

	<p>為鮮艷藍色，檸檬片會呈粉紅或紫，觀察其變化。</p> <p>(二) 告知學生學習目標</p> <p>這節課將包裝銅鑼燒與品嚐彩虹飲品，並進行感謝分享。</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>5-1 (一) 銅鑼燒完成包裝，調製彩虹飲品，進行分享老師及同學。回到 6-2 自己的座位，學生需依材料份量表記錄材料或做法（高組）完 6-3 成指定的學習單，聯絡簿記錄今天活動內容。</p> <p>(二) 能依老師指示清洗使用烘焙器材及用具，並將使用器具擦乾歸位，同學合作完成清洗及環境清潔整理工作。</p> <p><b>二、學習輔導</b></p> <p>3-2 (一) 依提示圖學習指引，讓學生說出銅鑼燒及彩虹飲料製作的材 料準備與選擇調製做法。 (二) 鼓勵小組以合作學習方式，完成小組分配的報告及整理工作。</p> <div data-bbox="354 920 1281 1334" data-label="Diagram"> <pre> graph LR     A["1. 銅鑼燒 2. 彩虹飲料"] --&gt; B["材料準備 器具準備"]     B --&gt; C["秤量材料 調製麵糊"]     B --&gt; D["香煎餅皮 兩片中間包餡"]     B --&gt; E["花朵材料準備 瓶子清洗消毒 沖熱開水待涼"]     E --&gt; F["加入檸檬片觀察 變化即可飲用"]   </pre> </div> <p><b>三、引發表現</b></p> <p>(一) 鼓勵學生說出製作銅鑼燒及彩虹飲料過程，並做重點摘要。 (二) 讓高組學生協助低組學生進行工作檢查。</p> <p><b>四、提供回饋</b></p> <p>7-1 (一) 銅鑼燒包餡裝袋完成，成果分享老師及同學。 7-2 (二) 學習表達感謝，回饋他人的工作指導。</p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p><b>一、歸納要點</b></p> <p>(一) 能說出銅鑼燒至製作及花茶調製的注意事項。 (二) 能說出體驗實物操作及品嚐自製成品的心得分享。</p> <p><b>二、評量（評估表現）</b></p> <p>(一) 能說出在工作情境中，應注意衛生、安全的工作。 (二) 能情緒穩定的接受臨時工作指令並完成工作流程。</p> <p><b>三、增強</b></p> <p>(一) 學生自評，說出上課學習態度及認真完成工作的情形。 (二) 上課表現良好者，準備花茶包回家調製，與家人分享。</p> <p style="text-align: center;">----- 第三節結束 -----</p>	<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>包裝袋、 學習單、 聯絡簿 烘焙器具 清潔用具</p>
--	---	--	--

### 教學建議：

1. 職業教育課程若安排有兩種成品組合，如飲料及糕點，在進行時，事前的準備工作十分重要。要讓整體工作流程順暢進行，進而要求工作品質。學生的基本職業操作能力穩定，在課程的操作中，如有錯誤，可立即調整作法，維持不變的是工作衛生與安全。
2. 這次在整個進行中工作順暢，但在使用飲料裝瓶的時候學生將手放在瓶口，要求學生重新消毒多耽誤了 10 分鐘，但這很重要，在關鍵時刻發現問題，學生重新處理後，下次就會正確操作，這是很好的學習機會，做中學，每次進階操作。
3. 特教班學生課程可以調整為分段練習，如洗刷水瓶及加熱消毒，沖泡彩虹飲料學習自己調製及觀察其顏色變化，銅鑼燒製作則加強鍋鏟翻面及壓平紅豆餡等重要操作項目。

### 教學心得及省思：

本組學生具備基本的生活自理能力及簡易操作能力，因課程安排時間緊密，所以學生必須專注學習與老師合作，同學平時也要培養良好的合作默契，這個關係是非常的密切。所以當有學生工作流程有錯誤的時，若需停下來修正或調整，就會延誤到後面的課程進度。

今天課程結束來不及打掃，中午先讓同學先回班上用餐後，再回到職業教室來完成清潔打掃的工作，而學生一點都沒有抱怨，看見孩子們負責任的工作態度，老師都覺得很感動！所以都給予正面的肯定，給予每位學生一份彩虹飲料的材料帶回家，讓學生可以自己操作及重複練習，並能與家人分享，大家都很开心！

課後工作檢討，老師需要調整的部分，在課程進行中，學生的合作學習成效良好，因課程內容安排較多，操作時間則較為緊密，可以再多保留一點的時間，讓學生有多一分彈性學習，可以進行討論、品嚐成果及心得交流的機會。

### 參考資料：

1. 邱霽俞(2016)。「花青素」高出 10 倍！兩步驟自製「蝶豆花茶」抗老抗氧化、預防「糖尿病」，一杯 6 種功效！【網路文字資料】。取自：<http://m.healthylikes.tw/article/2637>
2. Cityfarm(2016)。城市農場的蝶豆花【部落格文字資料】。取自：  
<http://cityfarm.pixnet.net/blog/post/221069121-%E5%9F%8E%E5%B8%82%E8%BE%B2%E5%A0%B4%E7%9A%84%E8%9D%B6%E8%B1%86%E8%8A%B1>
3. 自編教材。

## 個別化教學評量表

單元名稱：銅鑼燒及彩虹飲料

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出做銅鑼燒準備器具名稱	觀察					
	1-2 能說出彩虹飲料準備器具名稱	問答					
	2-1 能說出本單元所使用的材料	觀察					
	2-1 能準備本單元所使用的材料	操作					
	3-1 能正確秤量材料的重量	觀察					
	3-2 能依材料份量表完成記錄	紙筆					
技能方面	4-1 能依指示操作烘焙材料的技巧	觀察					
	4-2 能依指示完成操作流程	操作					
	5-1 能依指示清洗使用前、後器具	觀察					
	5-2 能將使用器具擦拭乾淨歸位	操作					
情意方面	6-1 能注意安全進行操作電器用品	觀察					
	6-2 能隨時維持工作環境安全與整潔	操作					
	7-1 能情緒穩定的接受臨時工作指令並完成工作流程	觀察					
	7-2 能認真學習、表達感謝回饋他人的工作指導	操作					
評量方式	問答、操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

## 職業教育《烘焙-甜甜銅鑼燒》學習單

日期：\_\_年\_\_月\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

### 一、選出烘焙課-製作甜甜銅鑼燒，需要的器具：



( )  ( )  ( )  ( )

### 二、選出烘焙課-甜甜銅鑼燒，需要的材料：(可複選)

1. 油類  奶油  鮮奶油  沙拉油
2. 粉類  鬆餅粉  中筋麵粉  低筋麵粉
3. 糖類  細砂糖  冰糖  果糖
4. 豆類  黑豆  紅豆  黃豆

### 三、是非題

- ( ) 1. 麵糊置於已預熱的平煎鍋內，用熱鍋冷油煎。
- ( ) 2. 雞蛋利用打蛋器打發蛋白製造蓬鬆的口感。
- ( ) 3. 煎銅鑼燒外皮要選平底鍋來煎才好用。
- ( ) 4. 測量麵粉的重量，用的單位是公克。
- ( ) 5. 測量鮮奶的重量，用的單位是公斤。

### 四、請寫出使用電鍋的注意事項

1. 使用前用清潔劑清洗，將蓋子、內鍋、外鍋清洗一次。
2. 插座部位不能用水弄濕，必免觸電。
3. 先將外鍋放入適當水量(如 2杯開水)。
4. 內鍋依食材加水，放置於外鍋裡面。
5. 先插入插座，再插電源、最後再按電鍋開關。

## 職業教育《彩虹飲料》學習單










日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

### 一、認識酸鹼變色的秘密

酸鹼性	← 酸性漸強			中性	鹼性漸強 →		
PH值	4	5	6	7	8	9	10
廣用試紙	紅	橙	黃	綠	藍	靛	紫
石蕊試紙	紅	4.5 ~ 8.3 不變色			藍		

### 二、花青素含量豐富的食材有哪些？是請打

材 料			
材 料			
材 料			

## 甜甜銅鑼燒



文山國中 魏秀芬

1

### 一、用具

使用家電：平底煎鍋、煎鏟、  
電磁爐或瓦斯爐



木質平面煎鏟 平底鍋 平面煎鏟

2

### 二、材料

鬆餅粉250公克 牛奶120cc  
低筋麵粉80公克 蛋130公克  
砂糖120公克 沙拉油1大匙  
紅豆200公克 水400cc



紅豆



紅豆餡

3

### 三、作法

- 1.紅豆泡水2小時瀝去水，放入電鍋中，內鍋加400cc水，外鍋加一杯水，待電鍋開關跳起，再加一杯水於外鍋。
- 2.電鍋開關再按再煮一次，待開關跳起後燜15分移至爐火上煮，此時再加入砂糖和油拌勻即可。
- 3.將材料鬆餅粉、牛奶、蛋、低筋麵粉 和油拌勻。
- 4.舀一匙作法1的麵糊置於已預熱的平煎鍋內（以電爐火力3預熱）每面煎 2分鐘煎熟表皮呈金黃色，翻面再煎。
- 5.最後將作法2的 紅豆餡夾在二片銅鑼燒中間即完成。

4

### 合作學習



- 1.獨立完成
- 2.觀察學習
- 3.同儕指導

5

### 實作練習



- 1.麵糊置於平煎鍋內。
- 2.煎熟表皮呈金黃色，翻面再煎。
- 3.紅豆泥夾在二片中間。

6

### 多元配方-銅鑼燒

- 原味銅鑼燒-紅豆餡
- 抹茶銅鑼燒-抹茶餡+紅豆餡
- 奶油銅鑼燒-鮮奶油+紅豆餡
- 咖啡銅鑼燒-咖啡餡+紅豆餡
- 冰淇淋銅鑼燒-冰淇淋+紅豆餡
- 巧克力慕斯銅鑼燒-巧克力慕斯
- 水蜜桃慕斯銅鑼燒-水蜜桃慕斯
- 蔓越莓乳酪銅鑼燒-蔓越莓乳酪

7

### 延伸~紅豆餅



「車輪餅」，也有人稱為「紅豆餅」。

8

## 彩虹飲料



9

## 蝶豆花介紹

來源：豆科植物蝶豆，當花開時，遠觀像藍紫色蝴蝶。

產地：熱帶亞洲瓜哇、喜馬拉亞山、印度、斯里蘭卡及摩六甲等地。台灣於1920年代引進作為綠肥植物。

種植：熱帶植物，生態環境是開闊向陽草地，可直接種在土地上，日照需要充足，生長情形越良好。



10

## 蝶豆花園



11



\* 蝶豆花 多10倍花青素

### 花青素的好處

1. 來強化微細血管
2. 增強膠質
3. 改善腦功能
4. 在體內作為抗氧化物
5. 增強眼睛感光物質「視紫質」的生成
6. 對腎臟有保護作用

12

## 漸層變色的秘密

奇幻漸層的紫紅色及藍白色  
不是人工色素



利用花本身自然色素  
以及在酸鹼度不同的  
變色效果夢幻絢麗



13

## 蝶豆花泡熱開水

- 泡法：將適量蝶豆花8~10朵放入1000c.c瓶中以100度熱水沖泡即可飲用，可持續回沖。
- 可依喜好加入其他茶飲、檸檬汁等調味搭配，泡好的蝶豆花茶呈鮮艷藍色
- 蝶豆花加入檸檬或是萊姆時，會對檸檬酸起反應，變成美麗的紫色。



14

## 花青素

是一種水溶性的植物色素，為植物之葉、花、果實及根莖常見之成分，多為具鮮艷之顏色。

酸鹼性	←酸性漸強			中性	鹼性漸強→		
PH值	4	5	6	7	8	9	10
廣用試紙	紅	橙	黃	綠	藍	靛	紫
精密試紙	紅	4.5~8.3不變色			藍		

