引言，簡短說明味覺的記憶。 2. 味覺初體驗小組競賽。 3. 請同學上台分享品嚐心得。 4. 教師說明這些古早味曾經是祖父母的年代常見的食物，並總結介紹古早味食物。 5. 說明訪談祖父母作業。
單元二 味味相傳祖孫情	45分鐘 (一節)	1. 30年前，鄉村腳踏車販售景象，連結公民記者麵茶影片。 2. 古早美食調製與品嚐：麵茶。 3. 享用點心並由各組派1-2人輪流上台分享祖父母的訪談內容。 4. 教師總結講評，收拾場地與器材。

單元三 傳家的味覺記憶	45分鐘 (一節)	1.透過祖父母分享懷念的飲食，教師進一步簡略介紹臺灣傳統飲食文化特色。 2.名人的味覺記憶(簡媜、郭台銘、客家人的味覺記憶)。 3.祖孫味覺記憶分享。 4.說明傳家菜作業，並發「給家長的一封信」請學生帶回。
與祖父母共度假期，一起完成傳家菜實作與紀錄(單元三、四間隔數週或利用寒假)		
單元四 傳家味覺共分享	45分鐘 (一節)	教師於課前先行批改傳家菜作業，挑選5-8位同學上台分享：選定此菜的緣由、關於這道菜的故事、製作過程與心得。 1.傳家菜優良作業分享，1人3-5分鐘。 2.請同學發表心得與回饋，最後再由教師講評與回饋。

六、活動設計：

(一) 單元一、「古早美味新體驗」

1. 單元基本概念：

- (1) 以味覺體驗開始，讓同學感受，記憶並非只有來自知識。味、嗅覺的感受與記憶，雖然不見得能用語言與文字形容，但是那種「就是那個味道」的記憶，有時卻能讓人刻骨銘心，難以忘懷。
- (2) 運用豐富的感官感受，體驗古早味食品的特性，並融入當代的飲食文化，提供代間互動的基礎情境，更透過清楚的訪談指導，創造代間重要的深度互動機會，讓彼此瞭解對方的情境，促進彼此的瞭解與關懷。

2. 活動設計

(1) 活動目標：

- a. 透過味覺體驗活動，體驗不同的「味覺」感受。
- b. 帶領學生認識祖父母年代的飲食(味道、特性、當年的限制)。
- c. 透過訪談讓祖孫能有更深入的互動，促進祖孫溝通與對話，增進彼此的了解。

(2) 活動人數：30-40人

(3) 活動時間：45分鐘

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
5分鐘	1. 教師引言 記憶並非只有來自知識，感官(如味覺、嗅覺的感受)的記憶，雖然不見得能用語言與文字形容，但是那種「就是那個味道」的記憶，有時卻能讓人刻骨銘心，難以忘懷。今天要帶大家一起進行一個體驗活動，這個活動需要豐富味覺經驗的同學，體驗者要只透過味覺與嗅覺來辨識食物的滋味。	





25分鐘	<p>2.味覺初體驗小組競賽：(教師事先準備下列古早味食物：黑糖、冬瓜糖、桔仔餅、柑仔糖、紅糟、酒釀、麥芽糖、米香、粢粑、粿條、米苔目、碗粿、豬油渣、菜脯等，亦可準備其他特色古早味食物。)</p> <p>(1)教師說明遊戲規則：</p> <p>a.全班同學分成5~6組，各組派兩名同學上台，戴上眼罩，由他組同學餵食教師準備的食物，品嚐同學透過味覺體驗，猜出食物名稱，其他同學不得透露答案，否則不予計分。</p> <p>b.一組一人回答完後再由另一組同學作答，各組輪完後，教師統計得分。</p> <p>c.每組輪完一回後，教師可視時間狀況再進行第二輪。</p> <p>(2)請品嚐同學上台分享品嚐心得，矇著眼睛吃，如何能猜得出食物名稱？並說明有那些是曾經吃過或不曾吃過的食物？曾吃過的食物第一次是在何種情境下？</p>	<p>註：教師先準備食材，並裝入保鮮盒，可挑選保存性高的食品。</p> <p>眼罩(每組1~2份)</p> <p>註：教師可統計各項食物同學吃過的人數</p>
10分鐘	<p>3.教師說明這些古早味曾經是祖父母的年代常見的食物，並總結介紹古早味食物。今天我們體驗的食物，都是祖父母年代，大約民國三十年，農業社會時代的一些常見食物，有些是平常重要的食材，也有些是當時小朋友最難得的點心、零食。這些點心、零食有些很常吃得到，有些則要到傳統市場，或雜貨店才能買得到。</p> <p>整體而言這些古早味點心有以下的特色：</p> <p>(1)用天然食材製作，化學添加物很少</p> <p>(2)取自當地特產或當季食材</p> <p>(3)製作方式比較簡單、不複雜</p> <p>(4)保存性比較差，因為沒有添加防腐成分</p>	<p>附件一： 「古早味雜貨店」 教學簡報</p>
5分鐘	<p>4.教師做課程總結並交代回家作業：</p> <p>今天嚐到的點心，哪些是你沒吃過的呢？請回去問問你的祖父母，他們有沒有吃過這些食物，他們最喜歡的是什麼？最不喜歡的呢？也可以準備一樣你最喜歡的點心，跟祖父母分享，再請祖父母發表吃你愛的點心的感受、想法。</p>	<p>附件二： 「尋訪祖父母的味覺地圖」學習單</p>
家庭作業	<p>回家作業：「尋訪祖父母的味覺地圖」</p> <p>訪問祖父母幼時最喜歡的零食？最喜歡或最懷念的美味？最令祖父母懷念的原因為何？是否是在特別的節慶吃到這個食物？第一次吃到此道菜是在什麼時候？在何種情境下，由誰進行烹調？</p>	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	2-4-3	規劃合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。
	3-4-1	參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。
家政教育	1-1-3	願意與他人分享自己所喜歡的食物。
	1-2-2	察覺自己的飲食習慣與喜好。
	1-3-2	瞭解飲食與人際互動的關係。
	1-3-7	認識傳統節慶食物與臺灣本土飲食文化。
	3-3-1	認識臺灣多元族群的傳統與文化
	4-3-2	運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。

(二) 單元二、「味味相傳祖孫情」

1. 單元基本概念：

- (1) 飲食的情感意義：飲食，不只是食物，更蘊含豐富的情感意義。人類的生活中飲食占很重要的比例，從重大民俗節慶、儀式，到日常親友聚會，總少不了食物。透過飲食的味覺與嗅覺，連結了人們的情感與回憶。飲食，是連結人們情感的最佳媒介。
- (2) 傳統點心～麵茶：傳統點心蘊含豐富的人情味，連結了祖父母童年的記憶。麵茶是臺灣早期農業社會常見的點心，在早年的農村生活中扮演相當重要的角色。平時可當大人的早餐、孩子的點心，家中光景不好時，還可以代替奶粉，作為嬰兒的主食。
- (3) 祖孫互動，孫輩學習人際關係：孫子女透過和祖父母互動的經驗，可以讓他們對老年人有正確的看法與態度，並且也可以學習到和老年長輩互動的經驗，有助他們將來維持圓融的人際關係。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 透過短片欣賞，了解傳統點心富含的人情味，體會傳統點心對祖父母或年輕者的意義與感受。
- b. 透過分享訪談祖父母的飲食與生活經驗，增進祖孫互動與了解。
- c. 透過品嚐古早味點心，讓同學了解傳統點心的滋味。

(2) 活動人數：30－40人

(3) 活動時間：45分鐘

(4) 活動流程：





活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	<p>1.在30年前，腳踏車鄉村零食販售景象，是經典的過往飲食經驗。許多同學可能沒有機會經歷那個時代的這種文化體驗，我們今天來看看一個公民記者，一段多年不棄麵茶，始終將這傳統的點心，帶給宜蘭的鄉親們的影片。</p> <p>2.教師播放影片： 回味古早食物，“麵茶”帶有人情味(1min30sec) http://www.peopo.org/linkasd/post/29150 公民新聞記者 楊躍任</p> <p>(1)影片介紹：沿街嗚笛的聲音，喚醒了民衆對於古早味”麵茶”的記憶，在寒冷的冬天，大夥兒聚集在廟口等待麵茶師傅”林暉善”的到來從氣笛孔不斷冒出的蒸氣，沖上一碗帶有”人情味”的傳統食物，讓上前回味的阿公阿嬤被感窩心。</p> <p>(2)教師帶領同學討論，看完影片有何心得？賣麵茶的老闆為何要堅持繼續販賣？麵茶對宜蘭老人家只是一碗食物而已嗎？</p>	教師連結公共電視 公民記者麵茶影片
10分鐘	<p>3.麵茶調製：教師事先準備麵茶粉，餐具。</p> <p>(1)老師簡短說明古早味麵茶的製作方法。</p> <p>(2)解說調製注意事項。</p> <p>(3)準備餐具、用餐。</p>	市售麵茶粉、餐具 附件三： 古早味麵茶食譜
15分鐘	<p>4.各組享用點心，分享祖父母訪談經驗。</p> <p>(1)各組派1-2人輪流上台分享祖父母的訪談內容。</p> <p>(2)各組進行組內統計祖父母或長輩們的飲食經驗，並填寫統計表。</p> <p>(3)教師收回「尋訪祖父母味覺地圖」與小組祖父母飲食經驗統計表，教師於課後做班級統計祖父母飲食經驗，於下週與同學分享結果。</p>	附件四： 小組祖父母飲食經驗統計表
10分鐘	<p>5.教師總結講評與收拾。</p> <p>(1)針對祖父母的訪談分享，同學有何心得與收穫？</p> <p>(2)今天讓大家製作與品嚐了古早味點心麵茶，不曉得大家有什麼心得？</p> <p>(3)收拾場地與器材。</p>	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	1-4-1	探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。
	3-4-1	參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。
家政教育	1-2-5	製作簡易餐點。
	1-3-2	瞭解飲食與人際互動的關係。
	1-3-3	接納他人所喜歡的食物。
	1-3-7	認識傳統節慶食物與臺灣本土飲食文化。
	1-4-3	表現良好的飲食行為。
	3-3-1	認識臺灣多元族群的傳統與文化
	4-3-5	瞭解不同的家庭文化。
	4-4-1	肯定自己，尊重他人。
4-4-7	尊重並接納多元的家庭生活方式與文化。	

(三) 單元三、「傳家的味覺記憶」

1. 單元基本概念：家庭是傳遞文化最重要的橋樑，由家庭出發的飲食習慣與文化滲透，是最直接而深刻的。祖父母承襲自家族傳統的飲食文化，或因早期生活物資較缺乏，而展現愛物惜福的生活智慧，都值得子孫們好好學習。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 了解飲食所蘊含的情感意義。
- 透過祖父母飲食經驗，進一步學習臺灣飲食文化。
- 透過飲食經驗的分享，增進祖孫互動，連結祖孫情。

(2) 活動人數：30—40人

(3) 活動時間：45分鐘

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
5分鐘	1. 分享祖父母飲食經驗統計結果： 教師先分享上週統計結果，再請同學回想先前品嚐與祖父母最懷念的食物中，發現有那些共同特色？是否發現許多都是地方小吃或家鄉美味？這些其實都展現了臺灣飲食文化的特色。	





10分鐘	<p>2.教師簡略介紹臺灣飲食文化特色。</p> <p>人類的生活中飲食占很重要的比例，從重大民俗節慶、儀式，到日常親友聚會，總少不了食物。飲食所蘊涵的，不只是食物，更是尋常百姓家最樸實真切的生活文化展現。臺灣早期飲食多來自於農家自家生產食物的加工而成，原因主要是因為物資不豐，農民們運用巧思，將農產品及垂手可得的食材經過加工，以增加食物的風味與變化。這些食材可能不見得昂貴，日常的飲食所展現是平日的生活經驗，也是前人的生活智慧傳承。</p> <p>透過傳承自長輩或兒時的家鄉菜，往日生活彷彿歷歷在目，這些菜餚動人的不只是美味，更含了最珍貴的傳家情。</p>	附件五： 臺灣飲食文化特色
5分鐘	<p>3.名人的味覺記憶(簡媜、郭台銘、客家人的味覺記憶)</p> <p>味覺的記憶會代代相傳，家庭的傳承有長輩的智慧與情感。許多名人們吃盡山珍海味，心中最懷念的都是有著濃濃情感回憶的家鄉菜或是母親的拿手菜。</p>	附件六： 「味覺的記憶」教學簡報
15分鐘	<p>4.「祖孫味覺記憶」分享</p> <p>(1)請同學回想是否有與祖父母有共同回憶的食物(可能是一起製作或是共同喜好或是阿公阿嬤的拿手菜)，這些食物背後又有那些故事或意義？請同學仔細想想，並填寫「祖孫味覺記憶」學習單。</p> <p>(2)請幾位同學分享「祖孫味覺記憶」。</p> <p>(3)教師總結說明：這些祖孫或家族共同的味覺記憶，可以是世代傳承，連結家族情感的傳家美味。</p>	附件七： 「祖孫味覺記憶」學習單
10分鐘	<p>5.「我的傳家菜」作業說明：</p> <p>(1)想想你有多久沒和阿公阿嬤一起吃頓飯？請利用假期向祖父母學習你最想學會的一道菜！也和阿公阿嬤好好一起享用你的美味成果！若無法向阿公阿嬤學習的，也可向家族長輩或父母學習傳家菜！</p> <p>(2)教師以碗粿或其他參考範例說明祖孫共學傳家菜的可能作法，並發「給家長的一封信」請學生帶回給家長。</p> <p>(3)教師總結：從家中廚房垂手可得的食材，許多的日常飲食都展現了早期物資欠缺下，先民愛物惜福的生活智慧。即使現在生活較富裕，碗粿的配料可能比以往更豐富，可能加入了肉燥、鹹蛋……是我們代代相傳的美味。對祖父母來說，食物中所蘊含的回憶是永遠不變的。</p>	附件八： 「我的傳家菜」簡報 附件九： 「給家長的一封信」 附件十： 「我的傳家菜」參考範例 附件十一： 「我的傳家菜」學習單
家庭作業	利用假期，向祖父母或長輩學習一道菜餚，並了解這道菜餚對你或家人的意義。	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	2-4-3	規劃合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。
	2-4-5	覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。
家政教育	1-1-3	願意與他人分享自己所喜歡的食物。
	1-2-2	察覺自己的飲食習慣與喜好。
	1-3-2	瞭解飲食與人際互動的關係。
	1-3-7	認識傳統節慶食物與臺灣本土飲食文化。
	3-3-1	認識臺灣多元族群的傳統與文化
	4-2-4	察覺家庭生活與家人關係。
	4-3-2	運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。
	4-3-4	參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。
	4-3-5	瞭解不同的家庭文化。
	4-4-1	肯定自己，尊重他人。
	4-4-5	參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。
4-4-7	尊重並接納多元的家庭生活方式與文化。	

(四) 單元四、「傳家味覺共分享」

1. 單元基本概念：味覺，是記憶的延伸。味覺的記憶，會代代相傳。傳家菜可以是個人與家庭的連結與情感，可以是一座讓情感延續的橋樑。學生透過傳家菜的活動，學習如何架好這座橋，學會珍惜、感恩和回饋。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 透過「我的傳家菜」活動，讓學生延續家族飲食文化特色，學習傳家菜製作方法。
- 透過指導學生分享傳家菜，讓同學學習如何分享自家的傳家智慧。
- 聆聽同學報告，瞭解祖輩的生活智慧與態度。

(2) 活動人數：30-40人

(3) 活動時間：45分鐘

(4) 活動流程：





活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
課前	教師於課前先行批改傳家菜作業，挑選5-8位同學上台分享：選定此菜的緣由、製作過程與心得。	指導學生製作簡報檔案
5分鐘	1.教師說明飲食的情感意義與傳家菜的價值，並簡要說明報告注意事項及「傳家味覺共分享」回饋單，再請同學分享「我的傳家菜」。	附件十二： 「傳家味覺共分享」回饋單
30分鐘	2.傳家菜優良作業分享，1人3-5分鐘。	學生作業簡報
10分鐘	3.票選「最佳烹飪技術獎」、「最佳祖孫互動獎」、「最佳味覺傳承達人」，再請數位同學發表心得與回饋，最後再由教師講評與回饋。	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	1-4-1	探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。
家政教育	1-3-2	瞭解飲食與人際互動的關係。
	1-3-3	接納他人所喜歡的食物。
	3-3-1	認識臺灣多元族群的傳統與文化
	4-3-5	瞭解不同的家庭文化。
	4-4-1	肯定自己，尊重他人。
	4-4-7	尊重並接納多元的家庭生活方式與文化。

六、學習評量：

- (一) 單元一「古早美味新體驗」：
 小組—「味覺初體驗」小組競賽；
 個人—口頭心得分享
- (二) 單元二「味味相傳祖孫情」：
 小組—點心調製器具清潔與收拾、祖父母飲食經驗統計表、祖父母飲食經驗口頭報告；
 個人—「尋訪祖父母味覺地圖」學習單
- (三) 單元三「傳家的味覺記憶」：
 個人—「祖孫味覺記憶」學習單；「祖孫味覺記憶」口頭心得分享
- (四) 單元四「傳家味覺共分享」：
 個人—「我的傳家菜」；「傳家味覺共分享」回饋單

七、參考資料：

- 林如萍主編（2008）。**祖孫代間教育執行策略彙編**。臺北市：教育部。
- 簡嬪、楊茂秀等（2008）。**吃朋友**。台北：石憶印刻。
- 張瑞玲和蘇晨瑜（2006）。**食飽言－22位客家名人的飲食記憶**。台北：野人文化。
- 林如萍主編（2006）。**祖孫關係教育手冊**。台北：台灣家庭生活教育專業人員協會。
- 回味古早食物 “麵茶” 帶有人情味。People post 公民新聞台<http://www.peopo.org/>搜尋日期：2009年11月25日。
- 蘋果日報美食組報導，2008年12月26日。**傳家菜**。Vol.70，K1-K8蘋果副刊美食王。
- 家政學科中心（2008）。**家政教學錦囊三**。台北市：教育部。

八、附錄：

(一) 教學簡報

- ※附件一「古早味雜貨店」教學簡報
- ※附件六「味覺的記憶」教學簡報
- ※附件八「我的傳家菜」教學簡報

(二) 學習單

- ※附件二「尋訪祖父母的味覺地圖」
- ※附件四 小組祖父母飲食經驗統計表
- ※附件七「祖孫味覺記憶」學習單
- ※附件十一「我的傳家菜」學習單
- ※附件十二「傳家味覺共分享」回饋單

(三) 相關影片資源：公民記者麵茶影片

(四) 教學參考資料

- ※附件三 古早味麵茶食譜
- ※附件五 臺灣飲食文化特色
- ※附件九「給家長的一封信」
- ※附件十「我的傳家菜」參考範例

(五) 延伸閱讀

- 簡嬪、楊茂秀等（2008）。**吃朋友**。台北：石憶印刻。
- 張瑞玲和蘇晨瑜（2006）。**食飽言－22位客家名人的飲食記憶**。台北：野人文化。





附件一

「古早味雜貨店」教學簡報

古早味雜貨店



麵茶

童年記憶中總在寒夜裡出現，「呼」聲引人的濃香麵茶。麵茶包括高筋麵粉、豬油、油蔥、糖、鹽、芝麻等，豬油熱鍋後，將麵粉放入鍋中炒，再加入各式調味料。



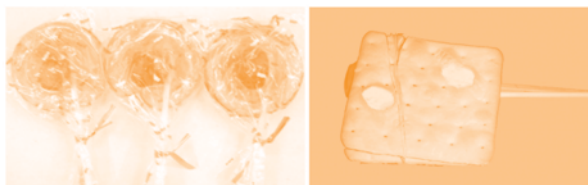
柑仔糖

懷念的柑仔糖，兒時回味的糖果，圓圓，彩色的，西瓜皮線條，裹著一層砂糖，放在嘴裡可以含著好久，擁有好幾分鐘的甜蜜。



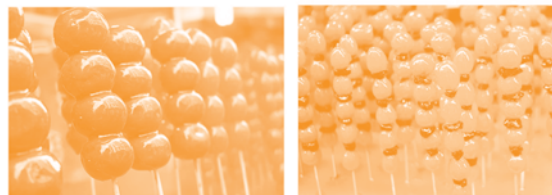
麥芽糖

麥芽+糯米製成的，利用小麥種子發芽時為了把種子的澱粉轉化為發芽所需的能量，小麥本身產生水解澱粉酶把澱粉水解成麥芽糖，所以麥芽糖是屬於一種還原糖



糖葫蘆

- 用酸酸的仙渣配甜甜的糖衣滋味超棒的!用糖包裹著水果，因狀似葫蘆故稱之。早期是在廟會前四處走動、或熱鬧的地方沿街叫賣，像古粧劇用稻草紮緊在竹棒上，總吸引大小朋友的眼光。



豬油渣

- 炸豬油剩下的副產品
- 口感外面酥酥的裡面也酥酥鬆鬆的，有油的味道，加點鹽提味，就很像某種零食。



地瓜稀飯

- 地瓜稀飯或許是許多人的熱愛，但也曾是某些人的「夢魘」。貧困時期的地瓜稀飯，其實是由曬乾的地瓜簽與微量米熬煮，不若現在的香甜可口。



糝粿

- 糝粿也稱為麻糬，是客家米食的代表之一。婚喪喜慶、祭天祈福、做生日時都會打糝粿，讓親族好友共聚一堂。糝粿，也象徵客家人敦親睦鄰、團結互助的意義。



傳統-米香

爆米香在台灣人心中有個很特別的位置，那段屬於童年的兒時記憶。通常經營小販總是開小貨車載著他的發財工具—壓力鍋、小刀、白米、花生、長方形木格子到人潮聚集的菜市場或村里的活動中心

說也奇怪，不需叫賣，大家就知道他來了，你能猜到為什麼嗎？



冬瓜糖

- 冬瓜糖是以鮮冬瓜、白砂糖等為主要原料。先把鮮冬瓜切成小寸條，加入白砂糖一起熬煮。煮的過程中，必須控制好火候，才能製出優質冬瓜糖。其特點是入口無粕，清甘甜嫩，具有清涼潤肺之功效。



芒果乾

芒果乾味道甘甜鹹 吃完後一嘴紅紅的，色素頗多。



菜脯

- 傳統客家醃漬品，真正的蘿蔔乾，講求的是天然易取得的防腐素材。只需用鹽巴醃漬即可，不僅天然好保存而且相當下飯。



紅糟

- 紅糟以糯米為原料發酵製成，加入紅麴。色澤艷麗的紅糟酒香濃郁、味道甘甜廣泛地使用在食用及調味上。紅糟是福州菜重要的調味料，它鮮紅的顏色並不是人工色素，而是使用中國老祖宗所流傳下來的「紅麴素」。





附件二

尋訪祖父母的味覺地圖

_____年_____班 座號_____姓名_____

親愛的同學，你對長輩們的飲食環境有多少了解呢？你知道爺爺奶奶以前都吃些什麼嗎？你知道他們最喜歡的零食是什麼嗎？也可以分享你喜歡的食物給爺爺奶奶知道！

註解： 訪談大綱 * 年齡差距50歲以上的長輩亦可。

祖父母基本資料

年齡_____ 你們的關係_____

居住地(在那出生？曾經住過那些地方？現在住在那？)

母語 閩南語 客語 國語 原住民語

在您的記憶中小時候居住狀況是什麼樣子的呢？最常吃的食物是什麼呢？
小時候最喜歡的零食是什麼？

請問您最喜歡或最懷念的美味(菜或點心皆可)是什麼？您喜歡或懷念的原因為何？是否是在特別的節慶才吃到這個食物？第一次吃到此道菜是在什麼時候？在何種情境下，由誰進行這道菜的烹調？

請準備一樣你最喜歡的零食，訪談請阿公阿嬤享用，並詢問阿公阿嬤對這樣零食的觀感？喜歡嗎？(須注意阿公阿嬤是否有飲食限制或禁忌！)

訪問阿公阿嬤該注意：(參考祖孫關係教育手冊第10頁)

訪問開始：如果一開始不熟悉，可以請父母親幫你說明，再開始訪問

訪問時：不要急躁、要有耐心，別急著問下一題。仔細聆聽，適時回應、發揮好奇心，從回答中繼續問問題。

你該知道的：

1. 年紀大了聽力可能會退化，回想思考速度也許會比較慢。
2. 有些爺爺奶奶，很高興可以跟你分享許多人生經歷，請不要吝惜你的時間，要專心傾聽。
3. 但若是你時間不允許，別忘了委婉的說：「不好意思…我很喜歡你說的…，但是…」

訪問結束：別忘了說謝謝，並且說「很高興可以聽您說…」

附件三

食譜：古早味麵茶

作法 1：

材料：

白芝麻30公克
低筋麵粉300公克
細砂糖150公克

1. 白芝麻30公克在乾淨鍋中用小火炒到香後，磨碎成芝麻粉備用。
2. 接著將300公克的低筋麵粉入鍋炒香，至變成黃褐色，
3. 將細砂糖150公克及芝麻粉一起加入炒勻，另外，古早的作法裡也有加少許豬油一起去炒的，據說會更為香濃。

作法 2：

材料：

糖粉1/2杯
麵粉半斤
黑芝麻2大匙
豬油2大匙

1. 在乾鍋中先炒香黑芝麻盛起備用，豬油入鍋加入麵粉用中小火炒至褐黃香味溢出即可熄火。
2. 麵茶放涼後，用網篩過篩，再與糖粉及黑芝麻拌勻。
3. 食用時在碗中先放入3~4匙的麵茶，先沖入少量熱開水調勻，再加入適量熱開水調成喜愛的濃度即可。

- * 麵茶粉不須筋性，所以低筋麵粉、中筋麵粉即可。
- * 乾鍋用小火炒，炒至半小時，麵粉即有香氣泛出。色澤如花生粉，若要深一些，可再加炒15分鐘，味道更香濃，色澤更是深。
- * 待冷卻後，再入瓶封裝，要吃時熱開水一沖，再拌上磨好的黑、白芝麻粉或細砂糖、花生粉、杏仁粉……即是一碗好吃又營養的”麵茶”。





附件四

「祖父母的飲食經驗」小組統計表

_____年 _____班 第 _____組

祖父母飲食 經驗 組員姓名	幼時常吃的食物	幼時最喜歡的零食	最懷念的飲食

統計結果：我們這組祖父母～

1. 「幼時常吃的食物」前三名依序是：

- (1) _____
- (2) _____
- (3) _____

2. 「幼時最喜歡的零食」前三名依序是：

- (1) _____
- (2) _____
- (3) _____

3. 「最懷念的飲食」前三名依序是：

- (1) _____
- (2) _____
- (3) _____

附件五

臺灣飲食文化特色

包括食補佐藥材、醃醬菜入菜增味、多元歲令節俗飲食、豐富地方特產與小吃、移民與殖民多元文化交融等(卓文倩、劉佩怡、王萬，2005；臺灣飲食文化資料庫，2006)。

(1) 醫食同源—食補佐藥材

臺灣和大陸南方一樣，飲食非常講究食補，注重健康飲食文化，例如在立冬日進補，即所謂「補冬」或「養冬」。在一般民間薑母鴨、麻油雞、藥燉排骨、四神湯都是常見的食補。

(2) 節儉惜福—醃醬菜入菜增味

臺灣舊時的飲食因拓台初期生活不便、物質較缺乏，因而顯得特別節儉，有「惜福節儉」的風氣。當食物盛產時，多會利用醬醃方式，或是完全用鹽以保存較長久的時間。而利用這些醃醬菜加入菜餚中，風味獨特也成為臺灣的特色飲食之一，例如：酸菜肚片湯、蔞豉蚵、菜脯蛋、樹子蒸魚、梨苦瓜雞等。

(3) 多元歲令節俗飲食

臺灣四時的節慶食俗遠比其他國家，尤其是歐美國家來得繁複多元，也是臺灣飲食的一大特色。農民按照一年二十四節令播種、收割，因此每一個節氣，民間都有不同的節慶食品。例如：冬至吃湯圓；清明節吃潤餅；客家人在各種節慶都會食用粿等。

(4) 豐富地方特產與小吃

臺灣的小吃也是一大特色，從南到北，各地都有各地的特色，也都各有特產小吃，許多小吃更是兼具「吃飽」、「吃巧」、「美味」的特色，使得臺灣小吃成為中外人士樂於品嚐的美食。例如：宜蘭的酥炸糕渣、鹿港的蚵仔煎、台南的棺材板、新竹的貢丸等。

另外，臺灣四周環海，海鮮特產豐富，海味也成為一大特色，例如：紅蟳米糕也成為許多臺菜餐廳的特色菜。

(5) 移民與殖民多元文化交融

近四百年來，臺灣受到荷蘭、西班牙、日本人統治，對臺灣的飲食文化造成了一定程度的影響。例如：荷蘭人從印尼爪哇帶來了豌豆(荷蘭豆)、芒果，荷蘭人也帶來了九層塔，九層塔的使用也成了臺灣許多特色菜餚不可或缺的重要內容，像是三杯雞，以及客家菜的塔香茄子等。

另外，清朝時期移民來臺的移民則多以閩南人和廣東的客家人為主，也影響了臺灣的飲食帶有閩粵菜強調食物的鮮甜的特色，例如許多臺菜餐廳常見的白斬雞。而後來1945年國民黨政權敗退來臺，來自大陸各省份的人，也帶來了中國大陸各地區的烹調技術與菜色。