鹼性呈藍色、中性成紫色、酸性呈紅色

15

## 花青素含量豐富者有~

- 「洛神花」
- 「玫瑰花」
- 「藍莓」
- 「紫米」
- 「蔓越莓」
- 「櫻桃」
- 「茄子」皮
- 「紫色葡萄」皮



16

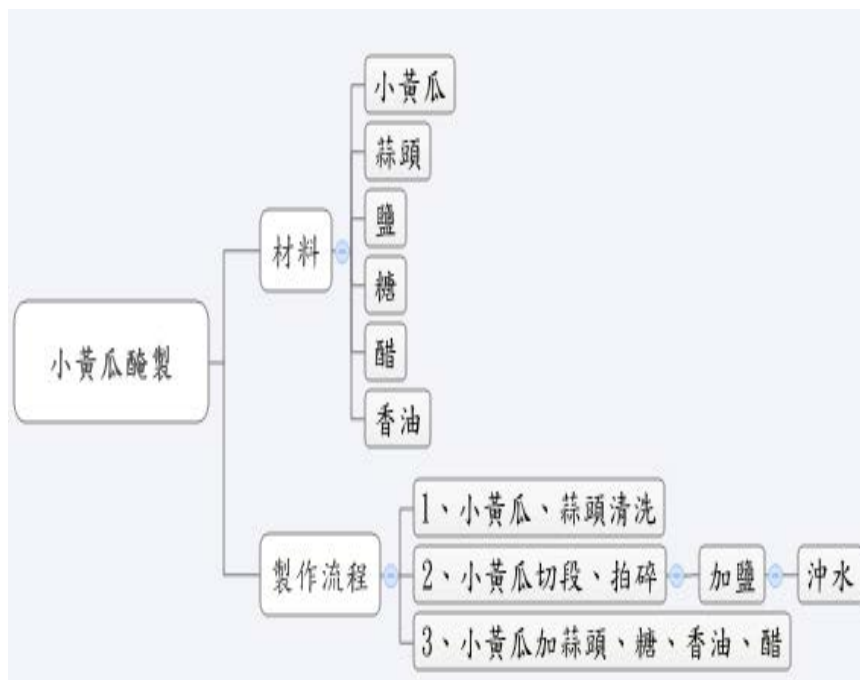
## 小黃瓜醃製教學活動設計

教學領域	職業教育	單元名稱	烹調/小黃瓜醃製
教學班級	資源班	教材來源	自編
教學者	蔣銘珠	教學時間	45 分鐘/一節
教學目標	<b>單元目標</b>	<b>行為目標</b>	<b>能力指標</b>
	<p><b>一、認知方面</b></p> <p>1. 能確認醃製小黃瓜使用的材料。</p> <p>2. 能確認本節課需使用的器具的名稱。</p> <p><b>二、技能方面</b></p> <p>3. 學生能依照指示準備操作烘焙材料。</p> <p>4. 學生能依照指示清理歸位使用器材。</p> <p><b>三、情意方面</b></p> <p>5. 能在工作情境中，注意工作清潔衛生。</p> <p>6. 能在工作情境中，注意工作環境安全。</p>	<p>1-1 能說出醃製小黃瓜的材料。</p> <p>1-2 能說出食材清洗的注意事項。</p> <p>2-1 能說出準備的工具名稱。</p> <p>2-2 能說出器具清洗的注意事項。</p> <p>3-1 能依示範練習操作食材清洗的技巧。</p> <p>3-2 能將小黃瓜切斷及輕壓扁操作。</p> <p>4-1 能依指示清洗使用前、使用後器材。</p> <p>4-2 能依指示將使用器具擦拭乾淨歸位。</p> <p>5-1 能說出工作前個人準備。</p> <p>5-2 能隨時注意個人衛生習慣。</p> <p>6-1 能說出使用刀具的安全。</p> <p>6-2 能隨時維護工作環境安全與整潔。</p>	<p>特殊領域 (2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-6)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(2-3-1-5)</p> <p>(2-3-2-1)</p> <p>(3-3-1-1)</p>
教學研究	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p>(一) 設計理念</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>本課程透過示範與小團體教學等教學方式，讓學生能聽清楚指令，訓練專注及持續工作的能力。</li> <li>經由職業課操作活動加強手部精細動作及手眼協調訓練，並透過食材的處理來加深感官體驗，例如；嗅覺、觸覺、味覺等。</li> <li>培養樂於參與及合作互助的工作態度，遵守工作守則與安全。</li> </ol> <p>(二) 教材分析</p> <p>工作前準備→小黃瓜醃製工作說明→實作→分享→整理場地。</p> <p><b>二、教學重點</b></p> <p>認識小黃瓜醃製的食材與調味料，學習使用相關器具與注意工作安全。</p> <p><b>三、學生特質分析</b></p> <p>(一) 學生特性</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>學生概述：資源班學生智能障礙組 4 人，具備基本操作能力。 <ol style="list-style-type: none"> <li>2 位情緒穩定，能依指令與示範完成要求的操作。</li> <li>2 位容易分心，除指令與示範，在操作時需要協助與提醒。</li> </ol> </li> <li>分組方式 <ol style="list-style-type: none"> <li>高組操作時可依指令和示範完成。</li> <li>低組操作時需示範講解，少部份需協助。</li> </ol> </li> </ol> <p>(二) 學生先備知識</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>烹飪的個人衛生知識。</li> <li>切洗材料的知識。</li> </ol> <p>(三) 學生先備技能</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>刀具操作能力。</li> </ol>		

	2. 切洗材料的基本能力。		
<b>教學準備</b>	<b>一、教學資源：</b> 分組教室、簡報、學習單。 <b>二、材料：</b> 小黃瓜、蒜頭、鹽、糖、醋、香油、塑膠袋。 <b>三、器具：</b> 塑膠刀、大碗、盤子、砧板、圍裙、夾子、小叉子。 <b>四、器材：</b> 工作桌。		
<b>目標代號</b>	<b>教 學 活 動</b>	<b>時 間</b>	<b>教學資源</b>
5-1 5-2	<b>壹、準備活動</b> <b>一、課前準備</b> (一)教師：備好本單元醃製的材料、器材用具準備及佈置教學環境。 (二)學生：留意食材醃製製作之衛生禮儀。 <b>二、課間準備</b> (一)引起注意(引起動機) 1. 請學生進教室後，交聯絡簿、穿上圍裙、洗手擦乾、坐好準備上課。 2. 老師引導同學們說出自己曾經吃過或喜歡的醃製食材名稱。 (二)告知學習目標(單元名稱及教學目標) 1. 說明今天小黃瓜食材清洗注意事項。 2. 說明小黃瓜醃製過程的步驟。 (三)先備知識回憶(複習舊經驗) 1. 分享自己在食材醃製的經驗及清洗時要注意的事項。 2. 說明食材醃製的過程自己曾經留意的重點。	8 分鐘	
1-1 1-2 2-1 2-2	<b>貳、發展活動</b> <b>一、呈現刺激材料</b> (一)小黃瓜食材清洗注意事項。 配合教學簡報，列出今日的食材：小黃瓜、蒜頭、鹽、糖、醋、香油等。 (二)小黃瓜醃製過程的步驟。 1. 依照列出醃製小黃瓜的材料名稱及用量，讓學生依序自己拿取與確認。(部份學生由協同老師協助) 2. 請學生清洗食材並用冷開水最後沖洗一次。 3. 請學生將清洗好的食材切段與拍碎。 4. 請學生將切段拍碎的食材加少許鹽巴殺青，2分鐘後再用開水沖掉澀水。 5. 請學生將殺青處理後的食材加入蒜頭、糖、香油、醋少許，拌勻後靜置10分鐘，再將成品打包。	10 分鐘 15 分鐘	材料表 簡報、圍裙 塑膠刀、大碗、砧板、小黃瓜、蒜頭、鹽、糖、醋、香油。
3-1 3-2 4-1 5-1 5-2 6-1 6-2	(三)分享成品及整理場地。 1. 同學品嚐小黃瓜，並準備夾子以小包裝分裝入袋。 2. 工作環境整理，清洗使用之基本器具。	5 分鐘	夾子、塑膠袋 小叉子

## 二、學習輔導

- 1-1 (一) 依提示圖的學習指引，先清洗食材的注意事項需再提醒  
1-2 確認，例如開水沖洗用鹽醃過的小黃瓜，而非水龍頭的  
2-1 生水。  
2-2 (二) 低組學生需更多示範及協助，例如；食材切段或拍碎  
的技巧。



## 三、引發表現

老師提問「殺青」要注意事項或請學生示範。例如：用鹽巴搓揉小黃瓜、或鹽巴搓完食材後靜置 3-5 分鐘等。

## 四、提供回饋

- (一) 回答老師的提問或示範操作正確者給予鼓勵。  
(二) 回答或操作不夠明確部分可以請其他同學提供建議。

## 參、綜合活動

### 一、歸納要點

請學生摘要今天工作流程，可搭配學習單使用。

### 二、評量 (評估表現)

- (一) 分享並檢討這項美食的口味與口感。  
(二) 配合學習單完成自評。

### 三、增強

- (一) 總結性增強，讚美同學本節課表現良好的部分。  
(二) 學習表現正向部分可在聯絡簿的集點卡蓋章鼓勵。

### 四、交代作業

- (一) 紀錄聯絡簿，回家和家人分享今日成品。  
(二) 完成學習單。

----- 第一節結束 -----

7 分鐘

學習單

學習單

聯絡簿  
學習單

**教學建議：**

善用職業教育課程烹飪主題的優勢，學生參與動機高，可配合九年一貫課程特殊需求領域之學習策略課程，增進記憶與組織能力的訓練。此外，學生在職業課檢核各項食材與描述工作流程能增加語言描述的流暢性。

本組學生因人數不多，每項活動設計都可以讓每位學生練習操作，讓能力較好的同學可以協助能力較弱的同學，或是每週讓同學輪流擔任的小組長，負責檢核與提醒同學的工作進度，增加合作學習的機會，讓輪流等待的時間盡量減少。

**教學心得及省思：**

本組學生具備簡易操作能力，為提昇學生的生活技能與獨立生活自理能力，本職業教育課程重點在加強執行指令的能力，提昇工作態度與實際效能，培養未來就業所需之基本能力。

本節職業課只有一節課時間，考量時間分配與場地利用，不宜設計太多練習技巧，例如：本節課本單元只著重小黃瓜切段技巧的練習，下次上課再加強第二種技巧。此外，若沒有相關的教室或設備可以配合時，建議先將該節課需使用到的開水準備好並放在教室，節省學生在教室與洗手台來回時間。

學生對烹飪單元非常有興趣，課後可以有成品的立即增強所以參與度高，但在聽從指示與指令執行的精確度上仍需更多練習機會。老師可以在最後檢討時提出來討論，並提醒學生列為下一次上課的評分重點，增加學生的指令執行精確度。

參考資料：自編教材。

## 個別化教學評量表

單元名稱：烹調-小黃瓜醃製

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出醃製小黃瓜的食材	觀察					
	1-2 能說出醃製小黃瓜所需工具	問答					
	2-1 能說出食材清洗的注意事項	觀察					
	2-2 能說出器具清洗的注意事項	問答					
技能方面	3-1 能依示範來操作食材清洗技巧	觀察					
	3-2 能依指示完成小黃瓜處理流程	操作					
	4-1 能將使用過的器具清洗乾淨	觀察					
	4-2 能將使用器具擦乾放回原位	操作					
情意方面	5-1 能在工作前做好個人準備工作	觀察					
	5-2 能隨時維持個人的清潔衛生	操作					
	6-1 能注意使用刀具的安全問題	觀察					
	6-2 能隨時維護工作環境安全與整潔	操作					
評量方式	問答、操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

## 職業教育《烹調-小黃瓜醃製》學習單

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

一、準備活動	<p>1. 寫出今天使用到的食材，至少 3 項</p> <p>_____。</p> <p>《答：小黃瓜、蒜頭、鹽、糖、醋、香油》</p> <p>2. 寫出今天使用到的工具，至少 2 項</p> <p>_____。</p> <p>《答：塑膠刀、大碗、砧板、圍裙》</p>
二、活動步驟	<p>3. 想一想，我今天做得最好的步驟活動是</p> <p>_____。</p>
三、活動程序	<p>4. 依正確順序排列出小黃瓜醃製作法：</p> <p>_____。</p> <p>a. 殺青後的小黃瓜加入蒜頭、糖、香油、醋少許、拌勻後 靜置 10 分鐘。</p> <p>b. 小黃瓜、蒜頭洗淨。</p> <p>c. 小黃瓜切段、拍碎，蒜頭拍碎。</p> <p>d. 小黃瓜加少許鹽殺青，2 分鐘後再用開水沖掉澀水。</p> <p>《答：b. →c. →d. →a》</p>

## 職業教育《烹調-小黃瓜醃製》學習單

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

同學認為今天表現如何？有完成的請✓

檢核項目	完成 ✓	備註
上課前我有穿好圍裙。		
上課前我已確實洗好手。		
我可以舉例說明食物醃製須注意衛生常識。		
我可以領取自己的食材、器具		
我做到小黃瓜、蒜頭洗淨。		
我做到小黃瓜切段、拍碎。		
我做到蒜頭拍碎。		
我做到小黃瓜加少許鹽殺青，2分鐘後再用開水沖掉澀水。		
我做到小黃瓜加入蒜頭、糖、香油、醋少許、拌勻後靜置10分鐘。		
我做到小黃瓜裝玻璃罐。		
我可以分享並檢討這項美食的口味和功效。		
我可以整理場地、工具歸位。		

# 醃製小黃瓜

永和國中 蔣銘珠

1

## 工作檢核

- 工作進度提示
- 教師檢核
- 學生自我檢核
- 工作檢核表舉例

2

## 工作前準備

- 交聯絡簿
- 穿好圍裙
- 洗手
- 就定位

3

## 工作前準備

- 比一比
- 正確的穿著圍裙



4

## 第一階段 工作說明

- 本節課單元—小黃瓜醃製
- ①確認醃製食材之衛生重點
- ②依指令與提示領取材料

5

## 第二階段 實作

- 1. 蒜頭去皮



將蒜頭外皮剝掉

6

## 第二階段 實作

- 2. 清洗食材(最後沖洗冷開水備用)