附件六

「味覺的記憶」教學簡報



你知道嗎？

味覺的記憶，
會代代相傳



料理鼠王

家庭的傳承，
富含長輩智慧與情感的延續

簡嬪的飲食回憶



每一個異鄉遊子，都會有一道有鄉愁的家鄉菜。

西滷菜招示著簡嬪的出生與鄉愁，「西滷菜是我媽媽的拿手菜」。

簡嬪自15歲離開宜蘭，在台北已待超過30年的時間，然而每每吃到西滷菜，就會想起家鄉與母親。

郭台銘的飲食回憶

台灣首富郭台銘心中的美食。

郭台銘曾向媒體闡述：他最快樂滿足的事就是媽媽親自煮麵給他吃。



李富城的飲食回憶

成長中跟著母親，李富城傳承了母親的好手藝。

母親年老後，李富城總會照著媽媽的配方，做出各種麵食，讓兄弟姊妹們能重溫媽媽的味道。



客家名人的飲食記憶

每道菜(美濃客家菜)都很好吃，那是我走遍世界各地沒吃過的味道……難道這是血液中的客家因子在作怪嗎？

～林昭亮 世界知名小提琴家～(梅乾扣肉)

我們家四大節慶一定都會吃湯圓，元宵一定吃大湯圓。每一次做湯圓時，一定全家人聚在一起包。一口咬開大湯圓，那種熱騰騰的感覺，第一口咬下去時，餡汁流出來的那種快感，到現在我都還記憶鮮明。

～謝宇威 客家創作歌手～

「味覺的記憶」教學簡報

客家名人的飲食記憶

郎姑最愛郎媽自己發明、充滿家常味的客家菜--烤豬肝，味道極香，連平常不喜歡吃內臟的郎姑都讚不絕口。

~郎祖筠 知名演員~

黃武山對戲偶綿密黏膩的情感，就如同最愛食物，糍粑。我最愛阿婆的做的糍粑，每次家有喜事或有客人來訪，阿婆就會早早起床，先將糯米蒸熟，之後和叔叔伯伯們輪流用石臼打糯米。

~黃武山 布袋戲演員~

尋找你的祖孫飲食記憶

祖孫飲食記憶

- a. 想想與祖父母有共同回憶的食物？
(曾一起製作或是共同喜好或是阿公阿嬤的拿手菜?)
- b. 這些食物背後有那些故事或意義？

祖孫或家族共同的味覺記憶

可以世代傳承，
連結家族情感的傳家美味。



「我的傳家菜」簡報



我要為你做飯
 作詞：黃子佼 作曲：BOSS 編曲：BOSS

戀愛到了關卡 要來點新鮮的
 發自內心 是真心對待 是真實表態 光說不夠我還要表現出來
 好！我想想 製造感動 而且 又不能太煽情做作
 喔 自然 真的好難 可是我愛 所以我還是要對你表白
 今天下午 我翻開媽媽的食譜 美食好多 色香味樣樣都有
 記得那天 看著你癡癡站路邊 為了一碗有名的蚵仔麵線
 我的寶貝 現在起 我要你的胃 說真的 交給我吧 別懷疑
 從今以後 好賢慧 讓你吃美味 苦辣酸甜
 我要為你做做飯 我要為你洗洗碗 然後滴一滴汗 滴在愛的湯
 我要為你做做飯 我要為你洗洗碗 然後滿懷期望 看你都吃完
 我想 要煮一碗湯 可是我家的鍋子很差
 打開電視購物頻道 挑最神奇的要老爸付賬
 然後 買菜 那裡最便宜 最乾淨
 去問老媽 又怕挨罵 以前怎麼不幫忙
 來 先 練習打個蛋 一邊計劃怎樣調配
 好吃不油膩又意猶未盡 簡單大方又營養 100分
 我的用心要不露痕跡 但要討你歡欣 不怕天氣 真的好熱
 買的菜貴又重 要你大飽口福 如果難吃請你假裝滿足

作業要求

1.味覺記憶：請說說關於這道菜的故事

- 為何選擇這道菜餚？
- 這道菜對你或你家的意義？
- 這道菜是否在特別的家庭儀式或節令出現？
- 第一次吃到此菜餚是在什麼時候？何種情境，由誰烹調？
- 你拜誰為師學這道菜？

作業要求

2.傳家秘方：

這道菜需要的食材：
 這道菜的做法：

作業要求

3.美食軌跡：

附上至少六張照片
 (含：食材、前處理、烹調過程、收拾、成品、品嚐，最好能與師傅一起合照留下傳承見證)

作業要求

4.內功心法：

- (1)師傅教誨（請訪問你的師傅，請他評論你的傳家菜傳承功力……）
- (2)個人心得：
 - 1.完成「我的傳家菜」最大的收穫是：
 - 2.祖父母(或家族長輩)傳授「我的傳家菜」時，我感受到他們的心情是：
 - 3.除了烹飪的技藝之外，祖父母(或家族長輩)還希望我傳承的「傳家智慧」？
 - 4.做完「我的傳家菜」，我想對阿公、阿嬤說的一句話：





附件九

家政老師的一封信

貴家長您好！

在祖孫關係的研究中，我們發現中間世代的父母親，若能擔任良好的中介角色，提供祖孫互動的機會，對於祖孫關係有良好的幫助，且祖父母和孩子之間的情感連結與流動，不僅能增進家庭情感，相互為伴更能成為彼此良師益友。另外在祖孫關係的活化下，家族智慧的傳承綿延，更是文化中的寶物。

在張瑞玲/蘇晨瑜《食飽 - 22 位客家名人的飲食記憶》、知名氣象專家李富城《追風 - 氣象神算李富城》、簡嬪《吃朋友》的書中都說起了飲食和過往的故事。這些透過傳承自長輩或兒時的家鄉菜，往日生活彷彿歷歷在目，這些菜餚動人的不只是美味，而是最珍貴的傳家情。

飲食所蘊涵的，不只是食物，更是尋常百姓家最樸實真切的生活文化展現…記憶是食物的最佳調味。京劇名角朱陸豪說：「小時候喜歡吃的東西，味道會存在腦裡，讓人不斷想去尋找。」

張瑞玲/蘇晨瑜—

西滷菜昭示著簡嬪的出生和鄉愁，「每一個人都會有一道有鄉愁的家鄉菜。」「西滷菜就是雜菜，是我媽媽的拿手菜。」

簡嬪—

味覺，是記憶的延伸。味覺的記憶，會代代相傳。

家庭的傳承，富含長輩智慧與情感的延續。

在您的家族中，是否有最喜愛的拿手菜？或家鄉特色菜餚？趁著假期，請您協助孩子向祖父母或家族長輩學習一至兩道菜，創造彼此難忘的回憶，也將傳家秘方之食材與做法傳承下去，讓它成為你家族未來珍貴的傳家菜。

除了學習傳家菜，相信您的孩子更好奇這道菜的來由也需要您與孩子，分享關於這道菜的相關背景故事，例如這道菜對自己及家(族)的意義？這道菜是否在特別的家庭儀式或節令出現？第一次吃到此道菜是在什麼時候？在何種情境下，由誰進行烹調？…透過您與孩子的分享，但願孩子感受到的，不僅是菜餚的美味，更包含家族文化的傳承。

誠摯邀請您與孩子一同分享或共創家族的傳家情，讓孩子從中學習感恩、珍惜，並能加以傳承。

敬祝

健康快樂



附件十-1

「我的傳家菜」參考範例—古早味碗粿

我的傳家菜—
古早味碗粿

味覺的記憶

製作的理由是因為這是每年大家團圓時必吃的料理，而且自己小時候有一段時間由外婆照顧，也很懷念這樣的味道，希望自己學會這道料理，流傳下去，也能幫忙現在身體較虛弱的外公外婆，更可以聯繫目前不常見面的親戚們間的感情

助手：四表姊 三表哥
指導：媽媽 舅媽 外婆

食材(20份)

- 在來米10杯
- 魷魚乾 適量
- 豬肉半斤
- 油蔥 適量
- 油2大匙
- 胡椒粉 適量
- 醬油1大匙
- 香菇4兩
- 醃蘿蔔乾6兩
- 蝦米 適量
- 紅蔥頭8顆
- 鹽 適量
- 小顆辣椒2個
- 水30杯

前處理

- 魷魚、香菇、蘿蔔乾洗淨
- 在來米洗淨泡水



- 香菇、醃蘿蔔乾、豬肉切末備用
- 魷魚乾利用剪刀剪成小段備用



- 香菇、魷魚乾、蘿蔔乾、豬肉、蝦米



- 在來米加30杯水放入機器磨成米漿備用





「我的傳家菜」參考範例—古早味碗粿

- 米漿加入鹽及胡椒粉並加水攪拌，以免沉澱及結塊，造成不均勻的現象



烹調

- 米漿的處理：米漿先用小火加熱並攪拌，避免底部結塊，有點成糊狀時熄火，持續攪拌均勻，再來裝進碗中(目前的糊狀物尚未熟)



- 注意：裝入碗時不要太滿，大約8分滿即可，因為蒸過之後會膨脹



- 小技巧：裝入碗後搖晃一下，使米漿的表面平整

- 炒料：先加入紅蔥頭、油蔥、蘿蔔乾、魷魚炒香，再加入豬肉、香菇拌炒，然後加入醬油、辣椒、油蔥炒均勻



- 將炒好的料放置於碗粿上，連碗一起放入蒸籠中蒸30分鐘



- 小技巧：可以用筷子插入碗粿中，若取出時有米漿黏在筷子上，表示還要繼續蒸



「我的傳家菜」參考範例—古早味碗粿

成品



收拾

- 照片忘了照，太多要忙了
- 基本上最難清理的是裝過米漿的鍋子及碗，先泡過水再用刷子會比較好刷，有殘留物的話，下次加熱米漿時，下面會結塊，造成燒焦或不均勻，會變得很稠很難攪拌

評語與建議

- 外婆：自己孫子做的，感覺特別好吃
- 舅媽：表面有點不平，可能是太慢放進碗中，米漿太稠了
- 二表姊：魷魚可以加多一點，我喜歡吃它的口感
- 三表哥：好吃呀
- 大表哥：嫌不夠味的可以加點辣味醬油膏

心得

- 我很早就想做這道料理了，而且蘿蔔糕的作法和這個差不多，只是多加了蘿蔔絲和米漿攪拌而已，我覺得做這道料理是件愉快的事，因為是做給一家十幾個人吃的，大家也能在過程中合作，以後也能保存這令人懷念的美味
- 我個人認為這次的製作和外婆的味道差不多，可是米漿的濃稠程度我還抓不準，這是經驗，下次還要再做這道料理，非常感謝幫忙的表哥，因為20人份的量很多，攪拌米漿的動作很吃力，也體會到外婆的辛苦





附件十-2

「我的傳家菜」參考範例—高麗菜封

我的傳家菜-高麗菜封

我的味覺記憶

- 選擇高麗菜封當傳家菜，是因為它真的是美濃的客家人不可或缺的美食，又因為爸爸是美濃人，做人可不能忘本。而且對我來說，「高麗菜封」可說是和爺爺、奶奶團聚的象徵。他們住的遠，一年之內能相見的次數不多，所以每次回去美濃吃到奶奶做的高麗菜封，便代表我們又團聚了一次，也都令我口齒留香好一陣子。還記得第一次吃這道菜是在某年除夕（小時候的事了），奶奶做年夜飯時做了這道菜。因為我和妹妹很喜歡吃，從此之後每次回去都有香噴噴的高麗菜封可以吃了。所以這次的作業，我請奶奶當我的師父，創造屬於我自己的「味覺記憶」！

「高麗菜封」是什麼？

- 高麗菜封是美濃道地的客家美食，「封」的意義為焗，用高麗菜加上香菇，用大火焗出一道充滿香味的客家菜。
- 傳統客家料理，講究的就是鹹、肥、香，口味較重、較油膩，其實是因為客家人節儉的緣故。鹹才下飯，油也是為了要補充勞動的體力。以高麗菜做成的「菜封」，其實就是燉菜或滷菜的意思。將高麗菜或冬瓜放在滷鍋裡燉煮，燉得爛爛的即可。十分簡單，是很質樸的家常菜。但它和其他客家料理不同的地方在於它不油膩，是很特別的地方。

食材（素食）

- 冬瓜數片 去籽並切成四分之一大小
- 高麗菜數顆 每顆切成四分之一大小
- 甘蔗一根 切段
- 豆輪數個及香菇數朵
- 醬油適量、鹽及冰糖少許

使用工具

- 灶及木柴
- 大鍋子



步驟一

- 將材料洗淨，依序放入大鍋中：甘蔗墊底、冬瓜置中、高麗菜放上層，最後灑上豆輪及香菇在最上層

「我的傳家菜」參考範例—高麗菜封

擺放順序如圖



步驟二

- 淋上醬油
（不需太多 將菜上色即可）
- 不足的味道再放入鹽及冰糖調整

步驟三

- 悶煮1~2小時，
到所有材料熟
透、綿密（如冬
瓜），即可上
桌！！



成品



我的師父-奶奶 與我和成品的合照



心得

- 從處理食材到做出成品都一手包辦，真的令人很有成就感。讓我知道原來很簡單的程序，很簡單的食材，也能做出很不簡單的料理！「高麗菜封」算是在客家料理中吃過少數不油膩的菜色，再加上用木柴、用灶燒出來的菜，吃起來的感覺就是跟瓦斯爐煮出來的菜不一樣，多了那麼一股特別的香氣。現在的小孩子看過真正爐灶的應該不多了，更何況是下一代？所以我這次學會了這道菜，以後便可以將這份口齒留香的感動一直傳下去，讓以後的小孩也能知道何謂真正的「客家傳統美食」！





附件十-2

「我的傳家菜」參考範例—高麗菜封

師父的心得(原為客家語，此為翻譯過的版本)

- 在高麗菜封裡加甘蔗，是美濃特別的作法，這樣不但可以保留高麗菜的甜味，又不用加味精，對身體好，比較天然。很高興有人可以將高麗菜封傳承下去，而且明仁煮的菜很好吃，很有美濃的味道呢！



品嚐者心得

- 媽媽：味道甘甜、口感綿密，清爽不油膩，吃起來很舒服，不會對腸胃造成負擔，很有客家人樸實的風味
- 爸爸：入口即化，口味獨特，甘甜爽口，又能保持菜的原味



附件十一

「我的傳家菜」學習單

_____年_____班 座號 _____ 姓名 _____

※味覺記憶：請說說關於這道菜的故事。

(為何選擇這道菜餚？這道菜對你或你家的意義？這道菜是否在特別的家庭儀式或節令出現？第一次吃到此菜餚是在什麼時候？何種情境，由誰烹調？你拜誰為師學這道菜？)

※傳家秘方：食材與做法

※美食軌跡：附上至少六張照片

(含：食材、前處理、烹調過程、收拾、成品、品嚐)