清洗小黃瓜



清洗蒜頭

7

## 第二階段 實作

- 3. 小黃瓜拍碎



小黃瓜切段



小黃瓜拍碎

8

### 第二階段 實作

- 4. 蒜頭切碎



用刀子將蒜頭切碎

9

### 第二階段 實作

- 5. 利用鹽巴殺青，靜置。  
等待小黃瓜出水



小黃瓜加鹽

將鹽與小黃瓜混和均勻

10

### 第二階段 實作

- 6. 用冷開水沖洗，將水瀝乾



11

### 第二階段 實作

- 7. 調味：糖、醋、香油等



加糖

加醋

加香油

12

### 第二階段 實作

- 8. 調味後，靜置10分鐘



13

### 第二階段 實作

- 9. 打包裝罐



將醃製小黃瓜裝入袋中

將塑膠袋打結

14

### 第三階段 綜合活動

- 分享成品
- 清洗工具
- 整理場地

15

### 職業課 檢討

- 工作檢核執行效能
- 時間管理效能
- 指令執行精確度

16

## 香蕉蘋果燕麥牛奶教學活動設計

<b>教學領域</b>	職業教育	<b>單元名稱</b>	烹調/香蕉蘋果燕麥牛奶						
<b>教學班級</b>	特教班	<b>教材來源</b>	自編						
<b>教學者</b>	朱盈潔	<b>教學時間</b>	90 分鐘/二節						
<b>教 學 目 標</b>	<b>單 元 目 標</b>	<b>行 為 目 標</b>	<b>能力指標</b>						
	<p>一、認知方面</p> <p>1. 能說出香蕉蘋果燕麥牛奶使用的材料。</p> <p>2. 能說出烹飪器具與器材的名稱。</p> <p>3. 能辨識量匙與量杯正確量出使用材料。</p> <p>二、技能方面：</p> <p>4. 學生能依照指示準備操作烹飪材料。</p> <p>5. 學生能依照指示清理歸位使用器材。</p> <p>三、情意方面：</p> <p>6. 能在工作時，維持個人清潔衛生。</p> <p>7. 能在工作情境中，注意工作環境安全。</p>	<p>1-1 能確認香蕉蘋果燕麥牛奶的材料。</p> <p>1-2 能說出自己準備的材料。</p> <p>2-1 能說出準備烹飪器具名稱。</p> <p>2-2 能說出需要使用的器材的名稱。</p> <p>3-1 能說出量匙的大小分類。</p> <p>3-2 能指出準備的材料量匙所需份量。</p> <p>3-3 能正確測量準備所有的材料。</p> <p>3-4 能依材料份量表記錄完成學習單。</p> <p>4-1 能依示範練習操作烹飪材料的技巧</p> <p>4-2 能將蘋果削皮及切成小塊。</p> <p>4-3 能將香蕉削皮撥成小塊。</p> <p>5-1 能依指示清洗使用前、使用後器材</p> <p>5-2 能依指示將使用器具擦拭乾淨歸位</p> <p>6-1 能說出工作前個人準備。</p> <p>6-2 能隨時注意個人衛生習慣。</p> <p>7-1 能說出使用刀具的安全。</p> <p>7-2 能依指示做出適合的安全動作。</p> <p>7-3 能隨時維護工作環境安全與整潔。</p>	<p>特殊領域</p> <p>(2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-2)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-1)</p> <p>(2-3-2-1)</p> <p>(2-3-2-3)</p>						
<b>教 學 研 究 分 析</b>	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p><b>(一)設計理念</b></p> <p>1. 本課程透過示範教學、練習教學及小組教學法等教學方式，並訓練觀察力、專注的工作及持續耐力，依工作情境進行實物操作、反覆練習以達精熟學習程度。</p> <p>2. 訓練眼手協調及精細動作，如削皮、切塊等動作能力，並由身體感官體驗嗅覺、味覺、視覺等反應。</p> <p>3. 培養良好的工作習慣與態度，能依工作規範認真學習，遵守工作守則與安全，預防工作意外災害，並增進同儕分工合作學習及接受工作的調整。</p> <p><b>(二)教材分析</b></p> <p>藉由果汁製作的課程，讓學生能實際操作烹飪基本工具及材料，以及注意工作環境的安全與整潔，保持良好、穩定的工作態度。</p> <p><b>二、教學重點</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th style="width: 10%;">節次</th> <th>教 學 重 點</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>認識材料與工具、材料準備及測量。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>烹飪材料實物操作、清洗器具及環境清潔整理工作、綜合活動。</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>三、學生特質分析</b></p> <p><b>(一)學生特性</b></p>			節次	教 學 重 點	1	認識材料與工具、材料準備及測量。	2	烹飪材料實物操作、清洗器具及環境清潔整理工作、綜合活動。
節次	教 學 重 點								
1	認識材料與工具、材料準備及測量。								
2	烹飪材料實物操作、清洗器具及環境清潔整理工作、綜合活動。								

	<p>1. 學生概述：特教班學生 6 人</p> <p>(1) 智能障礙學生 1 人，具備基本操作能力。</p> <p>(2) 自閉症學生 2 人，操作時，少部份需協助。</p> <p>(3) 多重障礙學生 3 人，操作時，大部分需協助。</p> <p>2. 分組方式</p> <p>(1) 高組具備基本操作能力，能指令及示範進行操作，能分辨烹飪基本的材料與器具。</p> <p>(2) 低組進行操作時，需大部份協助，認識烹飪基本的材料與器具。</p> <p><b>(二) 學生先備知識</b></p> <p>1. 學生已學過簡易的果汁製作，能說出烹飪課常見的材料與器具。</p> <p>2. 學生在提醒下能注意基本的工作安全與衛生。</p> <p><b>(三) 學生先備技能</b></p> <p>1. 學生能操作基本的烹飪工具(削皮刀、水果刀、果汁機等)。</p> <p>2. 學生能將蘋果削皮、切成塊狀、香蕉剝皮等技巧。</p>		
<b>教學準備</b>	<p><b>一、教學資源：</b>生活自理教室、電腦、投影機、簡報、放大量杯圖、學習單。</p> <p><b>二、材料：</b>香蕉、燕麥、蘋果、牛奶、水、鹽。</p> <p><b>三、器具：</b>量杯、量匙、砧板、水果刀、削皮刀、鋼盆、飯碗。</p> <p><b>四、器材：</b>果汁機、工作台、水槽。</p>		
<b>目標代號</b>	<b>教 學 活 動</b>	<b>時間</b>	<b>教學資源</b>
	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p><b>一、課前準備</b></p> <p>(一) 教師</p> <p>1. 提前通知上課準備注意事項。</p> <p>2. 準備放大量杯圖，量杯、量匙等練習器具。</p> <p>3. 本單元烹飪材料、器材用具準備及佈置教學環境。</p> <p>(二) 學生：需攜帶圍裙、頭罩，及提早剪指甲。</p> <p><b>二、課間準備</b></p> <p>(一) 引起動機</p> <p>1. 請學生進教室後，穿上圍裙、頭罩、洗手擦乾，準備上課。</p> <p>2. 老師引導同學們說出自己曾經喝過的果汁名稱。</p> <p>(二) 告知學生學習目標(單元名稱及教學目標)</p> <p>在白板列出香蕉燕麥牛奶材料名稱及用量，指定學生依白板材料給予指認並排列。(低組學生由老師提示或部份協助)</p> <p>(三) 先備知識回憶(複習舊經驗)</p> <p>1. 瞭解燕麥要泡開、蘋果要削皮、香蕉要剝皮。</p> <p>2. 使用削皮刀與水果刀應特別注意操作使用安全。</p>	5 分鐘	
1-1		5 分鐘	材料表
	<p><b>貳、發展活動</b></p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>(一) 請學生說出香蕉蘋果燕麥牛奶各項材料名稱及用量，及量杯</p>	10 分鐘	烹飪材料
1-1	刻度。		
1-2			
2-1	(二) 烹飪材料：香蕉 1 根、蘋果 2 大匙、燕麥 1 大匙、水 1/2 杯、		
2-2	牛奶 1/2 杯。		
	(三) 請學生說出正確的材料，指出白板上放大量杯圖的位置。		

3-1	(四)分配學生請領材料，並說出準備的材料。		
3-2	(五)食材前處理		
3-3	1. 請學生將燕麥放入碗中，並加 1/2 碗熱水泡開。	5 分鐘	
3-4	2. 依老師指示烹飪器具使用前需清洗備用。		
6-1	3. 請學生拿削皮刀與蘋果，開始削皮（高組獨立操作，低組老師協助）。		碗
7-1	4. 高組同學拿水果刀與砧板，將蘋果切成小塊，放入鹽水泡著。	10 分鐘	削皮刀
	<p><b>二、學習輔導</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; width: 25%;">           材料準備 香蕉蘋果 燕麥+牛奶         </div> <div style="font-size: 2em;">➡</div> <div style="border: 1px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; width: 25%;">           燕麥泡開水 蘋果削皮 香蕉剝皮 水果切成小塊         </div> <div style="font-size: 2em;">➡</div> <div style="border: 1px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; width: 25%;">           果汁機調理 倒入杯中八分滿 分享成果 環境整理         </div> </div>		水果刀、砧板、鋼盆、
	<p><b>三、引發表現</b></p> <p>老師引導並確認學生準備需要的烹飪器材及用具。</p>	2 分鐘	
	<p><b>四、提供回饋</b></p> <p>老師提問香蕉蘋果燕麥牛奶，應準備哪些材料?正確者給予鼓勵。</p>	3 分鐘	
	<p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、總結本課程材料準備與器具使用注意事項。</p> <p>二、預告下堂課進入實物操作內容。</p> <p style="text-align: center;">----- 第一節結束 -----</p>	5 分鐘	
	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p><b>一、課前準備</b></p> <p>準備筆電、投影機、投影螢幕。</p> <p><b>二、課間準備</b></p> <p>(一)引起動機</p> <p>讓學生認識教學活動注意事項，確認準備好的材料，並瞭解果汁製作操作重點，如量杯、量匙等測量性工具。</p> <p>(二)告知學生學習目標</p> <p>1. 準備進行果汁製作流程。</p> <p>2. 老師提醒果汁機使用注意事項。</p>		簡報
4-1			
4-2			
4-3			
5-1		5 分鐘	個人杯子
5-2			量杯、量匙
6-1			果汁機
6-2	<p><b>貳、發展活動</b></p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>(一)說明製作果汁基本操作的技巧，如簡報。</p> <p>(二)教師提示工作步驟及注意事項。</p> <p>1. 能依指示練習操作烹飪材料的技巧</p> <p>(1) 香蕉剝皮後剝成小塊放入個人杯中。</p> <p>(2) 將個人杯中的香蕉、蘋果 2 大匙、燕麥 1 大匙、1/2 杯牛奶、1/2 杯水放入果汁機。</p> <p>(3) 按下果汁機的啟動鍵，將所有材料打成汁，倒入個人杯中。</p>	5 分鐘	清潔用具
		15 分鐘	

	<p>(4) 老師與同學成果分享，並說出品嚐後的感覺。</p> <p>(5) 能依老師指示清洗使用烘焙器材及用具，並將使用器具擦乾歸位，同學分工合作清洗及環境清潔整理。</p> <p><b>二、學習輔導</b></p> <p>(一)提示性的學習指引練習操作烹飪材料的技巧。</p> <p>1. 善用器具-可以用量杯控制水量，影響果汁的濃稠度。</p> <p>2. 安全防護-果汁機須加蓋，防止果之外濺。</p> <p>(二)使用果汁機將材料打成液狀即可。</p> <p><b>三、引發表現</b></p> <p>(一)讓學生說出工作安全注意事項。</p> <p>(二)進行操作步驟重點提問。</p> <p><b>四、提供回饋</b></p> <p>讓學生及時知道行為表現結果的對與錯，提供正向回饋。</p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p><b>一、歸納要點</b></p> <p>5-1 (一)能說出香蕉蘋果燕麥牛奶製作材料及注意事項。</p> <p>6-1 (二)能說出在工作情境中，應注意衛生、安全的工作。</p> <p>6-2 (三)能說出在工作時，遵循指示，發揮互助合作精神。</p> <p>7-1 <b>二、評量（評估表現）</b></p> <p>7-2 (一)學習單完成自評。</p> <p>7-3 (二)工作態度、合作學習表現。</p> <p><b>三、增強</b></p> <p>(一)做總結性增強，同學上課優良表現用正字記錄。</p> <p>(二)學習表現較佳者，在班級增強版中給予紀錄鼓勵。</p> <p><b>四、交代作業</b></p> <p>回家要完成學習作業單。</p> <p>----- 第二節結束 -----</p>	5 分鐘	
		5 分鐘	
		3 分鐘	學習單
		2 分鐘	
		5 分鐘	
<p><b>教學建議：</b></p> <p>1. 可配合九年一貫課程特殊需求領域之溝通技能課程1節，運用在職業課程的知識與材料中增進口述的完整性，及對工作流程順序性概念頗有助益；透過注意力策略學習情境，以維持特定項目的學習專注時間。</p> <p>2. 善用職業教育課程優勢，引起學生學習動機及培養正確的工作態度。</p>			
<p><b>教學心得及省思：</b></p> <p>本班學生需訓練簡單操作技能，與辨識常用烹飪器具，增加生活實用技能與經驗，並依學生身心障礙特質以及個人與環境間互動狀況，建立學生工作流程之完整度與流暢性，及與同學分工合作操作訓練，皆納入評估其生涯發展與職業轉銜之需求，也在實際生活中運用應對進退的禮貌行為及態度，訓練聽從指令，接受工作調整，並學習將成果與人分享。</p> <p>教學者在課程設計時，需要先熟悉操作工作內容，並預期學生可能有的反應，以及分配協同人員的工作職責，才能在緊湊的教學情境中，加強特殊需求學生之職業技能訓練，引導及培養未來就業轉銜導向之具體目標與工作能力。</p>			
<p><b>參考資料：</b></p> <p>自編教材</p>			

## 個別化教學評量表

單元名稱：烹調-香蕉蘋果燕麥牛奶

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級：      年      班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出常用的烹飪器具名稱	觀察 問答					
	1-2 能說出常用的烹飪器材名稱						
	2-1 能說出本單元所使用的材料	觀察 操作					
2-1 能準備本單元所使用的材料							
	3 1 能正確用量匙與量杯量出材料的份量	觀察 操作					
技能方面	4-1 能依指示準備材料	觀察 操作					
	4-2 能依指示完成操作流程						
	5-1 能將使用過的器具清洗乾淨	觀察 操作					
	5-2 能將使用器具擦乾放回原位						
情意方面	6-1 能在工作前做好個人準備工作	觀察 操作					
	6-2 能隨時維持個人的清潔衛生						
	7-1 能注意工作情境中的安全問題	觀察 操作					
	7-2 能隨時維護工作環境安全與整潔						
評量方式	問答、實際操作、觀察、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