※內功心法：

一、師傅教誨（請訪問你的師傅，請他評論你的傳家菜傳承功力……）

二、個人心得：

1. 完成「我的傳家菜」最大的收穫是：

2. 祖父母(或家族長輩)傳授「我的傳家菜」時，我感受到他們的心情是：

3. 除了烹飪的技藝之外，祖父母(或家族長輩)還希望我傳承的「傳家智慧」？

4. 做完「我的傳家菜」，我想對阿公、阿嬤說的一句話：





附件十二

「傳家味覺共分享」回饋單

_____年_____班 座號 _____ 姓名 _____

※請從報告同學中選出下列獎項：

報告者：					
傳家菜一					
最佳烹飪技術獎					
最佳祖孫互動獎					
最佳味覺傳承達人					

※同學的分享，讓我印象最深刻的是：
因為…

※同學的分享，最令我感動的是：
因為…

※『味覺的傳承～傳家菜』整個課程活動，我的心得與收獲是：



我·的·筆·記





國中組佳作

一、方案主題：家人共學—祖孫樂悠遊

二、作者：王琇惠（台北市天母國民中學）
陳珊怡（台北市天母國民中學）
陳珈蓉（台北市天母國民中學）

三、實施對象：七至九年級

四、主要概念及設計理念：

- (一) 聯合國對於老化的定義是老年人口超過總人口的7%。在2006年，我國65歲以上的人口已佔全國人口的9.9%。面對老人快速增加的社會現象，青少年們是否已做好與老人相處的準備？對青少年而言，與老人相處最佳的場域就是家庭，和祖父母間的互動是青少年學習與老人相處的學習管道。所以如果透過學校家庭教育課程，提供青少年學習與探索祖孫關係的機會，相信除了有助於關係的建立外，青少年也可以從祖父母身上學到寶貴的人生經驗。
- (二) 人口結構的改變，三代或四代同享的家庭隨之而成為可能，人們體驗各種角色的機會也隨之增加。因此，祖父母在孫子女的成长中增加其重要性。在講求孝道與順從的東方價值觀念下，長久以來祖父母被視為是有智慧的長者，他們長年來的經驗足以給家人中的每一份子觀摩學習。所以透過家庭或祖孫的互動對祖父母的健康及快樂是有益的；反之，父母與小孩花多一點時間與他們較熟的人相處，也是受益良多的。
- (三) 現在面臨的是一個知識爆炸、快速變化的社會，邁向終身學習是社會發展的趨勢，要成為一個懂得終身學習的人，就要從小培養起。家庭是我們開始接觸學習的場域，所以扮演著很重要的角色。近幾年，強調建立學習型家庭的型態，並積極推動家庭共學，究竟什麼是學習型家庭呢？其實，它包含幾個重要的內涵：
1. 家庭成員每個人都在學習，在學習的過程中能彼此交換學習的心得；
 2. 願意與家人溝通和表達自己的看法，分享自己的經驗和意見；
 3. 在學習的過程中能增進家人間的感情，建立和諧的家人關係；
 4. 每位家庭成員能將個人對人生的目標與願景整合，從而建立家庭共同的發展目標；
 5. 家人間的關係密切，面對困境與問題時能相互支持幫助、相互承諾，讓家庭能擁有適應社會變遷的能力。

而家庭共學是建立學習型家庭的方式之一，藉由家人間的聚會，針對某一主題一起展開學習活動。所以，家庭共學著重的是在家庭中氣氛的經營及家人之間關係的維繫。根據這樣的概念，本方案設計便依據家庭共學的概念讓祖父母與孫子女可

以透過生活經驗的分享增進彼此的互動，不僅可以滿足心理與情感的需求外，也可以瞭解不同世代的生活方式、社會脈絡、價值觀。

(四)有許多關於老人的迷思，助長了對老人的刻板及負面的印象，如：老人身體不好；老人活動力弱；老人是無趣的；老人腦筋不清楚；老人學習力差、記憶力不好…等。事實上老人不僅是解決問題的高手，而且適應力很強，所以老化雖然會帶來生活上的不便但是對於各項事物的學習只要能藉由適當的輔具或指導，他們也是可以學習的。所以在本方案設計中，透過引導學生對老化持有正確的認知，並給予祖父母情感與情緒上的支持，將有助於老人的生活適應，尋求正向的發展潛力。

(五)本方案的整體設計理念與流程規劃：

1. 方案的整體設計理念是起源於現在的家庭結構大部分為小家庭，所以與祖父母同住或互動的頻率和以前的社會相較之下似乎減少許多，所以透過機會讓祖父母與孫子女接觸，可以引導學生體認祖父母不是刻板化印象中年紀大、活動力退化的老人，而是生命經驗豐富的長者。當互動產生共鳴、連結後，再透過活動讓兩個世代的人可以分享並引導對方學習到不同的智慧與生活能力，不僅在智慧上有所增長，在情感上也得到關懷與支持。

2、本方案的實施對象為國中學生，實施的時間建議：

- (1) 可利用自習課、班會課、彈性時間進行；
- (2) 規劃成主題課程，運用綜合活動領域時間進行。

3、教學流程的規劃：

- (1) 透過兩個世代(G1和G3)生命的交織，拉近彼此的關係，並藉由祖父母生命的經驗開啓學生對於個人生命與家庭生命週期如何安排、調整與解決問題的探究與瞭解。從此引導出祖孫共學的重要性。
- (2) 隨著社會與科技的進步，的確帶來生活上的便利，但相對地對於環境與健康可能會帶來傷害。祖父母的時代有著許多不為人所知的智慧與生活小撇步，透過向祖父母挖寶可以增進生活經營的能力，也可以提升祖父母的自我價值。
- (3) 網路資訊的發達、3C家電的使用都帶來生活上的便利，但是對於習慣用電鍋、電話的祖父母來說，如何適應這快速變化的生活型態。本方案希望透過學生的創意提升阿公阿嬤的生活適應能力，透過共學的方式讓他們生活得更自在、更便利。

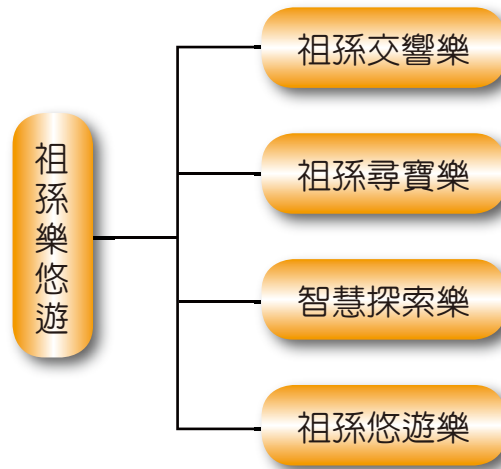
4. 方案的特色：

- (1) 課程單元循序漸進，並且單元名稱、活動設計有創意。
- (2) 善用體驗活動、活動設計、實際操作、媒材與繪本等教學技巧，提升學生的學習意願。
- (3) 融入家庭生命週期的概念，讓學生透過祖父母的經驗分享了解並思考自己將來隨著不同的階段需要做好哪些準備。





五、方案架構：



方案流程	實施時間	課程內容說明
單元一 祖孫交響樂	90分鐘 (二節)	1. 從祖輩與孫輩生命的歷程與內涵(重要事件)，引導學生瞭解並省思自己與祖父母間的關聯。 2. 增進學生對老化概念的認識，並學習尊重關懷祖父母及老人。 3. 從祖輩的生命量尺(事件)中發掘值得學習的元素做為孫輩未來生涯規劃的參考。
單元二 祖孫尋寶樂	45分鐘 (一節)	1. 藉由「爺爺一定有辦法」繪本認識認識阿公、阿嬤重要性。 2. 體會與瞭解祖父母輩在家庭中的重要與寶貴，並提升學生向祖父母輩學習的動機與行動。
單元三 智慧探索樂	45分鐘 (一節)	1. 透過行動實際向祖父母學習生活中的智慧並分享學習的成果。 2. 省思並分享與祖父母輩學習及互動的心得。
單元四 祖孫悠遊樂	90分鐘 (二節)	1. 藉由活動增進學生對老化概念的認識，並應用在規畫與祖父母共學活動上。 2. 透過學生的創意設計教導祖父母善用科技產品，提升他們的生活能力。 3. 實際執行與祖父母的共學計畫，分享自己的心得與祖父母的學習回饋。

六、活動設計：

(一) 單元一、「祖孫交響樂稱」

1. 單元基本概念：家庭結構與居住型態的改變，會影響到代間的互動頻率、品質。本活動希望透過學生與祖父母的互動，增進對他們的認識，並了解「家有一老如有一寶」，在他們的身上都有許多智慧與生活的寶藏等著我們去挖掘。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 透過訪問祖輩的生命經驗增加祖孫互動機會並增進對他們的認識。
- b. 增進學生對老化概念的認識，並尊重關懷祖父母及老人。
- c. 透過自己與祖輩生命量尺的對照去思考對自己未來生涯的規劃。

(2) 活動人數：20-30人

(3) 活動時間：90分鐘

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	一、暖身活動—家人印象館： 1. 教師提問： a. 是否有與阿公阿嬤住在一起或相處的經驗？ b. 請同學在學習單上寫下對阿公阿嬤的兩個特徵。 * 如果從未與祖父母有接觸過的學生，可以引導他們從生活中曾接觸過的老人思考。 2. 從學生的回答中去歸納出大家對老年人的印象，並且引導學生思考祖父母(或老年人)和我們的生活有什麼關聯。	附件一 「祖孫交響樂」學習單
30分鐘	二、發展活動： 1. 教師播放「精采過一生」繪本簡報檔。 2. 教師發問：從繪本中觀察到什麼？生活中是否有類似的經驗或感受？人的一生會經歷過哪些事呢？ 3. 邀請學生回答。 4. 教師小結：每個人都會經歷不同的階段，不同的生活事件，但是總有一天都會老去，我們要如何規畫面對自己的一生呢？讓我們一起透過自己的生命事件和祖父母的生命事件找看看有什麼相同或特別的經驗。 5. 教師請同學在學習單的生命量尺上寫出生命中印象深刻或對自己有深切影響的事件或經驗。 6. 請學生在課堂上完成自己的生命量尺，並邀請幾位同學分享。	附件二 精彩過一生.ppt 單槍投影機、電腦學習單
5分鐘 課後時間 完成	三、綜合活動 1. 教師結語：同學在這個階段中經歷的事件只是人生中的一小階段，而我們的祖父母走過人生更多的階段與歷程，相信透過他們的經歷可以讓我們對他們更加認識，也可以有所學習。 2. 教師請同學回家後找個時間和祖父母聊一聊，並且將他們的事件畫在祖父母的生命量尺上，下節課帶到課堂上與大家分享。	





	<p>3.教師提醒訪問的過程可以朝幾個方向去詢問：</p> <p>(1) 生命中重要事件或重大的決定的發生？(升學、戀愛、結婚、職業選擇…等)。</p> <p>(2) 人生的轉折點？(生病、失去親人…)</p> <p>(3) 發現自己出現老化現象的年紀與心情等。</p> <p>—第一節結束—</p>	
5分鐘	<p>一、暖身活動—「記者初體驗」</p> <p>1.請學生將學習單拿出來。</p> <p>2.教師提問：回家訪問阿公阿嬤的過程有什麼感想或收穫？</p> <p>3.邀請同學分享。</p> <p>4.教師引導學生思考多和祖父母輩互動不僅可以陪伴、關懷他們也可以藉由與他們的互動增進彼此的了解。</p>	<p>附件一 「祖孫交響樂」學習單-完成祖父母的生命量尺</p>
30分鐘	<p>二、發展活動—「生命事件全多錄」</p> <p>1.請同學將自己與祖父母的生命量尺拿出來。</p> <p>2.請同學分享在訪問過程中收集到的資訊，教師可以參考家庭生命週期的階段將學生分享的內容整理在其中。</p> <p>3.教師提問：從你自己和祖父母的生命量尺互相比較下，你發現什麼？有什麼新的想法或啟發？</p> <p>4.邀請同學分享。</p> <p>5.教師引導學生去了解每個家庭就如同上一節課所看的繪本「精彩過一生」，都有其生命週期，如何在每一個階段中因應發展做出適當的改變，在自我統整或家庭經營上都會有較好的適應，而阿公阿嬤就是一本活字典，可以提供我們人生方向的指引。</p>	<p>附件一 「祖孫交響樂」學習單-生命「心」發現</p>
10分鐘	<p>三、綜合活動—「智慧的長者」</p> <p>1.教師播放塔莎老奶奶簡報檔。</p> <p>2.教師請學生回顧上節課大家對祖父母的印象，雖然他們老了、行動緩慢，但是就如同簡報中所看到的，他們其實是有智慧的、懂得如何生活、應用方法去解決問題。就如同諺語常說的:「家有一老，如有一寶」，所以透過與祖父母的相處與共學，不僅可以照顧到他們希望與人互動的心理需求，也可以從他們的言談中學習到古早人的智慧。</p> <p>3.教師預告下一節課就要帶著大家一探祖父母的智慧寶藏。</p> <p>—第二節結束—</p>	<p>附件三 塔莎老奶奶.ppt 單槍投影機、電腦</p>

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	1-4-1	體驗生命的起源與發展過程，並分享個人的經驗與感受。
	2-4-6	有效蒐集、分析各項資源，加以整合並充分運用。
家政教育	4-4-6	運用學習型家庭概念於日常生活中。
生涯發展教育	3-3-5	發展規劃生涯的能力。

(二) 單元二、「祖孫尋寶樂」

1. 單元基本概念：時代快速變遷，台灣由農業社會進入了商業社會，科技的進步讓生活變得便利、極富變化與多采多姿。在這快速變化中，許多的生活智慧被悄悄淡忘。也因如此，長者的生活智慧更是重要。所謂「家有一老，如有一寶；家有三老，不再煩惱」！希望藉由「爺爺一定有辦法」的繪本討論，讓各位學生可以更了解阿公阿嬤的寶貴與可愛，進而激發向祖父母輩學習的意願。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 藉由台灣俗語發現自己家庭的珍寶-家中長者。
- 從「爺爺一定有辦法」繪本，肯定祖輩結晶智慧的重要性。
- 激發學生向祖輩學習的意願與行動。

(2) 活動人數：20-30人

(3) 活動時間：45分鐘（1節）

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	<p>一、暖身活動：「諺語排排樂」</p> <p>1. 準備字卡「若愛學問好 必得問三老」6組與「家有一老如有一寶」三組，請小隊排出完整的句子。</p> <p>2. 教師提問：「若愛學問好 必得問三老」，猜猜看其中三老指的是哪三老？(學生舉手回答)</p> <p>* 參考答案：「老」年人、「老」實人、有「老」經驗的人。</p> <p>3. 教師提問：「家有一老 如有一寶」，猜猜看其中一老可能指的是誰？(學生舉手回答)</p> <p>* 參考答案：廣義指長者，狹義指家中的長輩。</p>	<p>字卡各三組、小隊加分表</p> <p>附件四</p> <p>「祖孫尋寶樂」學習單</p>