# 職業教育《烹調-香蕉蘋果燕麥牛奶》學習單

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日




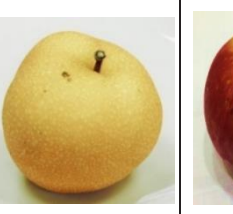

姓名：\_\_\_\_\_

## 一. 哪些是飲料(對的打√，錯的打X)

## 二. 操作小高手：

(一) 要削皮的打√，不要的打 x

(二) 對的打勾，錯的打 x

削皮工具				
	( )	( )	( )	( )

## 三. 製作流程我最棒(對的打 0，錯的打 x)

- ( ) 1. 蘋果可以不須切塊直接放入果汁機打汁。
- ( ) 2. 食材在使用前要先用清水沖洗乾淨。
- ( ) 3. 燕麥片要先用熱水泡開，才會融入味道。
- ( ) 4. 使用刀具切東西時，要注意姿勢，不要切到手指頭。
- ( ) 5. 香蕉不用剝皮就可以食用。
- ( ) 6. 燕麥片有很多纖維，會促進腸胃蠕動。
- ( ) 7. 可以直接拿起果汁機倒入嘴巴喝，比較方便。

# 香蕉蘋果燕麥牛奶

鳳鳴國中 朱盈潔

## 認識器具

- 基本器具  
刀子、削皮刀、湯匙、砧板、量杯、果汁機
- 操作注意事項  
1.清洗乾淨並擦乾器具  
2.安全使用刀具

2

## 器具



3

## 烹飪材料



4

## 材料



5

## 步驟



6

## 步驟



7

## 步驟



8

### 步驟



½杯牛奶  
倒入果  
汁機



½杯冷開  
水倒入  
果汁機



啟動果汁  
機攪拌所  
有材料

9

### 步驟



飲料倒  
入杯中



享用  
成品

10

### 介紹量杯測量份量



量水杯  
裝冷水使用  
以cc數為單位



量米杯  
1杯=180ml  
1杯米可煮出  
約2碗白飯



不鏽鋼量杯  
1杯=250ml  
烘焙使用



玻璃量杯  
實驗室使用  
可耐熱  
以cc數  
或ml為單位

11

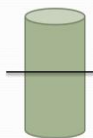
### 如何使用容器測量

#### ● 容器測量

1杯



半杯 (½杯)



12

### 如何倒出八分滿飲料



- 基於禮貌與安全性，飲料倒八分滿為佳。
- 如果少於八分，看起來太少，則不禮貌。
- 如果多於八分，在拿杯子時，容易倒出來。
- 在杯子上用彩色膠帶標示八分滿的位置，練習將飲料倒至標線處。

13

### 實作練習一



- A 削蘋果
- B 蘋果切塊
- C 香蕉剝皮
- D 香蕉剝小塊

14

### 實作練習二



- A 放入蘋果2匙
- B 再加燕麥1大匙
- C ½杯牛奶+ ½杯冷開水
- D 果汁機操作

15

### 品嚐與分享

#### 香蕉蘋果燕麥牛奶

口味：  
香甜、濃密的口感，好好喝喔！

- 好處：
1. 燕麥含有豐富的膳食纖維，對於促進腸道蠕動有很好的幫助，能有效地降低人體中不好的膽固醇。
  2. 香蕉在人體內能幫助大腦製造一種化學成分-血清素，能夠刺激神經系統，給人帶來歡樂、平靜及臨睡的信號，甚至還有鎮痛的效應。
  3. 適合於早上食用。



16

## 地瓜圓教學活動設計

教學領域	職業教育	單元名稱	烹調/地瓜圓			
教學班級	特教班	教材來源	自編			
教學者	易惠芬	教學時間	90分鐘/二節			
教學 目 標	<b>單 元 目 標</b>	<b>行 為 目 標</b>	<b>能 力 指 標</b>			
	<p><b>一、認知方面</b></p> <p>1. 能說出地瓜圓製作使用的材料。</p> <p>2. 能說出使用的烹飪器具與設備的名稱。</p> <p><b>二、技能方面</b></p> <p>3. 學生能依照指示準備及操作烹飪材料。</p> <p>4. 學生能依照指示清理並歸位使用的器材及設備。</p> <p><b>三、情意方面</b></p> <p>5. 能在工作時，維持個人清潔衛生。</p> <p>6. 能在工作情境中，注意工作環境安全。</p> <p>7. 能在工作時，遵循工作指示互助合作。</p>	<p>1-1 能指認地瓜圓的材料。</p> <p>1-2 能說出自己準備的材料。</p> <p>2-1 能說出準備的烹飪器具名稱。</p> <p>2-2 能說出需要使用的烹飪設備名稱。</p> <p>3-1 依示範，練習操作烹飪材料的技巧</p> <p>3-2 能將麵糰揉捏成圓球及搓成條狀。</p> <p>4-1 能依指示完成器材使用前後的清潔工作。</p> <p>4-2 能依指示擦拭器具並歸位。</p> <p>5-1 能說出工作前個人準備。</p> <p>5-2 能隨時注意個人衛生習慣。</p> <p>6-1 能說出使用電鍋、電磁爐的安全。</p> <p>6-2 能隨時維護工作環境安全與整潔。</p> <p>7-1 能接受工作調整進行合作學習。</p> <p>7-2 能遵守工作場所中的時間規範。</p>	<p>特殊領域</p> <p>(2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-2)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-1)</p> <p>(2-3-2-1)</p> <p>(2-3-2-3)</p> <p>(3-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-4)</p>			
教學 研 究	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p><b>(一) 設計理念</b></p> <p>1. 提升能力：本課程透過電腦簡報、示範教學、操作練習教學及合作教學法等進行教學；透過操作實習，學習一般廚具正確操作方式，以提升生活能力及自我照顧能力。</p> <p>2. 守規與安全：預防工作意外災害，並訓練專注的工作及持續耐力，加強同儕分工合作及小組協調合宜的態度，讓學生能遵守工作守則並注意安全。</p> <p>3. 體驗各種感覺：包括視覺、觸覺、嗅覺、味覺等。訓練粗細動作及手眼協調動作。</p> <p><b>(二) 教材分析</b></p> <p>藉由地瓜圓製作的課程，讓學生認識節令農產-地瓜、認識並操作烹飪基本工具，此外也藉著活動進行提升學生注意工作環境安全與維持整潔的能力，保持良好、穩定的工作態度。</p>					
	<p><b>二、教學重點</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 10%;">節次</th> <th>教 學 重 點</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>認識各種材料、工具，實物操作。 認識當令農產，培養良好衛生與安全觀念。</td> </tr> </tbody> </table>			節次	教 學 重 點	1
節次	教 學 重 點					
1	認識各種材料、工具，實物操作。 認識當令農產，培養良好衛生與安全觀念。					

	2	<p>認識及使用電器，了解操作步驟及注意安全。</p> <p>維持整潔及收拾環境。</p> <p>分享成品與生活應用。</p>	
	<p><b>三、學生特質分析</b></p> <p><b>(一) 學生特性</b></p> <p>1. 學生概述：特教班學生 13 人。</p> <p>(1) 自閉症學生 3 人，皆具備基本操作能力。</p> <p>(2) 智障學生 8 人，其中伴隨過動 1 人，具備基本操作能力者 1 人，需少部份協助者 3 人，需大量協助 4 人。學生情緒穩定，但認知能力不佳，容易分心。</p> <p>(3) 染色體異常 1 人，伴隨過動及情緒問題，需少部份協助。</p> <p>(4) 多重障礙 1 人（智、肢），能理解指令但僅左手可正常活動，需少部份協助。</p> <p>2. 分組方式</p> <p>(1) 高組具備基本操作能力，能聽懂老師指令及示範進行操作，能分辨基本烹飪材料與器具；需口頭提示，能完成指定項目。</p> <p>(2) 低組進行操作時，專心注意力不佳，需口頭或部分肢體協助。</p> <p><b>(二) 學生先備知識</b></p> <p>1. 學生有學習烹飪的經驗，能說出烹飪課常見的材料與器具。</p> <p>2. 學生能在提示下注意基本的工作安全與衛生。</p> <p><b>(三) 學生先備技能</b></p> <p>1. 學生能在提示或協助下操作基本的烹飪器具及電器。</p> <p>2. 學生能在提示或協助下使用揉捏麵糰、搓成條狀或球狀、壓扁等技巧。</p>		
<b>教學準備</b>	<p><b>一、教學資源：</b>教室、烹飪資訊（網路）、電腦、簡報檔案、單槍、布幕、學習單。</p> <p><b>二、材料：</b>地瓜、地瓜粉、太白粉、水。</p> <p><b>三、器具：</b>磅秤、攪拌盆、大湯匙、桿麵棍、削皮刀、切麵刀、菜刀、砧板、鐵盤、量杯、碗。</p> <p><b>四、器材：</b>電鍋、電磁爐、工作桌、水槽。</p>		
<b>目標代號</b>	<b>教 學 活 動</b>	<b>時間</b>	<b>教學資源</b>
5-1 5-2	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p><b>一、課前準備</b></p> <p>(一) 教師</p> <p>1. 提前預告教學單元，提示完成個人清潔（剪指甲、洗手）及圍裙穿戴。</p> <p>2. 烹飪材料（先量秤好）、器具、器材準備及佈置教學環境。</p> <p>3. 準備電腦及投影設備、教學檔案、評量表、作業單。</p> <p>(二) 學生：</p> <p>需攜帶聯絡簿、圍裙及提早剪指甲。</p> <p><b>二、課間準備</b></p> <p>(一) 引起動機</p> <p>1. 老師引導學生說出吃甜湯的經驗。</p> <p>2. 聯想甜湯中能加哪些料？</p> <p>(二) 告知學生學習目標（單元名稱及教學目標）</p> <p>1. 簡述地瓜圓重點（寫在黑板）</p> <p>2. 準備地瓜圓材料、器具及電器名稱。</p> <p>3. 說明地瓜需要處理與蒸熟。</p> <p>(三) 先備知識回憶（複習舊經驗）</p>	<p>1 分鐘</p> <p>2 分鐘</p>	<p>呈現實物表</p> <p>呈現器材表</p>

	<p>1. 食物藉由簡單加工，可提升風味及延長保存時間，經驗分享。</p> <p>2. 回顧使用電器的經驗與方法，並喚醒注意安全的觀念。</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>1-1 (一) 地瓜圓地瓜材料、器具及電器。</p> <p>1-2 1. 使用的材料：地瓜、地瓜粉、太白粉、水。器具：削皮刀、量杯；器材：電鍋。</p> <p>2-1 2. 請學生一一跟著老師複誦並指認實物。請學生說出地瓜圓材料的名稱。(高組口述、低組指認)</p> <p>2-2 3. 材料秤量：請學生使用磅秤，依材料份量完成準備。</p> <p>地瓜……1000g      地瓜粉…200g 太白粉…少許      水………少許</p> <p>3-1 (二) 地瓜材料處理</p> <p>6-1 1. 請學生洗淨地瓜備用。</p> <p>7-1 2. 老師示範削皮法後請學生操作。(地瓜皮可保留作堆肥)</p> <p>7-2 3. 老師示範後請學生將削過皮的地瓜切成 1-2 公分的片狀。</p> <p>4. 老師示範電鍋用法後，請學生在外鍋加兩杯水並完成蒸地瓜的動作。(高組可獨立完成)</p>	2 分鐘	呈現實物表
		5 分鐘	呈現器材表 材料及器具實物
		10 分鐘	
		5 分鐘	水槽設備 削切器具 電鍋
		5 分鐘	
	<p><b>二、學習輔導</b></p> <div data-bbox="347 1149 1225 1658" data-label="Diagram"> <pre> graph TD     A[地瓜圓] --&gt; B[材料]     A --&gt; C[器具]     A --&gt; D[器材]     A --&gt; E[地瓜處理]     B --&gt; B1[地瓜]     B --&gt; B2[水]     B --&gt; B3[太白粉]     B --&gt; B4[地瓜粉]     C --&gt; C1[削皮刀]     D --&gt; D1[電鍋]     E --&gt; E1[削皮]     E1 --&gt; E2[蒸熟] </pre> </div>		
	<p><b>三、引發表現</b></p> <p>老師引導並確認學生準備的烹飪器材及用具。</p>	5 分鐘	
	<p><b>四、提供回饋</b></p> <p>老師提問地瓜圓應準備哪些材料與器材?正確者給予鼓勵。</p>	5 分鐘	
	<p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、一邊蒸地瓜、一邊以 PPT 做播放及說明，讓學生了解製作地瓜圓該如何準備材料與器具，更清楚製作細節與流程、衛生與安全事項、各種物品命名包括材料、器具及設備等。(高組獨立回答、低組部分提示)</p> <p>二、下課時提醒同學脫下圍裙，稍休息後、下一節再進行工作。</p> <p style="text-align: center;">----- 第一節結束 -----</p>	5 分鐘	教學 PPT



<p>7-1 7-2</p>	<p><b>參、綜合活動</b></p> <p><b>一、歸納要點</b></p> <p>(一) 能說出地瓜圓製作材料及注意事項。</p> <p>(二) 能說出在工作情境中，應注意衛生、安全的工作。</p> <p>(三) 能說出在工作時，應遵循指示、發揮互助合作精神。</p> <p><b>二、評量 (評估表現)</b></p> <p>(一) 學習單完成自評。</p> <p>(二) 工作態度、合作學習表現。</p> <p><b>三、增強</b></p> <p>(一) 做總結性增強，同學上課優良表現記優點表示。</p> <p>(二) 學習表現較佳者，可優先選擇一碗甜湯。</p> <p><b>四、交代作業</b></p> <p>記錄聯絡簿及回家作業。</p> <p>----- 第二節結束 -----</p>		<p>聯絡簿</p>
<p><b>教學建議：</b></p> <p>本教學單元內容較簡單，全部過程可在兩節課之內完成。若教學步驟較複雜，則建議教師先完成一部份，只留預定教學重點給學生操作，較易掌握兩節之內完成。</p> <p>本單元進行期間正逢淡水當地地瓜收成，故主題可與社區農作介紹結合。</p> <p>教學單元可與語文（材料與器材的命名及用途說明等）、數學（量測及單位換算等）、特殊需求之生活管理（個人清潔的維持及用品的分類歸位等）、自然與生活科技（植物的生長）、藝術與人文（揉捏塑形）等科目結合，使學生的學習更完整、知識與生活的結合更落實。</p> <p>大班教學時，最好以協同方式進行或請助理支援，較容易掌控教學速度及效果。分享（成品給師長）及等待（收拾後開動）也須列入教學重點之一。</p>			
<p><b>教學心得及省思：</b></p> <p>本班學生能力多低下，具基本操作能力者僅 4/13，且 4 人中有 3 人為自閉症，因此本職業教育課程重點在於加強學生的衛生觀念與習慣、提升居家生活能力、建立工作時的安全觀念、培養良好的工作態度等。</p> <p>「飲食」對特教班學生是非常具有吸引力的，他們不論能力如何都是興致勃勃、樂於嘗試。在學習中將生活中需要具備的良好觀念、負責態度很自然的帶給他們，期間也可以與其他科目的教學做連結，這是本人喜歡將烹飪帶入職業教育的重要原因。</p> <p>在教學的過程中，大部分學生的學習狀況都有明顯的進步，潛力最好的學生甚至可獲推薦參加「自辦式技藝班」，使其在職業教育方面的學習能更上層樓，對將來的就業更有實際幫助。其他學生雖然就業機會較少，但對其學習及生活亦具有長期的助益。</p>			
<p><b>參考資料：</b></p> <p>1. Mia。手作番薯圓【部落格文字資料】。取自：  <a href="https://cookpad.com/tw/%E9%A3%9F%E8%AD%9C/2044926%E6%89%8B%E4%BD%9C%E7%95%AA%E8%96%AF%E5%9C%93">https://cookpad.com/tw/%E9%A3%9F%E8%AD%9C/2044926%E6%89%8B%E4%BD%9C%E7%95%AA%E8%96%AF%E5%9C%93</a></p> <p>2. 楊桃美食網(2013)。地瓜圓在家簡單作【網路影音資料】。取自：  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Fm2Mnu2Y5FY">https://www.youtube.com/watch?v=Fm2Mnu2Y5FY</a></p> <p>3. 自編教材</p>			

## 個別化教學評量表

單元名稱：烹調-地瓜圓

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出(指出)常用烘焙器具名稱 1-2 能說出(指出)常用烘焙器材名稱	觀察 問答 指認					
	2-1 能說出(指出)地瓜圓所使用材料 2-1 能準備地瓜圓所使用的材料	觀察 操作 指認					
	3-1 能正確使用磅秤 3-2 能秤量材料的重量	觀察 紙筆					
技能方面	4-1 能依指示準備材料 4-2 能依指示完成操作流程	觀察 操作					
	5-1 能依指示完成器具使用前及使用後的清洗 5-2 能依指示將器具放回原位	觀察 操作					
情意方面	6-1 能在工作前洗淨雙手並穿好圍裙 6-2 能隨時注意維持個人的清潔衛生	觀察 操作					
	7-1 能注意工作情境中的用電安全 7-2 能隨時維護工作環境安全與整潔	觀察 操作					
	8-1 能接受工作調整進行合作學習 8-2 能遵守工作場所中的時間規範	觀察 問答					
評量方式	問答、操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

# 職業教育《烹調-地瓜圓》學習單-1

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

標出做地瓜圓的順序：1. 2. 3. 4



加地瓜粉、太白粉



煮地瓜圓



搓成條狀



蒸熟壓泥

## 職業教育《烹調-地瓜圓》學習單-2

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

連連看：(圖文配對)



地瓜



電鍋



芋頭



太白粉

## 來做地瓜圓



淡水國中 易惠芬



1

## 準備材料

- ▶ 一、地瓜1000g
- ▶ 二、地瓜粉200g
- ▶ 三、太白粉少許
- ▶ 四、水少許

2

## 準備器具

- ▶ 一、磅秤、削皮刀、砧板、菜刀-處理地瓜
- ▶ 二、電鍋 - 蒸熟地瓜
- ▶ 三、攪拌盆、湯瓢(桿麵棍)-壓泥、揉糰
- ▶ 四、鐵盤、砧板、刮刀-搓圓、切塊
- ▶ 五、鍋子、電磁爐-煮地瓜圓

3

## 主要材料

地瓜、地瓜粉、太白粉



4

## 作法

### 一、處理地瓜

洗淨  
↓  
去皮  
↓  
切片



5

### 二、地瓜蒸熟



+



外鍋加水兩杯

6

### 三、加粉揉糰

熟地瓜搗成泥



加地瓜粉、太白粉、水 → 揉成團狀

7

### 四、從條狀到小塊：

揉成條狀



切成小塊



8

◎小塊搓圓圓更好看



9

五、灑粉後完成：



小塊地瓜圓灑太白粉可避免沾黏

10

## 煮地瓜圓囉！

用電磁爐或瓦斯爐煮香Q可口的地瓜圓



水滾再放地瓜圓喔！

11

◎下鍋要輕輕攪拌



◎浮上來就熟了

12

## 煮地瓜圓囉！

用電磁爐或瓦斯爐煮香Q可口的地瓜圓



水滾再放地瓜圓喔！

11

## 應用 2

添加好料也可以

★加料更美味



雪花冰



綜合豆花

仙草、大紅豆、薏仁、綠豆

14

## 注意事項

1. 地瓜泥與地瓜粉(木薯粉)比例 5 : 1。
2. 太白粉加少許可增加Q度。
3. 糖可以不加，因地瓜本具甜味。
4. 水份加少許，視情況再慢慢加，能揉成團即可。
5. 水滾再放地瓜圓，輕攪直到浮起。

15

## 做做看

真的簡單、健康又可口喔！

THANK YOU!




16

## 貓耳朵教學活動設計

<b>教學領域</b>	職業教育	<b>單元名稱</b>	烹調/貓耳朵								
<b>教學班級</b>	特教班	<b>教材來源</b>	自編								
<b>教學者</b>	張嫻尹	<b>教學時間</b>	135 分鐘/三節								
<b>教 學 目 標</b>	<b>單 元 目 標</b>	<b>行 為 目 標</b>	<b>能力指標</b>								
	<p>一、認知方面</p> <p>1. 能說出貓耳朵使用的材料及器具。</p> <p>2. 能說出使用的中式器具與器材名稱。</p> <p>二、技能方面</p> <p>3. 能依照指示準備及製作成品。</p> <p>4. 能依照指示清理及歸位使用器材。</p> <p>三、情意方面</p> <p>5. 能在工作時，維持個人衛生。</p> <p>6. 能在工作情境中，注意工作環境安全。</p> <p>7. 能與同學互助合作，完成工作。</p>	<p>1-1 能說出貓耳朵是冷水麵糰。</p> <p>1-2 能說出貓耳朵使用的材料。</p> <p>1-3 能準備貓耳朵的材料。</p> <p>2-1 能說出(指出)需要的器材。</p> <p>2-2 能確認自己準備的器具</p> <p>3-1 能將粉類及液態類混和成糰。</p> <p>3-2 能持續搓揉麵糰 5 分鐘以上。</p> <p>3-3 能使用大拇指向上推麵片。</p> <p>4-1 能依指示清洗使用的器材。</p> <p>4-2 能依指示將使用器具晾乾歸位。</p> <p>5-1 在工作前能完成手部清潔及穿好工作服。</p> <p>5-2 能隨時注意個人衛生習慣。</p> <p>6-1 能說出使用瓦斯爐的注意事項。</p> <p>6-2 能選用適合的安全防護設備。</p> <p>7-1 能接受工作調整進行合作學習。</p>	<p>特殊領域 (2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-1)</p> <p>(2-3-2-1)</p> <p>(2-3-2-3)</p> <p>(3-3-1-3)</p>								
<b>教 學 研 究 分 析</b>	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p>(一) 設計理念</p> <p>1. 本課程先利用 PPT 讓學生了解冷水麵糰、貓耳朵製作過程，透過示範教學、操作練習等教學方式，讓學生能依序製作貓耳朵，提升工作態度及持續耐力，加強與人合作的習慣及態度，從中學習工作守則及安全。</p> <p>2. 訓練眼手協調及精細動作，如揉、捏、壓、推、滾及手腕、指關節或小肌肉活動等能力。利用品嚐貓耳朵，體驗利用嗅覺、味覺、視覺、觸覺等感官學習。</p> <p>(二) 教材分析</p> <p>學習冷水麵糰製作、貓耳朵整形及烹煮，揉麵動作可行伸至手洗課程的揉洗的動作。</p> <p><b>二、教學重點</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px 0;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">節次</th> <th>教 學 重 點</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>認識冷水麵(貓耳朵)使用的材料及器材、冷水麵糰製作。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>貓耳朵整形(用大拇指推麵片)、煮熟貓耳朵。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>清潔器具及整理環境、品嚐貓耳朵、書寫學習單。</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>三、學生特質分析</b></p> <p>(一) 學生特性</p> <p>1. 學生概述：特教班學生 6 位。</p> <p>(1) 智能障礙學生 3 位，經提醒，能自己準備器具及材料。</p> <p>(2) 自閉症伴隨智能障礙學生 2 位，持續力短暫，有觸覺敏感，容易離開工作桌，需不斷鼓勵及部分協助。</p>			節次	教 學 重 點	1	認識冷水麵(貓耳朵)使用的材料及器材、冷水麵糰製作。	2	貓耳朵整形(用大拇指推麵片)、煮熟貓耳朵。	3	清潔器具及整理環境、品嚐貓耳朵、書寫學習單。
節次	教 學 重 點										
1	認識冷水麵(貓耳朵)使用的材料及器材、冷水麵糰製作。										
2	貓耳朵整形(用大拇指推麵片)、煮熟貓耳朵。										
3	清潔器具及整理環境、品嚐貓耳朵、書寫學習單。										

	<p>(3) 腦性麻痺徐動型學生 1 位，需注意站立穩定度；能揉麵，需提醒不要太用力。</p> <p>2. 分組方式</p> <p>(1) 高組具備基本操作能力，能指令及操作，能分辨基本烹飪材料與器具。</p> <p>(2) 低組能用手抓握麵糰，將其向外推，專心注意力不佳，需口頭或部分肢體協助。</p> <p>(二) 學生先備知識</p> <p>1. 學生已認識中式點心常用的材料、器具及器材。</p> <p>2. 學生能保持基本的個人衛生，工作中應該遵守的規定及需注意的安全事項。</p> <p>(三) 學生先備技能</p> <p>1. 學生能抓握物品、大拇指能向外推動。</p>		
<b>教學準備</b>	<p>一、教學資源：生活教室、PPT、電腦、單槍、布幕。</p> <p>二、烹飪材料：中筋麵粉、水、沙拉油(少許)。</p> <p>三、烹飪器具：不鏽鋼盆、筷子、切麵刀、鍋子、漏勺、盤子、碗。</p> <p>四、烹飪器材：瓦斯爐、工作檯、水槽。</p>		
<b>目標代號</b>	<b>教 學 活 動</b>	<b>時間</b>	<b>教學資源</b>
5-1 5-2	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p><b>一、課前準備</b></p> <p>(一) 教師</p> <p>1. 先秤好各組材料(水、中筋麵粉)、準備一組器具(筷子、不鏽鋼盆、切麵刀、盤子、湯鍋、漏勺)。</p> <p>2. 準備 PPT、單槍、布幕、學習單，布置教學環境。</p> <p>(二) 學生</p> <p>1. 完成手部清潔(剪指甲、肥皂清洗)及穿戴工作服(髮帽、口罩及圍裙)。</p> <p>2. 將工作桌雜物清空並將桌面擦拭乾淨。</p>		
	<p><b>二、課間準備</b></p> <p>(一) 引起動機</p> <p>1. 提供事先做好的貓耳朵，讓學生猜猜食材像什麼東西?是什麼東西做的?</p>	5 分鐘	煮熟的貓耳朵
	<p>(二) 告知學生學習目標</p> <p>1. 簡述本單元重點為冷水麵糰製作、貓耳朵整形、貓耳朵烹煮。</p> <p>2. 簡述冷水麵糰製作重點(本節重點)</p> <p>(1) 冷水麵糰(貓耳朵)製作所需材料、器具。</p> <p>(2) 冷水麵糰製作方式。</p>	2 分鐘	PPT、電腦 單槍、布幕
1-1	<p>(三) 先備知識回憶(複習舊經驗)</p> <p>1. 複習冷水麵(加冷水)、發酵麵(加酵母)、燙麵(加沸水)的分別。</p>	3 分鐘	
	<p><b>貳、發展活動</b></p> <p>先利用 PPT 說明冷水麵糰製作方式，再帶領學生製作麵糰。</p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>(一) 冷水麵糰製作所需材料、器具：</p>		
1-2	(一) 使用的材料：麵粉、水。	5 分鐘	中筋麵粉
1-3	2. 使用的器具：筷子、不鏽鋼盆。		水、筷子 不鏽鋼盆
2-1	(二) 冷水麵糰製作方式：		切麵刀
3-1	<p>1. 鋼盆中加入中筋麵粉和水，用筷子攪拌成糰。(低組部份協助)</p> <p>2. 麵糰放置工作桌，揉麵到達 3 光(手光滑、桌面光滑、麵糰光)</p>	15 分鐘	PPT、電腦 單槍、布