25分鐘	<p>二、發展活動：「長者的智慧」</p> <p>1.教師說明：俗語說「家有一老，如有一寶」，現在我們一起看一個小故事，並回答學習單上的問題。</p> <p>(1) 故事中的爺爺變出了哪些好辦法？</p> <p>*參考答案：布→毯子→外套→背心→領帶→鈕扣</p> <p>(2) 故事中的爺爺是一個什麼樣的人？</p> <p>(3) 生活中誰跟故事「爺爺」很像？為什麼？</p> <p>2.分組討論：</p> <p>(1) 故事中的小男孩禮物破損就找爺爺幫忙，你覺得爺爺會有什麼感覺呢？</p> <p>(2) 小男孩從爺爺那裡學到了什麼？感受到了什麼？</p> <p>(3) 你覺得爺爺在這個家中所扮演的角色是？</p> <p>(4) 爺爺在這個家庭中的重要性為何？為什麼？</p> <p>3.回到全班，請自願的同學分享討論結果。</p> <p>4.老師作結：「家有一老，如有一寶；家有三老，不再煩惱」時代的替換，台灣由農業社會進入了商業社會，科技的進步、生活也日益豐富讓各方面都變的很方便。但有些智慧是無法被科技取代的，那就長者的智慧，希望藉由剛剛的討論，讓各位同學可以更了解阿公阿嬤的寶貴與可愛。</p>	<p>附件五 爺爺一定有辦法 ppt 附件四 「祖孫尋寶樂」學習單 小隊加分表</p>
10分鐘	<p>三、綜合活動</p> <p>1.教師發下「智慧探索樂」學習單，並說明學習單：</p> <p>(1) 過去的農業社會中，生活資源有限，我們的阿公阿嬤用盡各種方式來珍惜身邊的資源，如：洗米水收集起來澆花，柚子皮曬乾當蚊香驅蟲…等，這種愛物惜物的生活智慧以及對大自然的疼惜心，都是值得我們去學習的！請同學向家中的阿公阿嬤學1~2種生活智慧，並記錄在學習單上。</p> <p>(2) 訪問對象以自己家中的祖父母或外公外婆為主，如果沒有祖父母的同學可以選擇的對象順序為a.家中同住的長輩；b.社區中的長輩；c.小組同儕的長輩。</p> <p>(3) 訪問前要準備可以參考學習單上「準備九宮格」。</p> <p>(4) 學習的智慧寶藏可以是生活應用，如：食物的儲存方式；或是生活的智慧，如天氣變化觀察…等。請向阿公、阿嬤學習並記錄在「學習摘要」中。</p> <p>(5) 下次課堂分享時間4~5分鐘，呈現方式以操作示範為優主，但要事前準備好示範材料或工具。如不宜實際示範，請在家先自行操作後並拍照，以供課堂上分享說明。</p> <p>2.請同學依照上述說明，回家後向祖父母或長輩學習後完成學習單，在下一堂課進行時與同學分享。</p>	<p>附件六 「智慧探索樂」學習單。</p>

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	1-4-2	透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。
	2-4-7	充分蒐集運用或開發各項資源，做出判斷與決定。
家政教育	3-4-5	瞭解有效的資源管理，並應用在生活中。

(三) 單元三、「智慧探索樂」

1. 單元基本概念：透過跟家中阿公、阿嬤的學習活動，增進自己生活智慧，也學習長輩愛物惜物的行為。並促進學生與家中長者的情感貼近，進而引起祖孫共學的行動。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 透過「智慧探索樂」的活動，學習長輩愛物惜物的行為。
- 促進學生與家中長者的互動與情感貼近。
- 促進學生祖孫共學的行動。

(2) 活動人數：20-30人

(3) 活動時間：45分鐘（1節）

(4) 活動流程：

活動流程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	一、暖身活動：「阿嬤ㄟ撇步」 1. 教師提問：各位同學，老師手上的橘子除了吃之外，你覺得還可以用來做什麼？邀請學生回答。 2. 教師說明：古代有油漆，現代有立可白，我們常常會不小心將立可白沾到桌上，小時候我的阿嬤就教我用橘子的外皮，將立可白擦掉。 3. 教師示範：先捏橘子皮讓汁液噴在沾到立可白的塑膠墊上，再用橘子皮揉擦就可以去除塑膠墊的立可白。	橘子數顆、塑膠墊、立可白
30分鐘	二、發展活動：「生活智慧王」 1. 邀請班上同學分享並示範向阿、公阿嬤學習的智慧。 2. 分享後請同學將今天學到的生活小智慧或小妙方，記錄在學習單上的「智慧智慧王」。 * 替代方案：如分享人數過少時，教師可以補充分享 (1) 白色杯子的茶垢→使用抹布沾鹽擦拭即可去除。 (2) 透明玻璃去污→一杯白醋加入一杯水，噴污在玻璃上，擦乾即可。 (3) 金屬餐具的油垢或水垢→用沾有白醋的餐巾紙擦拭	加分表 附件六 「智慧探索樂」學習單 替代方案所需器材有茶垢的杯子、鹽、白醋、乾抹布、金屬餐具、





	<p>(4) 沾到墨汁的衣服→先用飯粒於污漬處搓揉，再用正常洗衣程序洗淨。</p> <p>(5) 沾到茶的衣服→用棉花棒沾檸檬汁於污漬處擦拭。</p> <p>(6) 拉鍊卡住或不易拉動時→先拿蠟燭塗上蠟，再以乾布擦拭，就能輕鬆拉動。</p>	餐巾紙、墨汁、白飯、茶葉水、白布數條、檸檬汁、拉鍊、蠟燭。
5分鐘	<p>三、綜合活動：</p> <p>1.教師提問：經過這次的學習體驗，你覺得：</p> <p>(1) 阿公、阿嬤智慧最可貴的是什麼？</p> <p>(2) 在學習的過程中，我最大的收穫是？</p> <p>2.教師結語：</p> <p>(1) 透過這次的學習，我們可以發現：阿公、阿嬤對任何東西總是物盡其用，不輕易浪費，這種愛物惜物的精神，也是我們該學習的。所謂「家有一老，如有一寶；家有三老，不再煩惱」家庭中阿公、阿嬤猶如一雙溫暖的雙手在呵護整個家庭，所以身為晚輩的我們除了知福、惜福外，並且要學習感恩與回饋。</p> <p>(2) 隨著年紀的增長與時代的進步，阿公阿嬤的生活受到不少衝擊，如何協助他們因應快速變化的生活，下一堂課我們一起來進行討論。</p>	加分表

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	3-4-5	綜合分享在多元社會中生活所應具備的能力。
家政教育	3-4-5	瞭解有效的資源管理，並應用在生活中。
	4-4-6	運用學習型家庭概念於日常生活中。
環境教育	1-4-1	覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。

(四) 單元四：祖孫悠遊樂

1. 單元基本概念：網路資訊的發達、3C家電的使用都帶來生活上的便利，但是對於習慣用電鍋、電話的祖父母來說，如何適應這快速變化的生活型態。單元活動希望透過學生的創意提升阿公阿嬤的生活適應能力，透過共學的方式讓他們生活得更自在、更便利，並且建立祖孫共樂的良好經驗。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 藉由活動增進學生對老化概念的認識，並應用在規畫與祖父母共學活動上。
- 透過學生的創意設計教導祖父母善用科技產品，提升他們的生活能力。
- 實際執行與祖父母的共學計畫，分享自己的心得與祖父母的學習回饋。

(2) 活動人數：20-30人

(3) 活動時間：90分鐘（兩節課）

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
	<p>準備事項</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.觀察老人在日常生活中，因為身體老化帶來的不方便，進而思考老人在從事各項活動時，需要如何克服不方便，以利從事活動。 2.攜帶一個放大鏡、一副棉手套及手機或小型計算機一個。 3.老師準備一個大型的計算機。 	
5分鐘	<p>一、暖身活動：</p> <p>(一)眼部運動—老人篇</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.老師將事先準備的一段文字，以字體「五」的大小呈現，請學生閱讀該段文字。 2.再請學生輔以放大鏡閱讀。 	學習單
5分鐘	<p>(二)手指運動—老人篇</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.請學生戴上棉手套，將老師說的數字，按在手機或小型計算機。 2.開放學生試按老師準備的大型計算機。 	放大鏡每人×1 手套每人×1 手機或小型計算機每人×1 大型計算機×1
5分鐘	<p>(三)教師以暖身活動為例，請學生思考並發表「老人因為老化，身體在從事活動時，會出現哪些限制或不方便」。</p> <p>例：老花眼看不清楚、手部無法作太精細的動作、體力無法負荷整天的活動…。</p>	
25分鐘	<p>二、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.回顧上一單元，從祖父母身上學到的智慧，進而分享自己可以回饋，分享給祖父母的新知有哪些。 例：上網查資料、用手機傳簡訊、聽留言、使用3C電器產品（DVD之類）…。 2.觀看「有你真好」片段影片。 3.從影片中引出在分享時，如何因應祖父母的限制，而選擇適合的活動與方法。 4.請學生設計要分享的活動與相關細節。 5.觀看「親子對話」的短片，提醒學生在與祖父母從事活動時，應有的耐心。 	附件七 影片「有你真好」 附件八 「祖孫悠遊樂」學習單 附件九 影片 「What is That」
5分鐘 課後時間 進行	<p>三、綜合活動</p> <p>請學生配合學習單，完成規畫祖孫共學的活動。在下次上課之前（約二週之後），利用時間執行自己規畫的活動，並附上照片或其他證明。</p> <p>—第一節結束—</p>	附件八 「祖孫悠遊樂」學習單





10分鐘	一、暖身活動 1.教師發問：同學在實際執行祖孫共學活動的過程中，是否曾發生什麼困難或有趣的事情？ 2.邀請學生自由分享。	
30分鐘	二、發展活動 1.每個人在小組裡，分享自己的祖孫共學活動。 2.小組推選一位公認最精采的代表，上台分享。 3.小組代表分享時，邀請幾位學生給予回饋。 4.教師給予肯定與回饋。	實物投影機或教師先行將學生優良作品事先拍照製作簡報檔。
5分鐘	三、綜合活動 1.請學生分享這次共學活動的收穫與心得。 2.老師結語：老人家的智慧是經過時間的考驗，著實有值得我們學習的部分；同樣的，在新的事物方面，我們也可以藉由介紹平時生活中會接觸的事物，來幫助祖父母們適應社會及生活的變化。祖孫一起相互學習，不僅可以學習到不同時代的生活技能，同時也能培養祖孫情誼相互關懷支持，營造和樂幸福的家庭。 —第二節結束—	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	1-4-2	透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。
	2-4-3	規畫合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。
	3-4-5	分享在多元社會中生活應具備的能力。

七、學習評量：

- (一) 學習單評量。
- (二) 口頭評量。
- (三) 實作評量。

八、參考資料：

- 方淑玉(2002)。國民中學實施青少年與老人代間方案之成效研究——一個行動研究之取向。國立台灣師範大學人類發展研究所碩士論文。臺北市。
- 林育瑋、周麗端等(2007)。活力家庭三重奏：國民小學家庭教育推展策略與課程教案。臺北市：教育部。
- 周麗端(2000)。家庭理論與應用。載於周麗端、吳明燁、唐先梅和李淑娟，婚姻與家人關係(26-58頁)。臺北縣：空大。

陳美如、鄭芬蘭(2007)。老人參與國小鄉土教育後學童對老人觀感之改變。台東教育學報，18，2，67-104。

黃迺毓、林如萍(2005)。樂齡向前行。臺北市：教育部。

九、附錄

(一) 學習單

附件一「祖孫交響樂」學習單

附件四「祖孫尋寶樂」學習單

附件六「智慧探索樂」學習單

附件八「祖孫悠遊樂」學習單

(二) 使用媒材

附件二「精采過一生繪本或PPT」

附件三「塔莎老奶奶繪本」

附件五「爺爺一定有辦法繪本或PPT」

附件七「佐賀的超級阿嬤」影片

附件九「What is that?」取自網路資料：<http://www.youtube.com/watch?v=mNK6h1dfy2o>





附件一

祖孫交響樂

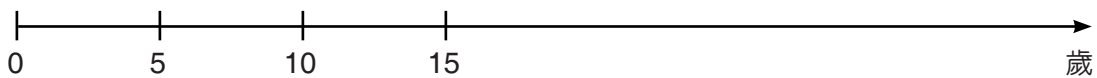
一、家人印象館：（請用兩個形容詞描述祖父母給你的印象）



二、生命事件全多錄：

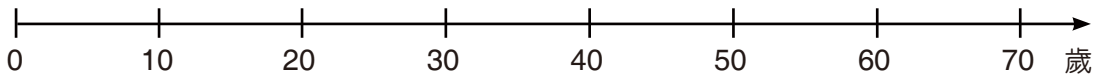
每個人的一生都是本精彩的故事書，讓我們來看看自己與祖父母的故事有什麼相同與不同處？

我的成長重要記事





祖父或祖母的成長重要記事



三、生命「心」發現：

從與阿公或阿嬤的訪談中你的感覺或收獲是什麼？從他們的生命事件中你發現哪些重要的資訊或可以學習的？





附件四

祖孫尋寶樂



一、諺語排排樂（請將下列字卡排出正確的諺語，並解釋其中的道理。）

1. 有一家如有一寶老

→ _____ ， _____ 。

*說文解字：

2. 學必問三問若愛老得好

→ _____ ， _____ 。

*說文解字：

二、長者的智慧

1. 爺爺的好辦法是：布 → _____ → _____ → _____ → _____ 。

2. 故事中的爺爺是…

_____ ， 因為 _____ 。	_____ ， 因為 _____ 。	_____ ， 因為 _____ 。
_____ ， 因為 _____ 。	有智慧的人， 因為能善用資源。	_____ ， 因為 _____ 。
_____ ， 因為 _____ 。	_____ ， 因為 _____ 。	_____ ， 因為 _____ 。

3. 在生活中與故事中爺爺很像的人是

_____ ，因為 _____ 。

附件六

智慧探索樂

一、準備九宮格

選擇原因：	學習主題：	同行者：
訪問日期與時間：	受訪者	準備物品：
訪問地點：	注意事項：	其他：

二、學習全都錄

1. 學習主題： _____

2. 共學成員： _____

3. 學習內容： _____

4. 學習心得： _____

三、生活智慧王 (經過同學分享後，請你整理出三種你學到的生活小智慧。)