3-2	<p>滑)。揉麵方式：腳前後站，一手固定靠近身體一方的麵糰，另一手心壓住麵糰前方，用身體力量往前推麵糰；利用手心由外往內捲成圓筒，麵糰轉 90 度，再次往前推麵糰。(高組獨立完成，低組：部份肢體協助)</p> <p>3. 鋼盆抹油，麵糰放置鋼盆醒麵 20 分鐘。</p> <p><b>二、學習輔導</b> 冷水麵糰製作方式整理如下圖，增加學生印象。</p> <div data-bbox="310 538 1206 1127" data-label="Diagram"> </div> <p><b>三、引發表現</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你如果想要製作冷水麵糰，要準備那些材、器具？(高組獨立準備，低組指認)</li> <li>2. 你和同學用同樣的材料做冷水麵糰，你的麵糰和同學、老師的麵糰，有什麼不同？不一樣的原因是什麼？</li> </ol> <p><b>四、提供回饋</b> 水分多麵糰較軟，揉麵過程影響麵糰軟硬，麵糰揉至 3 光，麵糰較細緻，也較好吃。(老師提醒學生觀察、觸摸自己、同學和老師的麵糰，體驗麵糰軟硬、筋性的差異)</p> <p style="text-align: center;">----- 第一節結束 -----</p> <p><b>壹、準備活動</b></p> <p><b>一、課前準備</b></p> <p>(一) 教師：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一組貓耳朵整形及烹煮的器具(不鏽鋼盆、切麵刀、盤子、湯鍋、漏勺)。</li> <li>2. 準備 PPT、單槍、布幕、學習單，布置教學環境。</li> </ol> <p>(二) 學生： 將工作桌雜物清空並將桌面擦拭乾淨。</p> <p><b>二、課間準備</b></p> <p>(一) 引起動機 提供事先做好的貓耳朵，讓學生想想怎麼做成貓耳朵形狀？</p> <p>(二) 告知學生學習目標 (單元名稱及教學目標)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 貓耳朵整形技巧。</li> <li>2. 貓耳朵烹煮方式。</li> </ol>	<p>幕</p> <p>5 分鐘</p> <p>PPT、電腦單槍、布幕</p> <p>5 分鐘</p> <p>已揉好的冷水麵糰</p> <p>5 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>2 分鐘</p> <p>PPT、電腦單槍、布幕</p>
-----	---	--

<p>3-3 6-1 6-2 7-1</p>	<p>(三) <b>先備知識回憶</b> (複習舊經驗) 請同學說出冷水麵糰的製作過程。(和麵、揉麵到光滑、醒麵 20 分鐘以上)。(高組口頭回答，低組指認圖片)</p> <p><b>貳、發展活動</b> 利用PPT說明麵糰桿開、貓耳朵整形、烹煮方式及注意事項；並且實際讓學生完成貓耳朵成品。</p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>(一)貓耳朵整形技巧。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 將麵糰桿開成片。先將麵糰壓扁，從麵糰中心向上、向下，使用擀麵棍桿成薄片。(高組獨立完成，低組：部份肢體協助。)</li> <li>2. 使用切麵刀將麵糰切成小塊(大小約一指節寬)。可抓一點麵粉，防止沾黏。</li> <li>3. 用大拇指按住小麵糰中心，向上推出；麵片形成貓耳朵或貝殼型。將製作好的貓耳朵，集中放入大鋼盆中。(高組獨立完成，B組：部份肢體協助)</li> </ol> <p>(二)貓耳朵烹煮方式。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備鍋子，加半鍋的水，從鍋邊放入貓耳朵，開大火；水煮開後，再加冷水，共三次。(高組：獨立完成，低組：可先將麵糰擺入漏勺，再放入鍋中。)</li> <li>2. 用漏勺撈起貓耳朵，泡冷水。最後用漏勺瀝乾水分，放入盤中。</li> <li>3. 貓耳朵可以拌入已準備好的肉燥或加入湯中食用。</li> </ol> <p><b>二、學習輔導</b> 貓耳朵整型、烹煮方式理如下圖，增加學生印象。</p>  <p><b>三、引發表現</b> 怎樣才能做出漂亮的貓耳朵?提醒學生比較自己與老師成品，解釋其不同地方，並且做修正。(高組自我檢核，低組老師協助檢核)</p> <p><b>四、提供回饋</b> 貓耳朵因為麵糰的形狀像貓的耳朵而命名的，大拇指用力往前推，麵糰才會捲起成貝殼狀，形狀較漂亮。</p> <p>----- 第二節結束 -----</p>	<p>3 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>擀麵棍 切麵刀 少許麵粉 不鏽鋼盆</p> <p>湯鍋 漏勺 盤子</p> <p>PPT、電腦 單槍、布 幕</p> <p>已做好的 貓耳朵</p>
------------------------------------	--	---	---

4-1 4-2 5-2	<b>貳、發展活動</b> (一)清洗用具與整理環境 1. 依老師指示清洗使用的器材及用具，並將使用的器具倒扣晾乾、歸位，學生分工合作清洗及環境清潔整理。 2. 分工合作完成事後的整潔清理。	20 分鐘	
7-1	<b>參、綜合活動</b> <b>一、歸納要點</b> 老師利用貓耳朵實物說出今天的產品名稱，複習冷水麵糰成型、貓耳朵整形、煮熟方式。	5 分鐘	PPT
	<b>二、評量 (評估表現)</b> 請同學填寫學習單(一)，排列製作過程圖片，並且描述圖片內容。	10 分鐘	學習單(一)、碗
7-1	<b>三、增強</b> 學生品嚐自己做的貓耳朵，老師帶領學生填寫學習單(二) (1)學生能試著描述吃完貓耳朵後的感覺(喜歡?不喜歡?軟?硬?)。 (2)學生能說出貓耳朵製作的方法及注意事項(口頭提示)。 (3)能說出工作時，與同學合作的過程，發揮互助合作的精神。 ----- 第三節結束 -----	10 分鐘	學習單(二)

**教學建議：**

本課程可以作為中式麵食的第一堂課，揉麵動作可融合生活課中的自己洗衣課程，訓練揉洗的動作。粉類：液體材料=300g：160g，液體材料可換成蛋液、高湯、胡蘿蔔汁、菠菜汁(總和液體材料 160g)，增加變化性及口感。揉麵麵糰量 300g 以上較好使力，麵糰量越大，揉至光滑時間越長。學生能力不錯，可一人一份材料；學生動作慢，可以共同製作一個冷水麵糰，老師協助分割麵糰。麵糰個數=總麵糰/人數。(低組麵糰量可降低或共用一個麵糰)。若學生能力較好，可在醒麵時，讓學生練習秤量下次使用的材料。

**教學心得及省思：**

此單元食材取得簡單、方便，唯需要另準備拌麵配料(肉燥、肉醬)或湯類(什錦湯、牛肉湯)，混入食用，較好吃。學生在表達口感時，需給予提示或方向，學生較容易體會及說出。揉麵、搓條時，需協助提醒學生手勢，盡量用手心，不用手指抓握，如果學生不易體會，可先部分肢體協助，讓學生體會操作手法。麵糰光滑的判別(3光)：手光(手不沾黏麵糰)、麵糰光(光滑不凹凸)、桌面光(無黏著麵糰)

**參考資料：**

1. Alfaexpress(2008 年 9 月 5 日)。炒貓耳朵(中)【網路影片資料】。取自：  
<https://www.youtube.com/watch?v=hM16JKtxQuc>
2. Icntv 美食 央視官方頻道(2013)。天天飲食 天天飲食 粗糧貓耳朵【網路影片資料】。  
取自：<https://www.youtube.com/watch?v=hxBIG03Rd1g>
3. 自編教材

## 個別化教學評量表

單元名稱：烹調-貓耳朵

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出(指出)貓耳朵使用的材料	觀察					
	1-2 能準備貓耳朵的材料	問答					
	2-1 能說出(指出)需要的器材	觀察					
	2-2 能確認自己準備的器具	操作					
技能方面	3-1 能依示範練習操作的技巧	觀察					
	3-2 能將粉類及液態類混和成糰						
	3-3 能持續搓揉麵糰 5 分鐘以上						
	3-4 能使用大拇指向上推麵片						
	4-1 能依指示清洗使用前、使用後器材	觀察					
	4-2 能依指示將器具歸位						
情意方面	5-1 工作前能完成手部清潔及穿好工作服	觀察					
	5-2 能隨時注意個人衛生習慣						
	6-1 能說出使用瓦斯爐的注意事項	觀察					
	6-2 能選用適合的安全防護設備						
	7-1 能接受工作調整進行合作學習	觀察					
評量方式	問答、實際操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

## 職業教育《烹調-貓耳朵》學習單

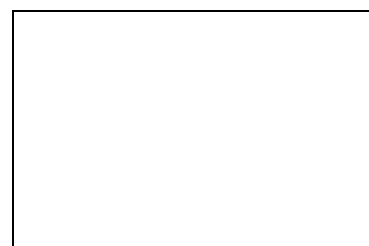
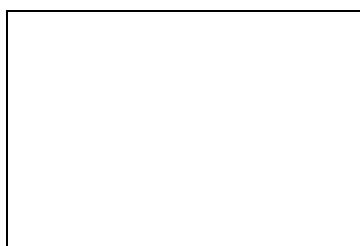
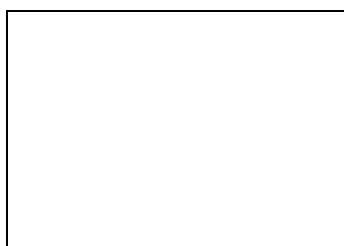
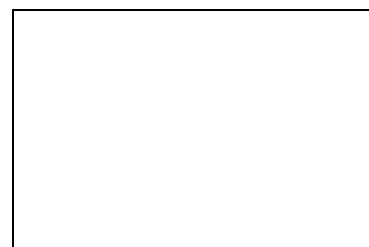
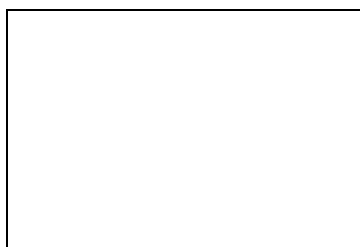
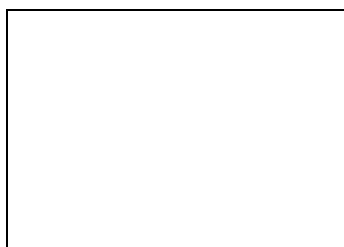
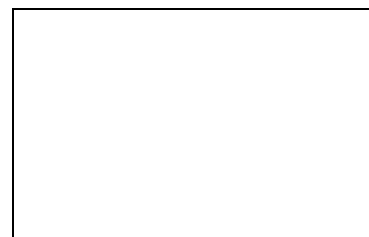
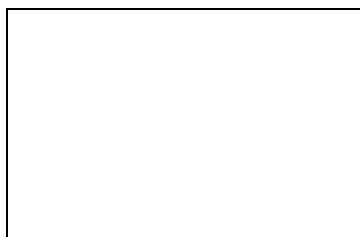
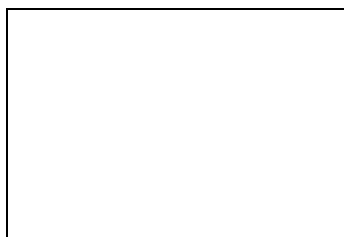
日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

### 冷水麵糰製作

### 貓耳朵整形

### 煮熟貓耳朵



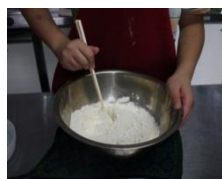
醒麵 20 分鐘以上



麵糰做成貝殼狀



一杯冷開水等貓耳朵浮起



和麵



切麵刀切成 1 公分



泡冷水



揉麵至光滑



擀麵棍桿成 0.8 公分



加半鍋的水放入貓耳朵

## 職業教育《烹飪-貓耳朵》學習單

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

### ◎圈圈看

1、喜不喜歡吃貓耳朵？

喜歡

不喜歡

2、貓耳朵吃起來的感覺？

滑滑的

粗粗的

硬硬的

軟軟的

其他\_\_\_\_\_

3、我喜歡貓耳朵搭配來吃？

肉醬

湯(\_\_\_\_\_)

### ◎我會回答問題

1、貓耳朵的材料？

低筋麵粉

中筋麵粉

水(液態)

2、貓耳朵是哪種麵糰？

發酵麵糰

冷水麵

燙麵

3、今天使用的器材有？

不鏽鋼盆

菜刀

筷子

切麵刀

打蛋器

擀麵棍

4、煮熟貓耳朵使用的器材？

鍋子

炒菜鍋

盤子

筷子

漏勺

叉子

5、貓耳朵從哪裡放入鍋中？

鍋子中間

鍋子旁邊

用丟的

6、我被燙到要怎麼辦？

塗抹藥膏

趕快告訴老師，沖冷水 20 分鐘

# 貓耳朵



鶯歌國中-張嫻尹

1

## 材料介紹



中筋麵粉



水

中筋麵粉：水(液體) = 300 : 160

2

## 器具介紹(麵糰製作)



不鏽鋼盆



筷子



擀麵棍



切麵刀

3

## 器具介紹(煮熟貓耳朵)



鍋子



漏勺



盤子

4

## 麵糰製作(冷水麵)

鋼盆中加入

中筋麵粉(粉類)



水 (液態類)



5

## 麵糰製作(冷水麵)



用 筷子 攪拌



在鋼盆中  
用 手心 揉成糰



6

## 麵糰製作(冷水麵)

桌面撒一點麵粉  
(防止麵糰沾黏)



7

## 麵糰製作(冷水麵)

麵糰放在桌面

用 手心

往前推

↓

往後捲

↓

旋轉90°

↓

重複搓揉至光滑



8

3光(乾淨)：手光、麵糰光、桌面光亮

### 麵糰製作(冷水麵)

↓  
放置鋼盆  
醒麵20分鐘



9

### 麵糰整形

使用擀麵棍將麵糰桿成  
0.8公分厚的薄片



↓  
使用切麵刀切成約1公分  
(約1關節大小)



10

### 麵糰整形

↓  
用大拇指按住麵糰，  
向前推出



(麵片形成貓耳朵或貝殼型)

參考影片：  
[https://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=YGS940hksDw](https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=YGS940hksDw)

11

### 麵片煮熟

準備鍋子，  
加半鍋的水

↓  
從鍋邊  
放入貓耳朵



12

### 麵片煮熟

↓  
水煮開  
再加一杯冷水  
等水煮滾，  
貓耳朵浮起來



13

### 麵片煮熟

↓  
用漏勺撈起貓耳朵



↓  
泡冷開水



14

最後裝盤~  
貓耳朵成品完成摟~



15

### 建議食用方式

#### 1、炒或拌醬

(1)拌肉醬或義大利麵醬

(2)炒貓耳朵

炒貓耳朵(上)

<https://www.youtube.com/watch?v=EY9uUP-B-3Y>

#### 2、加入湯中

料理美食王\_貓耳朵

<https://www.youtube.com/watch?v=cydhsbwu7M>

#### 3、焗烤

16

## 製作壽司教學活動設計

<b>教學領域</b>	職業教育	<b>單元名稱</b>	烹調/製作壽司									
<b>教學班級</b>	特教班	<b>教材來源</b>	自編教材									
<b>教學者</b>	林憶容	<b>教學時間</b>	135 分鐘/三 節									
<b>教 學 目 標</b>	<b>單 元 目 標</b>	<b>行 為 目 標</b>	<b>能力指標</b>									
	<p><b>一、認知方面</b></p> <p>1. 認識壽司的種類及製作流程。</p> <p>2. 了解製作壽司使用的材料。</p> <p>3. 認識製作壽司的器具與器材名稱。</p> <p><b>二、技能方面</b></p> <p>4. 能依照指示準備製作壽司材料。</p> <p>5. 能依據工作流程與步驟完成壽司。</p> <p>6. 能依照指示清理歸位使用器材。</p> <p><b>三、情意方面</b></p> <p>7. 能在工作時，維持個清潔衛生。</p> <p>8. 能在工作情境中，注意工作環境安全。</p>	<p>1-1 能辨識壽司的種類。</p> <p>1-2 能說出/配對出壽司的製作流程。</p> <p>2-1 能確認製作壽司的材料。</p> <p>2-2 能說出/配對自己準備製作壽司的材料。</p> <p>3-1 能說出/配對製作器具的名稱。</p> <p>3-2 能說出/配對需要使用的器材的名稱。</p> <p>4-1 能依示範練習操作處理食材的技巧。</p> <p>4-2 能將食材依指示切成長條狀。</p> <p>5-1 能依序將材料平鋪於竹簾上。</p> <p>5-2 能利用竹簾將食材捲緊。</p> <p>5-3 能將捲好的壽司切段食用。</p> <p>6-1 能依指示清洗使用前、使用後器材。</p> <p>6-2 能依指示將使用器具擦拭乾淨歸位。</p> <p>7-1 能說出工作前個人準備伴。</p> <p>7-2 能隨時注意個人衛生習慣。</p> <p>8-1 能說出使用刀具的安全。</p> <p>8-2 能選用適合的安全防護配備。</p> <p>8-3 能隨時維護工作環境安全與整潔。</p>	<p>特殊領域 (2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-2)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-1)</p> <p>(2-3-2-1)</p> <p>(2-3-2-3)</p> <p>(3-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-4)</p>									
<b>教 學 研 究</b>	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p><b>(一) 設計理念</b></p> <p>1. 本職業教育課程重點在於加強培養良好的工作知識、工作態度及工作習慣的觀念，訓練聽從指令，並訓練專注的工作及持續耐力，並學習將成果與人分享。</p> <p>2. 培養準備並使用食材及烹調器具的能力，在製作過程中訓練眼手協調及精細動作，如揉、捏、壓等動作及手腕、指關節或小肌肉活動等能力，熟悉製作壽司的工作順序，透過反覆練習以達精熟學習程度。</p> <p>3. 透過學習多元的工作知識學習，提昇學生目前及未來必要的生活技能訓練，並培養未來就業所需之相關基本能力。</p> <p><b>(二) 教材分析</b></p> <p>藉由壽司製作的課程，讓學生能實際操作烹調工具材料，熟悉製作步驟，並注意工作環境的安全與整潔。</p>											
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">步驟</th> <th style="width: 85%;">壽司製作</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>洗:紅蘿蔔、小黃瓜。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>削:用削皮刀將紅蘿蔔去皮。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>切條:紅蘿蔔、小黃瓜切條。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>壓:將米飯鋪在海苔上壓平。</td> </tr> </tbody> </table>			步驟	壽司製作	1	洗:紅蘿蔔、小黃瓜。	2	削:用削皮刀將紅蘿蔔去皮。	3	切條:紅蘿蔔、小黃瓜切條。	4
步驟	壽司製作											
1	洗:紅蘿蔔、小黃瓜。											
2	削:用削皮刀將紅蘿蔔去皮。											
3	切條:紅蘿蔔、小黃瓜切條。											
4	壓:將米飯鋪在海苔上壓平。											

	5	鋪:依序放上肉鬆、紅蘿蔔、小黃瓜、蛋皮。		
	6	捲:利用竹簾將壽司捲起。		
	7	切段:將壽司條切小段後即可食用。		
	<b>二、教學重點</b>			
	節次	教學重點		
	1	認識烹飪材料與工具、材料準備及步驟講解		
	2	壽司材料實物操作		
	3	清洗器具及環境清潔整理工作、綜合活動		
	<b>三、學生特質分析</b>			
	<b>(一) 學生特性</b>			
	1. 學生概述：特教班學生共 7 位。			
	(1) 智能障礙學生 1 位，具有衝動行為及過動特質。			
	(2) 智能障礙學生 3 位，情緒穩定，但容易分心。			
	(3) 自閉症學生 3 位，情緒穩定，但需要個別示範教學，其中 1 人為低口語。			
	2. 分組方式			
	(1) 高組能依照指令及示範進行操作，在協助下具備基本操作能力，能分辨烹飪基本的材料與器具。			
	(2) 低組在操作時，需大量協助，能參與烹飪基本材料與器具的介紹。			
	<b>(二) 學生先備知識</b>			
	1. 學生已學過常見材料與器具的名稱。			
	2. 學生能注意基本的工作安全與衛生。			
	<b>(三) 學生先備技能</b>			
	1. 學生能操作基本的烹飪器材與工具。			
	2. 學生能分辨食材。			
<b>教學準備</b>	一、教學資源：學習單、PPT。 二、材料：小黃瓜、紅蘿蔔、雞蛋、白飯、肉鬆、海苔、鹽、醋。 三、器具：砧板、菜刀、削皮器、熟食刀、保鮮膜、竹簾。 四、器材：平底鍋、電磁爐、工作台、水槽。			
<b>目標代號</b>	<b>教學活動</b>		<b>時間</b>	<b>教學資源</b>
	<b>壹、準備活動</b>			
	<b>一、課前準備</b>			
	<b>(一) 教師：</b>			
7-1	1. 提前通知上課準備注意事項。			
7-2	2. 本單元烹飪材料、器材用具準備及佈置教學環境。			
	<b>(二) 學生：需攜帶聯絡簿、圍裙、準時進教室及剪指甲。</b>			
	<b>二、課間準備</b>			
	<b>(一) 引起動機</b>			
	1. 請學生進教室後，交聯絡簿、穿上圍裙、洗手、站好定位準備上課。		3 分鐘	
1-1	2. 引導同學們說出自己曾經吃過的壽司名稱。			
	<b>(二) 告知學生學習目標 (單元名稱及教學目標)</b>			
2-1	在黑板列出壽司材料名稱及用量，指定學生依黑板材料給予順序排列。(低組學生由老師提示或部份協助)		7 分鐘	壽司圖片
2-2				

8-1	<p>(三) 先備知識回憶 (複習舊經驗)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解食材要鋪平，然後分次加入。</li> <li>2. 使用烹飪工具時，並特別注意操作使用安全。</li> </ol>		
<p><b>貳、發展活動</b></p>			
<p><b>一、呈現刺激材料</b></p>			
1-1	<p>(一)老師在簡報上列出壽司的種類及料理的屬性。</p>	10 分鐘	壽司製作的簡報、筆電、
3-1	<p>(二)老師在簡報上列出製作壽司相關食材、器具及器材的圖</p>		器具(鋼盆、
3-2	<p>片，高組學生排列製作壽司的順序，低組學生由協同老師協助。</p>		削皮器、菜
1-2	<p>(三)老師在簡報上列出製作壽司的流程</p>	15 分鐘	刀、砧板、竹
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 洗:紅蘿蔔、小黃瓜</li> <li>2. 削:用削皮刀將紅蘿蔔去皮</li> <li>3. 切條:紅蘿蔔、小黃瓜切條</li> <li>4. 壓:將米飯鋪在海苔上壓平</li> <li>5. 鋪:依序放上肉鬆、紅蘿蔔、小黃瓜、蛋皮</li> <li>6. 捲:利用竹簾將壽司捲起</li> <li>7. 切段:將壽司條切小段後即可食用</li> </ol> </div>			
<p><b>二、學習輔導</b></p>			
1-1	<p>(一)學生依圖片說出壽司的種類及料理的屬性(部份學生由協同老師協助)。</p>		食材、器具及
3-1	<p>(二)指定學生說出/配對出食材、器具及器材等相對應圖</p>		器材的圖卡
3-2	<p>卡。</p>		
<p>(三)提示性的學習指引</p>			
1-2	<p>1. 高組學生排列製作壽司的順序，低組學生由協同老師協助。</p>		
6-1	<p>2. 依老師指示食材、烹飪器具及器材，使用前需清洗備用。</p>		
	<p>3. 老師確認兩組同學於工作桌上準備好需要的食材、烹飪器具及器材。</p>		
<div style="text-align: center;"> <pre> graph TD     A[壽司] --- B[材料]     A --- C[製作流程]     A --- D[器材]     B --- B1[米飯]     B --- B2[紅蘿蔔]     B --- B3[小黃瓜]     B --- B4[海苔]     B --- B5[蛋皮]     B --- B6[肉鬆]     C --- C1[1. 洗]     C --- C2[2. 削]     C --- C3[3. 切條]     C --- C4[4. 壓]     C --- C5[5. 鋪]     C --- C6[6. 捲]     C --- C7[7. 切斷]     D --- D1[鋼盆]     D --- D2[削皮刀]     D --- D3[菜刀]     D --- D4[砧板]     D --- D5[竹簾]     D --- D6[湯匙] </pre> </div>			

2-1 3-1 3-2	<b>三、引發表現</b> 老師引導並確認學生對於食材、烹飪器具及器材的認識及清理情形。	5 分鐘	壽司製作的簡報、筆電
3-2	<b>四、提供回饋</b> 老師提問製作壽司，應準備哪些材料，正確者給予鼓勵。	5 分鐘	
2-1 2-2	<b>參、綜合活動</b> 一、總結本課程材料準備與器具使用注意事項。 二、預告下堂課進入實物操作內容。 ----- 第一節結束 -----		
2-1 2-2	<b>壹、準備活動</b> <b>一、課前準備</b>		
2-2 3-1 3-2	(一) 引起動機 讓學生認識教學活動注意事項，確認準備好的材料，並瞭解壽司製作操作技巧。	5 分鐘	器具:鋼盆、削皮器、菜刀、砧板、竹簾、湯匙。
3-2	(二) 告知學生學習目標 1. 準備進行做壽司流程及製作方式。 2. 老師提醒器材、器具的使用注意事項。		
1-2 8-1 8-2	<b>貳、發展活動</b> <b>一、呈現刺激材料</b>	10 分鐘	食材:米飯、紅蘿蔔、小黃瓜、海苔、蛋皮、肉鬆。
8-1 8-2	(一) 說明製作壽司基本操作的技巧。 (二) 教師提示工作步驟及注意事項。		
8-2	<b>二、學習輔導</b>	18 分鐘	
4-1 4-2 5-1 5-2 5-3	(一) 提示性的學習指引練習製作壽司的技巧。 1. 能依指示練習製作壽司的技巧 (1)洗:紅蘿蔔、小黃瓜 (2)削:用削皮刀將紅蘿蔔去皮 (3)切條:紅蘿蔔、小黃瓜、(蛋皮)切條 (4)壓:將米飯鋪在海苔上壓平 (5)鋪:依序放上肉鬆、紅蘿蔔、小黃瓜、蛋皮 (6)捲:利用竹簾將壽司捲起 (7)切段:將壽司條切小段後即可食用 (8)注意事項: 將紅蘿蔔條川燙備用，小黃瓜抓鹽軟化。 將醋:糖=1:1的比例攪拌後加入熱飯中拌勻，吹涼備用。	5 分鐘	
4-1 4-2	<b>三、引發表現</b> (一) 讓學生說出工作安全注意事項。 1. 使用刀具切東西時，要注意姿勢，不要切到手指頭。	5 分鐘	
5-1 5-2	2. 使用削皮刀時要注意拿的方式和手指。 (二) 進行操作步驟重點提問。	7 分鐘	
5-2 5-3	1. 食材在使用前要先用清水沖洗乾淨? 2. 將米飯放上海苔時，要越多越好，才吃得飽? 3. 在用竹簾捲壽司時，要把材料壓緊，以免壽司散開? 4. 使用完畢的器具要清理乾淨，並收拾好工作檯。		烹飪器具 清潔用具
5-3	<b>四、提供回饋</b> 讓學生及時知道行為表現結果的對與錯，提供正向回饋。		