物品	生活小妙用





附件九

祖孫悠遊樂



一、眼部運動—老人篇

請閱讀下列這段文字：

人們常有一種錯誤觀念，以為愈是「自己人」，愈可以用不在乎的言詞說話。但其實不然，愈親近的家人，愈需要你更多的尊重、體諒與包容。

說「謝謝」不等於距離感，說「對不起」不等於沒面子，說「我愛你」更非戀愛專利。愛不能只放在心裡，所以讓我們一同來，對自己的家人，常說：「謝謝、對不起、我愛你」

二、老人會…

你知道老人因為身體的老化，會出現哪些限制與不方便呢？

三、小手牽大手

學習了阿公阿嬤的壓箱寶後，你有沒有什麼好玩的活動也能介紹給他們呢？現在的生活中，有什麼是阿公阿嬤以前沒有接觸過的呢？與他們分享一下吧！

● 共學內容與目標：

● 共學對象與方式：

● 準備物品與注意事項：

• 遇到的困難與解決方法：

• 阿公阿嬤的心得：

• 「凡學過，必留下成果。」秀出你的共學記錄吧！

難忘的影像（照片證明）





國中組佳作

一、**方案主題：國寶·家寶·壓箱寶**

二、**作者：陳俞諺（台北市介壽國民中學）**

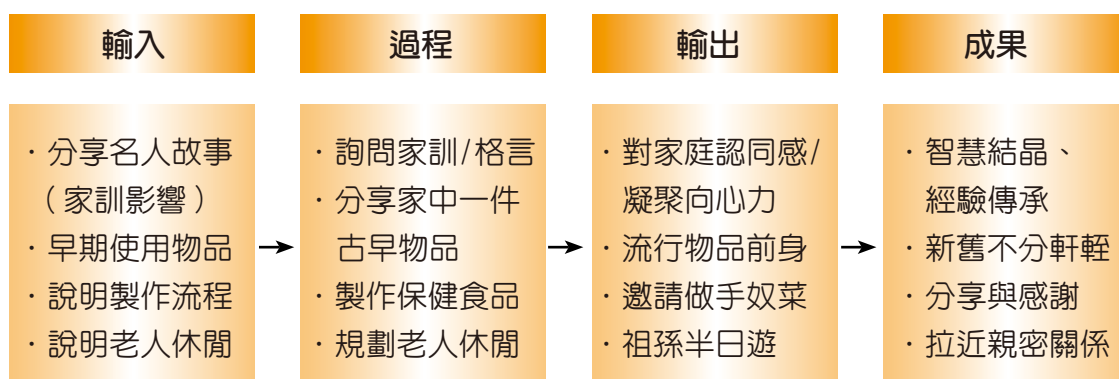
三、**實施對象：七至九年級**

四、**主要概念及設計理念：**

「家庭」是最基本也是社會最重要的社會單位，近年來由於社會變動，連帶影響家庭結構跟著改變，「隔代教養家庭」即是多元家庭延伸出來的產物之一。家有一老，如有一寶，祖孫關係就像是國寶與家寶，從兩者身上都有值得學習以及珍貴的地方，前者（指國寶，阿公阿嬤）身上習得智慧結晶及經驗傳承，後者（指家寶，孫子）身上瞭解青少年文化的展現及新潮流（新新人類）想法；祖孫藉由新人與舊人相知相惜，突顯「生命延續及傳承」重要性。

本方案融合品格教育、生命教育及環境教育之概念，循序漸進設計四單元，一方面提昇正值青少年階段的「學習動機」及「成就感」，另一方面透過阿公阿嬤的智慧人生對話，重新建構自己（指孫子）心智。單元一（嬤嬤都有講）藉由名人故事分享（家訓影響），引發學生探索家庭流傳下來的治家格言，對家庭產生認同感並凝聚向心力；單元二（手中玩物大搜查）透過科技產物及古早物品的產物轉變，帶出「知福、惜福、感恩」價值觀；單元三（為你·餵你）製作貼心保健食品並向阿公阿嬤說出感謝話語，也邀請阿公阿嬤分享手奴菜（拿手菜）；單元四（路長情更長）介紹老人休閒，並規劃阿公阿嬤半日遊行程，拉進祖孫之間親密關係。

正所謂「成長的力量沒有界線」，期許透過此方案設計，增進祖孫世代之家庭互動，進一步協助長者成功老化，而不是靠別人幫忙的延伸涵義。茲將「國寶·家寶·壓箱寶」方案的元素整理如圖一：



【圖一】「國寶·家寶·壓箱寶」方案元素

五、方案架構：

方案流程	實施時間	課程內容說明
單元一 嬤嬤都有講	45分鐘 (一節)	1. 藉由名人故事（受到家訓影響），導引學生思考「人生中還需要具備哪些能力」。 2. 詢問阿公阿嬤從祖先流傳下來的家訓或治家格言，結合智慧結晶以及經驗傳承，進而對家庭產生認同感／凝聚向心力。
單元二 手中玩物大搜查	45分鐘 (一節)	1. 時代潮流影響，探討早期使用產品與科技產品之演變。 2. 透過阿公阿嬤早期使用產品，帶出「知福、惜福、感恩」價值觀。
單元三 為你·餵你	45分鐘 (一節)	1. 製作貼心保健食品，並對阿公阿嬤說出內心的感謝話語。 2. 邀請阿公阿嬤分享一道手奴菜（拿手菜）。
單元四 路長情更長	45分鐘 (一節)	1. 說明老人休閒，介紹老少咸宜休閒機構。 2. 瞭解規劃計畫的內涵，並規劃「阿公阿嬤半日遊行程」，增進祖孫親密關係。

六、活動設計：

（一）單元一、「嬤嬤都有講」

1. 單元基本概念：從名人成長故事，了解家訓（治家格言）對其成長之助益，並透過自己阿公阿嬤訴說從祖先流傳下來的家訓，提供學生思考「人生中還需要具備哪些能力」並將家中長者視為學習對象之一，進一步對家庭產生認同感／凝聚向心力。
2. 活動設計：
 - （1）活動目標：
 - a. 能了解名人成長故事「家訓（治家格言）」對其成長之助益。
 - b. 能明白阿公阿媽從祖先流傳下來的家訓或治家格言。
 - c. 培養家庭認同感／凝聚向心力的積極態度。
 - （2）活動人數：30人
 - （3）活動時間：45分鐘（1節）
 - （4）活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
10分鐘	1. 教師分享名人故事【家訓（治家格言）的影響】 (1) 家訓：家長告誡子孫的訓言。 (2) 馬總統辦公室家訓「黃金非寶書為寶」。 (3) 曹操家訓「愛人唯親，用人唯賢」。	投影片 (PowerPoint)





25分鐘	<p>2. 教師引導反思：</p> <p>(1) 聽完名人故事，各小隊討論「家訓」如何影響名人？</p> <p>(2) 人生中還需要具備哪些能力？</p> <p>(3) 家中有哪些長者可以視為學習對象？如何去學習？</p> <p>3. 小隊時間</p> <p>(1) 小隊長領取小白板、白板筆。</p> <p>(2) 學生討論後將答案寫在小白板。</p> <p>4. 小隊分享：簡要分享討論結果。</p>	小白板、白板筆
10分鐘	<p>5. 教師歸納及小結：透過小隊討論家訓對其成長之助益，引導對家庭產生認同感／凝聚向心力。</p> <p>6. 課後學習單：說明「阿公阿嬤家訓」學習單。</p> <p>7. 下次上課攜帶一件家中古早物品，可以先行詢問物品來源及背後故事。</p>	附件一 「阿公阿嬤家訓」 學習單

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題(97課程綱要)：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	3-4-1	參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。
家政教育	4-4-7	尊重並接納多元的家庭生活方式與文化。

(二) 單元二、「手中玩物大搜查」

1. 單元基本概念：探討現今高科技產品與早期使用產品之轉變，透過機會教育，破除「新的一定好，舊的一定不好」迷思，再次價值澄清。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- 能了解現今高科技產品及古早物品。
- 能分析現今高科技產品及古早物品的關聯性。
- 培養團隊合作的能力。

(2) 活動人數：30人

(3) 活動時間：45分鐘(1節)

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
2分鐘	<p>1. 教師說明「手中玩物大搜查」學習單。</p> <p>2. 小隊長領取學習單。</p> <p>3. 完成學習單第一題「印象中最深刻的古早物品？為什麼？」</p>	附件二 「手中玩物大搜查」 學習單
33分鐘	4. 學生分享一件家中古早物品，每人限時一分鐘。	

10分鐘	5. 小隊討論學習單第二題「現今高科技產品中，哪些是從這些古早物品演變而來？並說明原因？」 6. 小隊分享時間。 7. 教師歸納及小結：現今高科技產品與早期使用產品之轉變，澄清「新的一定好，舊的一定不好」想法，進而培養「知福、惜福、感恩」價值觀。	
------	---	--

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題（97課程綱要）：

領域或議題	指標編號	指標內涵
自然與生活科技	1-4-4-3	由資料的變化趨勢，看出其中蘊含的意義及形成概念。
	1-4-5-5	傾聽別人的報告，並能提出意見或建議。
家政教育	3-4-3	建立合宜的生活價值觀。

(三) 單元三、「為你·餵你」

1. 單元基本概念：投其（指學生）所好，設計製作保健食品，兼顧阿公阿嬤飲食方式，並向阿公阿嬤說出感謝話語。課後以採訪者／觀察者方角色，邀請阿公阿嬤分享手奴菜（拿手菜），並透過學習單分享做法、過程以及心得。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 能了解年長者飲食習慣及營養。
- b. 能完成小隊任務（製作保健食品）。

(2) 活動人數：30人

(3) 活動時間：45分鐘（1節）

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
5分鐘	1. 教師引導 (1) 說明保健食品—涼拌大頭菜的流程。 (2) 提醒全班應注意事項。	附件三 保健食品「涼拌大頭菜」製作流程參考單
35分鐘	2. 製作保健食品。	食材
5分鐘	3. 教師歸納及小結：鼓勵學生將自製食物與阿公阿嬤分享，並說出感謝話語，表達感恩之心。 4. 說明課後學習單。 5. 小隊長領取「為你·餵你」學習單。利用一週時間，邀請阿公阿嬤分享或完成一道手奴菜（拿手菜），下週交回學習單並分享。	附件四 「為你·餵你」學習單





(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題 (97課程綱要)：

領域或議題	指標編號	指標內涵
家政教育	1-4-1	瞭解個人的營養需求，設計並規劃合宜的飲食。
家政教育	1-4-2	選購及製作衛生、安全、營養且符合環保的餐點。

(四) 單元四、「路長情更長」

1. 單元基本概念：了解並知道如何規劃休閒活動，並實際運用在生活中，透過智慧雙手緊握住小手，孫子被賦予孝敬長者的義務關係，延續祖孫情。
2. 活動設計：
 - (1) 活動目標：
 - a. 能了解老人休閒的內涵 (適合老年人的休閒、種類、老少咸宜休閒機構)
 - b. 能規劃「阿公阿嬤半日遊」行程。
 - (2) 活動人數：30人
 - (3) 活動時間：45分鐘 (1節)
 - (4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
5分鐘	1. 教師說明老人休閒內涵， <ol style="list-style-type: none"> (1) 適合老年人的休閒 <ol style="list-style-type: none"> a. 增進體能的休閒活動：如體操、散步、登山健行、桌球和網球等。 b. 益智怡情的休閒活動：如園藝、釣魚、下棋、旅遊、書法、繪畫、插花、舞蹈、音樂、茶道、戲劇和民謠等。 c. 社會性的休閒活動：如義工、法律諮詢、財稅服務等。 (2) 老年人休閒的種類 <ol style="list-style-type: none"> a. 學習性：例如手工藝、繪畫、插花、園藝、讀書、衛生保健、醫療常識。 b. 趣味、娛樂性：例如舞稻、詩歌、音樂、動物飼養、旅遊、茶道、老人趣味教室、戲劇、藝能、作品展覽、民謠、書法、口技、相聲。 c. 健康性：例如體操、打拳、登山、散步、早起會、老人運動會。 d. 社會福利服務性：例如訪問臥床病人、獨居老人、整理公共環境衛生、訪問仁愛之家等慈善機構或感化教育機構。 e. 參與各種宗教活動等。 (3) 老少咸宜休閒機構 <ol style="list-style-type: none"> a. 公園：例如大安森林公園。 b. 遊樂園：例如臺北兒童新樂園 (預定101年完工)。 c. 運動場：例如天母運動園區。 	投影片 (PowerPoint)

35分鐘	3. 小隊討論：規劃一份「阿公阿嬤半日遊」行程，包含時間、地點、安全、攜帶物品。 4. 小隊分享時間（每小隊3分鐘）。	書面紙、色筆
5分鐘	5. 教師小結：藉由今日上課規劃「阿公阿嬤半日遊行程」，利用一週時間，帶著阿公阿嬤進行半日遊行程，可以重新規劃適合行程，下週上課向全班報告心得。	

(5) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題（97課程綱要）：

領域或議題	指標編號	指標內涵
綜合領域	2-4-3	規劃合宜的休閒活動，並運用創意豐富生活。
綜合領域	4-4-2	透過領導或溝通，規劃並執行合宜的戶外活動。
家政教育	4-4-5	參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。

七、學習評量：

- (一) 學生能專注進行活動。
- (二) 學生能仔細思考教師提問的回答。
- (三) 學生能主動回答教師提問的問題。
- (四) 學生能製作完成保健食品。
- (五) 學生能完成學習單1、學習單2、學習單4。

八、參考資料：

教育部國教專業社群網 <http://teach.eje.edu.tw/>

ennisyu (2009, 6月8日)。分享「馬英九的讀書密技」相關文章及報導。快樂頌兒童讀經學園部落格。2009年11月29日，

取自：<http://ennisyu.pixnet.net/blog/post/25218407>

楊爾文 (2009, 6月25日)。

【名人軼事】曹操家訓：愛人唯親 用人唯賢。人間福報電子報。2009年11月29日，

取自：<http://www.merit-times.com.tw/NewsPage.aspx?unid=131868>

無作者。

【運動篇】老人的休閒娛樂。銀髮族健康天地。2009年11月29日，

取自：<http://www.sfit.org.tw/health/sport8.htm>

九、附錄：

(一) 學習單

附件一「阿公阿嬤家訓」學習單

附件二「手中玩物大搜查」學習單

附件三保健食品「涼拌大頭菜」製作流程參考單

附件四「為你·餵你」學習單





附件一

～阿公阿嬤家訓～

班級：_____ 小隊名：_____ 姓名：_____ 座號：_____

■ 詢問家中長者（阿公、阿嬤）從祖先流傳下來的家訓或治家格言，並完成下方表格。

· 我們家的家訓

· 家訓的背後故事或來源是（說明方式不拘）

附件二

~手中玩物大搜查~

班級：_____ 小隊名：_____ 姓名：_____ 座號：_____

■ 全班進行「古早物品」分享中，是否意猶未盡呢？請動動腦思考下列問題，並填寫在表格中。

一、印象中最深刻的古早物品？為什麼？

二、現今高科技產品中，哪些是從這些古早物品演變而來？並說明原因。

科技始終來自於人性





附件三

～保健食品「涼拌大頭菜」～

步驟一	大頭菜去皮洗淨，切成薄片。
步驟二	灑入少許鹽巴，再將大頭菜抓一抓，大約放置20分鐘，將多餘水分瀝出。（若鹽巴並不是放很多，則可保留一些水分，不必全瀝出）
步驟三	可加少許醋或蒜末，再加上香油及辣椒醬拌一拌，放入冰箱，口感會更好。（如有加了蒜味的辣椒醬更棒！）

附件四

～為你・餵你～

班級：_____ 小隊名：_____ 姓名：_____ 座號：_____

- 利用一週時間，邀請阿公阿嬤分享或完成一道手奴菜（拿手菜）

【請貼上美味佳餚照片或阿公阿嬤合照】



- 一、請描述製作過程：

Blank box for describing the cooking process.

- 二、我的心得是……（可以描述製作過程中最深刻的事情）

Blank box for sharing insights or experiences from the cooking process.





國中組佳作

一、方案主題：跨越時空的旅行

二、作者：蔣美倫（台北市立萬華國民中學）

李月琴（台北市立萬華國民中學）

袁詠蕙（台北市立萬華國民中學）

三、實施對象：八年級

四、主要概念及設計理念：

有長輩陪伴的童年是幸福的，有祖父母疼愛的童年，更是幸福。

萬華區屬於老舊社區，當父母因各種因素而無法照顧孩子時，多會將孩子送給父母的父母撫養，因而萬華區的隔代教養比例偏高。孩子沒有父母的陪伴，心中總有缺憾，可能因而忽略了祖父母的愛。如何讓孩子了解祖父母的世界、看到祖父母的優點，進而以自己的祖父母為榮，培養尊重老人的情懷、創造祖孫共學的美好經驗，並達到文化傳承的目的，是本教案設計的理念。

教育部在2001年頒布的「教育部推動生命教育中程計畫」中提到，生命教育的目的在使學生的內心進行美好的轉變，其中包括：「珍惜家人、重視友誼並熱愛所屬的團體」、「尊重大自然並養成惜福簡樸的生活態度」、「會思考生死問題並探討人生終極關懷的課題」。而這三項目標，都可以讓學生透過與祖父祖母的互動中學習，尤其是祖父母輩成長時約處於臺灣正在經濟發展時代，有著勤儉樸實的生活態度，值得學生了解與學習。而黎建球(2000)也提出生命教育的內涵應該具有四種特性：層級性、超越性、普遍性與責任性。其中責任性即指生命教育不只是消極的去接受制度及文化所賦與的責任，更要積極主動去檢視制度與文化所賦與的生命意義與價值。因此在課程設計時，思考以循序漸進的方式，先引導學生回想祖孫相處的美好記憶，對照現在祖父母身體的退化轉變，激發學生珍惜家人的情懷；再設計學生與祖父母的互動學習，讓學生深入了解祖父母的生活，並體會「家有一老，如有一寶」的真義；最後引導學生思考臨終的議題，體會生命的流轉，並再次回應珍惜家人的主題。

在教材的選擇上，運用了大量的音樂與繪本。音樂是撼動人心的，也是學生所熱愛的，加上音樂背後的故事，很容易引起學生的共鳴。而繪本則以鮮明的圖像加強傳達敘述的主題，讓學生在短暫的時間內就能融入故事，便於引導教學。行政院文建會專門設了「兒童文化館」網站，每月挑選優良的繪本，製作成活潑而有互動性的動畫與遊戲，非常適合推薦給學生。本教案也從其中挑選出兩篇繪本，讓學生輕鬆地融入主題，並進行討論，以達到由自身經驗出發，體會生命傳承的意義與價值之課程目的。

五、方案架構：

方案流程	實施時間	課程內容說明
單元一 一起去旅行	45分鐘 (一節)	1. 歌曲分享：藉由「繁華攏是夢」、「阿嬤的話」兩首歌曲作課程前後呼應，讓同學融入祖孫相處的時空中。 2. 線上繪本閱讀：藉著林宣的《旅行》繪本，引領同學思考老人家的今昔不同，並注意如何珍惜你和爺爺奶奶的祖孫情。
單元二 穿越時光隧道	45分鐘 【課後需進行訪談及海報製作約二小時】	1. 繪本欣賞：藉由《陪媽媽回外婆家》繪本，連結祖孫互動經驗，引導學生思考想向爺爺奶奶學習什麼經驗或手藝，增進祖孫情感。 2. 說明訪問方式：說明訪問方式，以祖孫共學為目標，讓同學討論主題，與爺爺奶奶進行訪問與學習，藉此更加認識長者，拉近與長者間的距離。
單元三 爺爺奶奶的回憶寶盒	45分鐘 (一節)	1. 訪問報告：分組上台分享「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問報告，將訪問中所學介紹給同學。 2. 讓孩子更加了解長者的生活及智慧，並學習主動關懷爺爺奶奶。
單元四 「豬奶奶說再見」 續寫作文	45分鐘 (一節)	1. 線上繪本閱讀：介紹《豬奶奶說再見》線上繪本，請同學體會長者即將離開人世時，應有些什麼心理準備。 2. 續寫作文：將豬奶奶的後半故事，以深情的筆觸，做最棒的結局書寫。

六、活動設計：

(一) 單元一、「一起去旅行」

1. 單元基本概念：藉由聆聽音樂、欣賞林宣小朋友的繪本，回憶自己的生活中與爺爺或奶奶相處的情形，讓學生體會人在經歷老年時的變化。
2. 活動設計：
 - (1) 活動目標：
 - a. 引導學生分享祖孫相處的珍貴情愫。
 - b. 深刻思考、體會老年人的改變和生活需求。
 - c. 培養敬愛長輩，體諒長者的胸懷。
 - d. 珍惜與家人相處的時光。
 - (2) 活動人數：30人
 - (3) 活動時間：45分鐘
 - (4) 活動流程：





活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
5分鐘	<p>一、準備活動</p> <p>(一) 課前準備</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 設計印製「一起去旅行」學習單。 2. 事先將盧廣仲「繁華攏是夢」、蕭煌奇「阿嬤的話」MV設為我的最愛。 3. 架設單槍及電腦設備。 4. 事先連線進入文建會兒童文化館「繪本花園」網站。 5. 提醒學生攜帶文具用品，準時至專科教室集合。 <p>(二) 引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 討論最近訂定的國定假日 <p>人事行政局修改明年的國定假日，兒童節結合清明節將放假一天，而原本列入考慮的祖父母節目前暫不放假。請同學思考，台灣即將邁入老年化人口，你要如何與自己家的老年人相處？當你自己也成為老年時，你希望別人用什麼態度對待你？</p>	
10分鐘	<p>2. 歌曲欣賞：「繁華攏是夢」</p> <p>問題：</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 詢問現在有多少同學正和祖父母同住？ (2) 想想你和他們會和他們一起做些什麼？ (3) 若祖父母已經不在了，你和他們有什麼共同的回憶？ (4) 盧廣仲在演唱會中提及和祖母的一段祖孫情。祖孫喜歡一同觀看電視劇「台灣水滸傳」，其中的片尾曲－「繁華攏是夢」，是祖孫難忘的歌曲。盧廣仲想以此曲獻給親愛的祖母，紀念他們祖孫倆美好的回憶。在琅琅上口的歌聲中，請同學想想和祖父母有什麼共同的回憶。 <p>※引導重點：以學生熟悉人物的故事延伸，掌握祖孫相處的珍貴情愫。</p>	<p>□頭問答</p> <p>電腦、單槍投影機、CD</p>
5分鐘	<p>二、發展活動</p> <p>(一) 線上繪本欣賞</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 引言：以文建會兒童文化館「繪本花園」中的一篇繪本故事－「旅行」，作為課程主軸，故事中林宣小朋友回憶與爺爺相處的過程。欣賞重點： <ol style="list-style-type: none"> a. 林宣與爺爺共同進行哪些活動？ b. 爺爺年紀大之後，在行動等各方面有哪些變化？ 	

10分鐘	2. 線上繪本欣賞：故事：「小女孩林宣的爺爺，決定一個人去旅行。他旅行的那一天，穿著長袍馬褂，披著圍巾，戴著帽子和手套，還提著他老舊的皮箱。那天的天氣很冷、很冷……。」	網路資源、電腦、單槍投影機
10分鐘	(二) 老師與同學進行繪本與學習單討論(附件一)。 1. 繪本部分：見「一起去旅行」學習單第一部分。請同學回想林宣小朋友的故事中，她對爺爺的記憶有哪些？爺爺有哪些變化？ 2. 學習單部份：請同學填寫「一起去旅行」學習單第二部分。盧廣仲獻給奶奶一首歌，而同學想送什麼給你的爺爺或奶奶？並寫出三則和老人生活智慧相關的成語或俗諺。	附件一 「一起去旅行」學習單
5分鐘	三、綜合活動 歌曲欣賞：「阿嬤的話」：播放由蕭煌奇演唱的歌曲「阿嬤的話」。在歌唱路上十分顛簸的視障歌手蕭煌奇，以他誠摯的歌聲，唱出他對祖母的思念。 ※課程重點：播放貼近同學生活的歌曲，引起學生共鳴，藉由MV感人的畫面，讓同學了解「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的遺憾。	電腦、單槍投影機、CD

(5) 檢討與省思：

線上繪本是同學較陌生的一塊學習領域。剛開始小學生簡單的筆觸讓同學覺得很幼稚，但隨著故事的發展，發現有的同學眼眶泛淚，甚至會反駁批評的同學。真摯的情感才能動人，從「旅行」這部繪本，我們體會到：感人的故事不需華麗的文字堆砌，也沒有年齡的差距。

時間掌握不佳。最後活動蕭煌奇「阿嬤的話」播完後已經下課，沒辦法請同學分享悅聽的感受。「阿嬤的話」同學們幾乎琅琅上口，如果時間允許，讓同學剖析這首歌的內蘊，課程的效度將更好。

音樂欣賞是同學較喜歡的部分，若時間及課程內容充裕，多一些歌曲介紹，比較容易引起同學的關注與共鳴。

(6) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題【依據97年課程綱要】：

領域或議題	指標編號	指標內涵
本國語文	2-4-2-5	能將所聽的重點歸納整理。
本國語文	5-4-5-1	能體會出作品中對周遭人、事、物的尊重與關懷。
本國語文	5-4-8-1	能依不同的語言情境，把閱讀獲得的資訊，轉化為溝通分享的材料，正確的表情達意。
綜合活動	1-4-5	體會生命的價值，珍惜自己與他人生命，並協助他人。
社會領域	4-4-5	探索生命與死亡的意義。





(二) 單元二：「穿越時光隧道」

1. 單元基本概念：引發學生學習長輩智慧的動機，創造祖孫共學機會。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 審視自己對爺爺奶奶的了解。
- b. 思考與爺爺奶奶之間的互動關係。
- c. 了解並尊重爺爺奶奶的生活習慣。
- d. 引導學習長輩智慧的動機。

(2) 活動人數：30人

(3) 活動時間：45分鐘【課後需進行訪談及海報製作約二小時】

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
	一、準備活動 (一) 課前準備 1. 製作《陪媽媽回外婆家》PPT。 2. 設計印製《陪媽媽回外婆家》學習單及「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問單。 3. 事先將《阿公的寶貝》影片設為我的最愛。 4. 架設單槍及電腦設備。 5. 提醒學生攜帶文具用品準時至專科教室集合。	
3分鐘	(二) 引起動機 回顧上一堂進行的課程及欣賞的歌曲，看到同學想送給爺爺奶奶，東西不管是有形或是無形的，都讓人感到窩心。也讓老師回憶起和自己爺爺奶奶的互動，總是常聽他們講起以前的事，或是期待著過年過節能夠吃到他們做的菜餚，讓人十分回味。今天的課程我們就要一同穿越過時光隧道聽聽你和爺爺奶奶的故事。	
10分鐘	二、發展活動 (一) 老師帶學生一同欣賞繪本《陪媽媽回外婆家》 1. 引言：故事的主角和班上一些同學一樣沒有和外公外婆住在一起，回外婆家對主角來說是一件既新鮮又有趣的事。欣賞重點： (1) 故事中主角去外婆家做了什麼事？ (2) 和外婆有哪些互動？ (3) 外婆的生活環境、習俗等。 2. 繪本欣賞	電腦、單槍投影機

10分鐘	<p>(二) 與同學進行繪本與學習單討論 (附件二)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 主角去外婆家做了什麼事? 2. 外婆說了哪些屬於他們老一輩所知道特別的事? 3. 你有沒有聽過你的外公外婆提起他們年輕時候的事? 是什麼? 4. 你有沒有想向自己的爺爺奶奶學習的經驗或手藝? 	<p>附件二 《陪媽媽回外婆家》學習單</p>
3分鐘	<p>(三) 教師分享自己外婆所做的香包</p> <p>今非昔比，隨著身體老化，雖然外婆的手藝已大不如從前，但這卻是一件會讓老師永遠珍惜的寶貝。其實在老一輩的爺爺奶奶身上擁有著許多像這樣的寶貝，這些智慧值得被一直流傳下去，而我們每一個人都扮演著傳承的重要角色。</p>	<p>香包 (長者的手藝)</p>
10分鐘	<p>(四) 說明訪談任務</p> <p>發下「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問單 (附件三)，師生共同討論訪談內容及注意事項。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分組進行訪問，每組最多五人。 2. 決定訪問對象及主題，。 3. 主題以可「學習」的為主要目標，可以是一項技藝、一首歌、一支舞、一道菜，或是生活妙方等有傳承性的。 4. 訪問時除親身學習外，也需做紙筆記錄 (如訪問單)，另外還可以加上拍照、錄音、錄影。 5. 每組上台報告五分鐘，除海報之外還可以用表演、影音、成品等有創意的方式展現。 	<p>附件三 「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問單 海報紙</p>
4分鐘	<p>(五) 欣賞訪談影片範例《阿公的寶貝》</p>	<p>電腦、單槍投影機 《阿公的寶貝》影片</p>
5分鐘	<p>三、綜合活動</p> <p>(一) 這是一個難得的互動機會，希望負責同學能先和爺爺奶奶約好時間，讓全組的同學一起進行訪問及學習。到同學家一定要有禮貌，更要好好謝謝受訪的爺爺奶奶。</p> <p>(二) 訪問完後就可以進行訪問單的整理及海報的製作。每組須決定上台報告的方式及人選，希望能夠將在爺爺奶奶那兒學到的智慧分享或教給全班同學。若有任何問題或困難請隨時向老師提出。</p> <p>【課後需進行訪談及海報製作約二小時】</p>	





(5) 檢討與省思：

繪本欣賞時間宜再精簡，多將主軸聚焦在主角和外婆的互動，及外婆對主角之教導方面。在討論與爺爺奶奶之間之互動時，可多舉例引起學生之共鳴，對於爺爺奶奶已去世或較無互動經驗之學生，亦可詢問是否有聽過父母親提過爺爺奶奶的事，增加學生之參與感。

應更強調訪問須以「共學」為目標，而非只是初層次了解爺爺奶奶的事。宜在分組後立即給予些許時間讓學生進行初步之討論，以利學生提問，並讓老師能夠立即了解學生問題。

(6) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題【依據97年課程綱要】：

領域或議題	指標編號	指標內涵
本國語文	2-4-1-4	能養成主動聆聽進行探索學習的能力。
本國語文	2-4-2-11	能從聆聽中，啟發解決問題的能力。
本國語文	5-4-5-1	能體會出作品中對週遭人、事、物的尊重關懷。
綜合活動	1-4-1	探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。
家政教育	4-4-5	參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。
家政教育	4-4-7	尊重並接納多元的家庭生活方式與文化。

(三) 單元三、「爺爺奶奶的回憶寶盒」

1. 單元基本概念：經由分享訪問報告及心得，讓學生發現長者的智慧，並學習主動關懷爺爺奶奶。

2. 活動設計：

(1) 活動目標：

- a. 藉由訪問，更加了解長者的生活及對後輩的期許。
- b. 增加組孫之間的互動，達到共學之目的。

(2) 活動人數：30人

(3) 活動時間：45分鐘

(4) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
	<p>一、準備活動</p> <p>(一) 課前準備</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 設計印製「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問心得學習單。 2. 先審閱過學生之報告內容及海報，並將報告順序公佈於黑板上。 3. 架設單槍及電腦設備。 4. 提醒學生攜帶報告所須物品及海報準時至專科教室集合。 5. 分組就座。 	

5分鐘	<p>(二) 引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 今天我們將進行「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問報告，這星期中看到同學用心的準備，相信在訪談中遇到了一些印象深刻的事，接下來我們就要請每一組上台分享訪談的內容及所學到的東西。 2. 報告的順序已貼在黑板上，每組報告的時間是5分鐘，4分鐘時老師會提醒，上台時別忘了要介紹自己的組員。 3. 全班完成報告後我們將進行票選，選出你認為海報做的最好的「圖文並茂」獎，及訪談報告做的認真的「舌燦蓮花」獎，老師會給予獎勵。 	分組名單、報告順序海報
30分鐘	<p>二、發展活動</p> <p>(一) 各組依序上台報告，教師進行內容摘要。</p>	海報、電腦、單槍投影機、票選單
3分鐘	<p>(二) 票選「圖文並茂」獎及「舌燦蓮花」獎，老師給予獎勵。</p>	
5分鐘	<p>(三) 教師引導學生分享</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 進行完訪談或聽完同學報告後的心得感想。 2. 未來在與爺爺奶奶相處上會不會有哪些改變？ 	□頭問答
2分鐘	<p>三、綜合活動</p> <p>(一) 讚美學生在這次報告中的表現，發揮了創意也展現團隊合作的精神。</p> <p>(二) 「家有一老，如有一寶」，雖然爺爺奶奶的身體機能漸漸老化，但在每個老人家身上所擁有的長者的智慧卻值得我們去學習，並將它傳承下去。這個報告只是一個開始，希望同學們能多把握機會與自己的爺爺奶奶相處、互動的時光，主動關心，珍惜，寶貝這個「寶」。</p> <p>(三) 老師將把同學所做的海報貼在教室中供同學欣賞，也請同學利用課餘時間完成「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問心得學習單（附件四）。</p>	附件四 「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問心得學習單

學生進行訪問後，可安排一節課直接讓學生於課堂中製作海報並討論上台報告相關事項，教師亦可利用此節課了解學生訪談狀況，適時給予指導。

教師務必於上課前瞭解各組海報製作進度及報告方式，以報告利順利進行。

學生製作海報的能力佳，但在上台報告方面之技巧還需多加訓練，例如：如何有條理地展現自己的報告、咬字需清晰、表演時的動作應放大、報告時應聚焦在觀眾……等，可以提升報告的精采度。

從學生的報告中可以看出：學生越來越了解老一輩人以前的生活，發現爺爺奶奶以前的生活多半是儉樸、困苦的，也沒有太多的物質慾望。在訪談中爺爺奶奶也不斷期許孩子們，要好好讀書，照顧身體。對學生來說這是一次難得又難忘的過程。





(6) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題【依據97年課程綱要】：

領域或議題	指標編號	指標內涵
本國語文	3-4-4-2	本國語文能有組織有系統的報告每件事。
本國語文	3-4-4-6	能和他人一起討論，分享成果。
社會領域	5-4-3	從生活中推動學習型組織(如家庭、班級、社區等)，建立終身學習理念。
綜合活動	3-4-1	參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。
家政教育	4-4-5	參與策劃家人共同參與的活動，增進家人感情。

(四) 單元四：「豬奶奶說再見」續寫作文

1. 單元基本概念：以「豬奶奶說再見」故事為主軸，思考生命的尾聲應當有的心態與作為。
2. 活動設計：
 - (1) 活動目標：
 - a. 同學能了解線上繪本「豬奶奶說再見」的中心主題，接續文章結尾。
 - b. 初步了解續寫作文的寫作方法。
 - c. 體會生老病死的生命流轉。
 - (2) 實施對象：八年級
 - (3) 活動人數：30人
 - (4) 活動時間：45分鐘
 - (5) 活動流程：

活 動 流 程		
實施時間	活動步驟	教學資源
5分鐘	一、準備活動 (一) 課前準備 1. 設計印製「豬奶奶說再見」續寫作文學習單。 2. 事先連線進入文建會兒童文化館「繪本花園」網站。 3. 架設單槍及電腦設備。 (二) 引起動機 綜合前三堂課課程。引導同學回想：進行了三堂課和爺爺奶奶相關的課程，不管是線上繪本、音樂欣賞，還是具體的訪問、海報製作、上台報告，你是否對自己的爺爺奶奶(或別人)有特別的感覺？是否會具體領會爺爺奶奶存在的珍貴？	□頭問答
2分鐘	二、發展活動 (一) 線上繪本欣賞	網路資源、電腦、單槍投影機

	1. 引言：以文建會兒童文化館「繪本花園」中的另一篇繪本故事－「豬奶奶說再見」為主軸，描寫豬奶奶面對自己即將離開人世所做的準備，及豬小姐面對親愛的祖母即將離世時內心的衝擊。	
8分鐘	2. 線上繪本欣賞 故事：「豬奶奶和孫女豬小姐住在一起好多年，她們彼此作伴，一起分擔家務。有一天早上，豬奶奶卻沒有像平常一樣起床吃早餐，豬小姐非常擔心。第二天，豬奶奶勉強下了床，撐著虛弱的身子到圖書館還書，終止銀行的戶頭，還結清了各種帳目，並且將剩餘的錢塞給豬小姐，要她謹慎使用……。」 ※欣賞重點： a. 豬奶奶和豬小姐的日常生活作息有哪些？ b. 豬奶奶為何要如此安排自己的身後事？ c. 豬奶奶生命終結前和豬小姐共同欣賞什麼？	
5分鐘	(二) 繪本與「豬奶奶說再見」續寫作文學習單討論 (附件五)。 1. 繪本討論部分：見「豬奶奶說再見」續寫作文學習單。請同學想想：「園子裡花開了，是春天；窗外綠樹變黃了，是秋天。金黃的葉片在秋日餘暉下發光，雨後的土地散發溫熱的溼氣，這些是大自然的法則，我們理所當然接受『萬物皆有定時』的自然變化。但是，對於人的自然變化－衰老和死亡，我們充滿了不捨與不願。」 ※討論重點：我們應如何去面對生命的終結？尤其當親愛的家人要離開時？	附件五 「豬奶奶說再見」 續寫作文學習單
5分鐘	2. 作文部份：請同學寫「豬奶奶說再見」續寫作文。提醒同學善用排比、譬喻、摹寫修辭，為豬奶奶的故事做合理且有情的結局。	□頭問答
20分鐘	三、綜合活動：「豬奶奶說再見」續寫作文。	

(5) 檢討與省思：

同學對於豬奶奶須告別人世十分不捨，希望結局能否讓豬奶奶繼續活下去。老師必須提醒同學注意：生命的意義在好而不在長。如何在最終的日子有尊嚴的活著，並珍惜彼此相處的點滴，才是我們要掌握的重點。

續寫故事在之前的作文課並未練習，同學有些陌生；再加上說明及舉例的時間不夠，致使有部分同學進行作文練習時，思考較久。尤其段考將近，沒辦法讓同學有充裕的時間討論，是需改進之處。





(6) 對應九年一貫課程學習領域能力指標或重大議題 (97課程綱要)：

領域或議題	指標編號	指標內涵
本國語文	5-4-5-1	能體會出作品中對周遭人、事、物的尊重與關懷。
本國語文	6-4-2-1	能精確的遣詞用字，恰當的表情達意。
本國語文	6-4-3-7	能以敘述、描寫、抒情、說明、議論等不同表述方式寫作。
本國語文	6-4-4	掌握寫作步驟，充實作品的內容，精確的表達自己的思想。
社會領域	4-4-5	探索生命與死亡的意義。

五、學習評量：

- (一) 能踴躍分享、參與小組活動。
- (二) 能完成每個單元的學習單。
- (三) 小組分工合作，完成訪問報告及海報。

六、參考資料：

- 林如萍等 (民95)。 **Connecting Generations**：祖孫關係教育手冊。台北：臺灣家庭生活教育專業人員協會。
- 路寒袖 (2005)。 **陪媽媽回外婆家**。台北：玉山社。
- 瑪格麗特·威爾德 (2008)。 **豬奶奶說再見**。台北：東方出版社。
- 黎建球 (2000)。 **生命教育的意義價值及其內容**。載於林思伶主編：生命教育的理論與實務。台北：寰宇。

七、附錄：

(一) 學習單：

- 附件一「一起去旅行」學習單
- 附件二「陪媽媽回外婆家」學習單
- 附件三「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問單
- 附件四「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問心得
- 附件五「豬奶奶說再見」續寫作文學習單

(二) 使用媒材

- 盧廣仲《繁華攏是夢》 <http://www.youtube.com/watch?v=7sbKm-hAlsw>
- 蕭煌奇《阿嬤的話》 <http://www.youtube.com/watch?v=an8kaGjzeKs>
- 繪本《陪媽媽回外婆家》PPT
- 李宛青、陳彥岑、蔡學政、高偉豪《阿公的寶貝》
<http://www.youtube.com/watch?v=bQvpAD83HEQ>

（三）延伸閱讀

- 佩提(2006)。153天的寒冬。台北：東方出版社。
- 杏林子(2009)。杏林小記。台北：九歌出版社。
- 島田洋七(2006)。佐賀阿嬤笑著活下去！。台北：先覺出版社。

（四）相關影片資源

- 文建會兒童文化館-繪本花園《旅行》
<http://children.cca.gov.tw/garden/animation.php?id=200904A01>
- 文建會兒童文化館-繪本花園《豬奶奶說再見》
<http://children.cca.gov.tw/garden/animation.php?id=200709A01>





附件一

「一起去旅行」學習單

八年 _____ 班 _____ 號 姓名 _____

一、關於「旅行」線上繪本

- 1、林宣的爺爺喜歡的事情有哪些？
- 2、林宣和爺爺相處時，一起做了什麼事？
- 3、在影片中林宣的爺爺老了時，有哪些特別之處？
- 4、林宣最希望爺爺用什麼方式旅行？為什麼？

二、我們之間

- 1、盧廣仲獻給奶奶一首歌，而你想送什麼給爺爺或奶奶？為什麼？
- 2、寫出三個和老人智慧或生活相關的成語或俗諺。

老師的話：



附件二

《陪媽媽回外婆家》學習單

八年 _____ 班 _____ 號 姓名 _____

國
中
組

關於你和你的爺爺奶奶

1、你有沒有聽過他們提起年輕時候的事？是什麼？說說你和他們在一起時最美好的回憶吧！（舉印象最深的事說說）

2、你想向自己的爺爺奶奶學習什麼經驗或手藝？





附件三

「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問單

「家有一老，如有一寶」，請利用課餘時間，訪問組內一位同學的爺爺奶奶，問問爺爺奶奶：過去的生活經驗中有什麼特殊的年節習慣；有哪些歌謠、童玩、方言；或是生活妙方等，值得我們學習。除了訪問外，還要把這寶貴的知識學起來喔！訪問時別忘了應有的禮貌及感謝！

班級		成員	
訪問對象 (關係)		年齡	
訪問日期		訪問地點	
訪問主題	<input type="checkbox"/> 慶典、節日 <input type="checkbox"/> 童玩 <input type="checkbox"/> 語言 <input type="checkbox"/> 生活妙方 <input type="checkbox"/> 童謠、歌曲 <input type="checkbox"/> 美食 <input type="checkbox"/> 其他 _____		
訪問內容	例如：1. 爺爺當年唸書的時候，最常做的消遣活動是什麼？（仔細描述）		
	例如：2. 爺爺有哪些拿手絕活？（除了描述外請想辦法學起來）		
分享方式	p.s. 除了訪問單及海報之外，同學們還可以用表演、影音、成品等有創意的方式展現。		



附件四

「爺爺奶奶的回憶寶盒」訪問心得

經過實際的訪談之後，你有什麼感覺呢？在這樣難得的互動經驗中，你學到什麼呢？請寫下你的心得感想。（至少100字）

我是八年 _____ 班 _____ 號的 _____

第 _____ 組

Blank writing area with horizontal lines for text entry.

我是寶！我是寶！
我是寶！我是寶！我是寶！





附件五

《豬奶奶說再見》續寫作文

八年 _____ 班 _____ 號 姓名 _____

「園子裡花開了，是春天；窗外綠樹變黃了，是秋天。金黃的葉片在秋日餘暉下發光，雨後的土地散發溫熱的溼氣。這些是大自然的法則，我們理所當然接受『萬物皆有定時』的自然變化。但是，對於人的自然變化－衰老和死亡，我們充滿了不捨與不願。關係親密的親人、朋友或寵物離開我們時，自己的痛楚無法言喻。」「豬奶奶說再見」一書中，豬奶奶和孫女豬小姐住在一起好多年。她們彼此作伴，一起分擔家務。有一天早上，豬奶奶卻沒有像平常一樣起床吃早餐。第二天，豬奶奶勉強下了床，撐著虛弱的身子到圖書館還書，終止銀行的戶頭，還結清了各種帳目，並且將剩餘的錢塞給豬小姐，要她謹慎使用……豬奶奶示範了「老年」的智慧和勇氣，讓我們從她告別世界的方式領悟到：生活原來是不斷創造值得紀念的回憶：或是一起打掃、吃飯，或是一起散步、看雲。請配合練習過的「回憶」破題法寫作，運用排比、譬喻等各種修辭，將「豬奶奶說再見」作最完美的結局，也寫出你對生命傳承的感觸。

☆老師評語及評分：





我·的·筆·記

國中組