	<p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、能具體說出食材擺放順序及方式上。</p> <p>二、老師歸納教學重點及工作流程，讓學生整體及仿說回答。</p> <p>----- 第二節結束 -----</p>		
8-1	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p>一、課前準備</p> <p>上課前要先洗手，再穿好圍裙準備就定位準備工作。</p> <p>二、課間準備</p>		
4-1	能依老師指示清洗使用烹飪器材及用具，並將使用器具擦	10 分鐘	壽司製作的學習單、聯絡簿
5-2	乾歸位，同學合作完成清洗及環境清潔整理工作。		
8-3	<p>(一) 引起動機</p> <p>壽司製作完成，進行擺盤，並將成果分享。</p> <p>(二) 告知學生學習目標</p> <p>要完成學習單、自評及完成聯絡簿。</p>	5 分鐘	壽司製作的學習單
	<p><b>貳、發展活動</b></p> <p>一、呈現刺激材料</p> <p>(一) 學生分工合作清理工作後，回到自己的座位。</p> <p>(二) 完成指定活動的學習單。</p> <p>二、學習輔導</p> <p>(一) 提示性的學習指引製作壽司種類與流程。</p> <p>(二) 鼓勵小組合作學習，完成問題回答。</p> <p>三、引發表現</p> <p>(一) 引導學生以自己的話，依規則說出壽司製作過程摘要。</p> <p>(二) 讓學生寫下答案，並請高組學生協助檢查是否正確。</p> <p>四、提供回饋</p> <p>(一) 壽司製作完成，分成果分享老師及同學。</p> <p>(二) 協助學生完成學習單，並逐一複習檢討。</p>	5 分鐘	壽司製作的學習單
1-2		5 分鐘	壽司製作的學習單
	<p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、歸納要點</p> <p>(一) 能表達出壽司製作的材料及注意事項。</p> <p>(二) 能表達出在工作情境中，應注意衛生、安全的工作。</p> <p>(三) 能表達出在工作時，遵循指示，發揮互助合作精神。</p> <p>二、評量 (評估表現)</p> <p>建議本單元受課以三節為一循環，確保職業課程中知識與材料敘述的完整性，透過多次的練習增加技能之熟練度，並強化工作分析的順序性概念。</p> <p>三、增強</p> <p>(一) 總結性增強，強調食材的衛生度及學生的學習度。</p> <p>(二) 上課優良表現者用增強卡蓋章紀錄。</p> <p>四、交代作業</p> <p>記錄聯絡簿及回家作業。</p> <p>----- 第三節結束 -----</p>	3 分鐘	
		5 分鐘	聯絡簿

**教學建議：**

建議本單元授課以三節為一循環，確保職業課程中知識與材料敘述的完整性，透過多次的練習增加技能之熟練度，並強化工作分析的順序性概念。教師在教學過程中應善用職業教育課程優勢，引起學生學習動機，並特別強調食材的衛生度及學生的學習態度。若學生在製作過程有遇到技術上的困難，可以提供相關的輔助器材，並可以介紹不同壽司的造型，供學生練習捏製，增加相關的學習經驗。因職業教育課程不盡強調實作技能，也注重知識的學習，建議營造適當的學習情境增加注意力，減少輪流等待時間，以維持特定項目的學習專注時間。

**教學心得及省思：**

為提昇學生目前及未來必要的生活技能訓練，本職業教育課程重點在於加強培養良好的工作知識、工作態度及工作習慣的觀念，透過學習多元的工作知識學習，培養未來就業所需之相關基本能力。

考量學生身心障礙特質以及個人與環境間互動狀況，建立學生自我情緒管理能力，以及與同學分工合作操作訓練，皆納入評估其生涯發展與職業轉銜之需求，也在實際生活中運用應對進退的禮貌行為及態度，訓練聽從指令，接受工作調整，並學習將成果與人分享。

教學者在課程設計時，需要先熟悉操作工作內容，提供適性的教學情境，加強特殊需求學生之職業技能訓練，引導及培養未來就業轉銜導向之具體目標與工作能力。

**參考資料：**

1. 教育部（民 87b）：國中特殊技藝教育餐飲製作班一點心製作教材。台北市：教育部技職司。
2. 自編教材

## 個別化教學評量表

單元名稱：烹調-製作壽司

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能辨識壽司的種類	觀察 問答					
	1-2 能說出/配對出壽司的製作流程						
	2-1 能確認製作壽司的材料	觀察 操作					
	2-1 能說出/配對出自己準備壽司的製作						
	3-1 能說出/配對製作器具的名稱	觀察 紙筆					
	3-2 能說出/配對需要使用的器材名稱						
技能方面	4-1 能依示範練習操作處理食材的技巧	觀察 操作					
	4-2 能將食材依指示切成長條狀						
	5-1 能依序將材料平鋪於竹簾上	觀察 操作					
	5-2 能利用竹簾將食材捲緊						
	5-3 能將捲好的壽司切段食用						
	6-1 能依指示清洗使用前、使用後的器材	觀察 操作					
6-2 能依指示將使用器具擦拭乾淨歸位							
情意方面	7-1 能說出工作前個人準備	觀察 操作					
	7-2 能隨時注意個人衛生習慣						
	7-1 能說出使用刀具的安全	觀察 操作					
	7-2 能選用適合的安全防護設備						
	7-3 能隨時維護工作環境安全與整潔						
評量方式	問答、實際操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 努力 C 不通過 D 需目標調整						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

## 職業教育《烹調-製作壽司》學習單









日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_



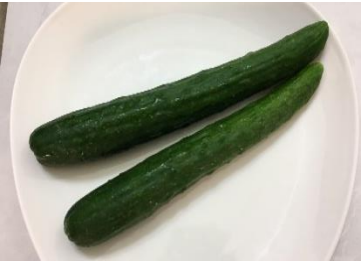



一. 下列圖片中那些是壽司?(對的打√，錯的打X)

二. 操作小高手(對的打√，錯的打X)

材料 項目				
需要削皮?				
處理食材 需用的工具	 ( )	 ( )	 ( )	 ( )

### 三. 食材對對碰(用尺連連看)

		
•	•	•
•	•	•
		

### 四. 製作壽司我最行(對的打√，錯的打x)

- ( ) 1. 食材在使用前要先用清水沖洗乾淨。
- ( ) 2. 將米飯放上海苔時，要越多越好。
- ( ) 3. 在用竹簾捲壽司時，要把材料壓緊，以免壽司散開。
- ( ) 4. 在小黃瓜裡加入糖，是因為要增加鹹味。
- ( ) 5. 使用刀具切東西時，要注意手勢，不要切到手指頭。
- ( ) 6. 在飯中加入醋和糖，可以讓飯吃起來酸酸甜甜的。
- ( ) 7. 使用完畢的器具要清理乾淨，並收拾好工作檯。

## 職業教育課程-烹調

### 壽司製作



蘆洲國中 林憶容

1

### 壽司的種類



2

### 認識食材

1. 小黃瓜



4. 肉鬆



2. 紅蘿蔔



5. 海苔



3. 雞蛋



6. 白飯



3

### 認識調味料

1. 鹽巴(軟化小黃瓜)

2. 糖(製作醋飯)

3. 醋(製作醋飯)



4

### 認識工具

1. 削皮刀



4. 竹簾



2. 菜刀



5. 保鮮膜



3. 砧板



5

### 製作流程

1. **洗**: 紅蘿蔔、小黃瓜

2. **削**: 用削皮刀將紅蘿蔔去皮

3. **切條**: 紅蘿蔔、小黃瓜切條

4. **壓**: 將米飯鋪在海苔上壓平

5. **鋪**: 依序放上肉鬆、紅蘿蔔、小黃瓜、蛋皮

6. **捲**: 利用竹簾將壽司捲起

7. **切段**: 將壽司條切小段後即可食用

6

1. 將紅蘿蔔、小黃瓜洗淨備用



7

2. 用刨刀將紅蘿蔔去皮



8

### 3. 紅蘿蔔、小黃瓜切塊、切條



9

### 4. 依序將食材備齊



10

### 5. 放置海苔並將米飯鋪上壓平



11

### 6. 依序放上、肉鬆、紅蘿蔔、小黃瓜、蛋皮



12

### 7. 利用竹簾將壽司捲起



13

### 8. 將壽司條切小段後即可食用



14

### ~~總複習~~

1. **洗:**紅蘿蔔、小黃瓜
2. **削:**用削皮刀將紅蘿蔔去皮
3. **切條:**紅蘿蔔、小黃瓜切條
4. **壓:**將米飯鋪在海苔上壓平
5. **鋪:**依序放上肉鬆、紅蘿蔔、小黃瓜、蛋皮
6. **捲:**利用竹簾將壽司捲起
7. **切段:**將壽司條切小段後即可食用

15

### ~~~Let's go~~~



與家人分享

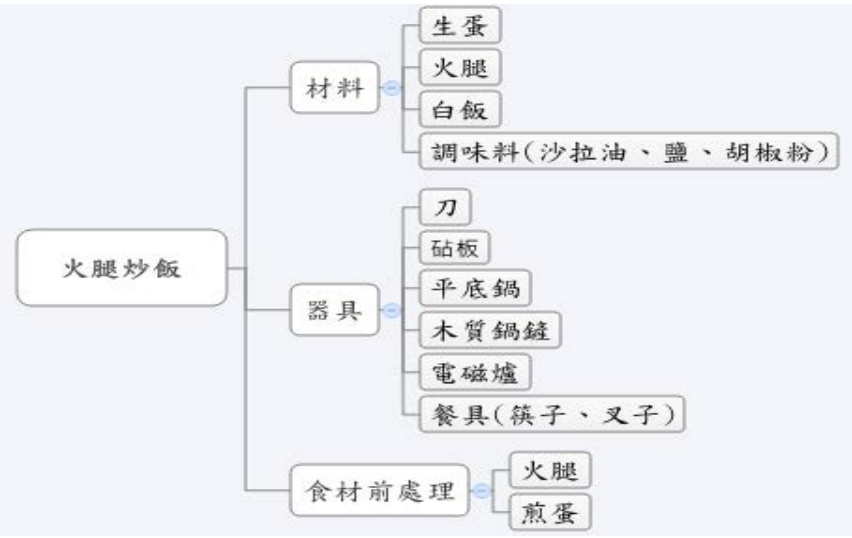


16

## 火腿炒飯製作教學活動設計

教學領域	職業教育	單元名稱	烹調/火腿蛋炒飯
教學班級	特教班	教材來源	自編
教學者	梁菊歡	教學時間	90 分鐘/二節
教學目標	<b>單元目標</b>	<b>具體目標</b>	<b>能力指標</b>
	<p><b>一、認知方面</b></p> <p>1. 能說出火腿炒飯使用的材料。</p> <p>2. 能說出使用的烹調器具的名稱。</p> <p>3. 能說出火腿炒飯的製作順序。</p> <p><b>二、技能方面</b></p> <p>4. 學生能依照指示準備、操作烹調材料。</p> <p>5. 學生能依照指示清理歸位使用器材。</p> <p><b>三、情意方面</b></p> <p>6. 能在工作時，維持個人清潔衛生。</p> <p>7. 能在工作情境中，注意工作環境安全。</p> <p>8. 能聽從老師指令專注學習。</p>	<p>1-1 能說出火腿炒飯使用的材料。</p> <p>1-2 能分辨生料及熟料。</p> <p>2-1 能說出需使用的烹調器具的名稱。</p> <p>2-2 能說出不沾鍋不可用金屬鍋鏟。</p> <p>3-1 能說出火腿炒飯需先將生料煮熟。</p> <p>3-2 能說出火腿炒飯的製作順序。</p> <p>4-1 能在協助下將火腿切成細片。</p> <p>4-2 能在協助下打蛋及調味。</p> <p>4-3 能選擇有利於個人肢體限制操作的器具及方式。</p> <p>4-4 能將蛋煎熟盛起備用</p> <p>4-5 能按正確順序製作出火腿蛋炒飯。</p> <p>5-1 能依指示清洗使用前、使用後器具。</p> <p>5-2 能依照指示清理歸位使用器具。</p> <p>5-3 能依照指示分類垃圾及環境清潔。</p> <p>6-1 能知道工作前個人準備。</p> <p>6-2 能隨時注意個人衛生習慣。</p> <p>7-1 能注意器具操作安全。</p> <p>8-1 能耐心等候工作任務。</p> <p>8-2 能在老師指導同學時專心觀察。</p>	<p>特殊領域 (2-3-1-2) (2-3-1-6)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-1)</p> <p>(2-3-2-1) (2-3-2-3)</p>
教學研究	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p><b>(一) 設計理念：</b></p> <p>1. 透過示範教學、操作練習等教學方式，讓學生從多感官學習如味覺、觸覺等，以增進手眼協調、精細動作能力及建立體感對量的估計能力。</p> <p>2. 培養學生認識及料理食材的能力、遵守工作安全手則及預防工作意外災害。</p> <p>3. 訓練學生專注、持續及耐心地完成工作，增進同儕間的分工、互助與合作。</p> <p><b>(二) 教材分析：</b></p> <p>藉由火腿蛋炒飯的製作，讓學生從觀察、處理食材及操作烹調器具，體驗整個成品製作過程，實地注意及維護工作環境的安全與整潔，並保持良好、穩定的工作態度。</p>		

<b>二、教學重點：</b>			
	<b>節次</b>	<b>教 學 重 點</b>	
	1	認識食材與烹調器具以及進行食材前處理等備料工作。	
	2	示範及協助學生實地操作器具及製作成品；清洗器具、歸位及環境清潔整理工作、以及進行綜合活動。	
<b>三、學生特質分析</b>			
<b>(一) 學生特性</b>			
1. 學生概述：特教班學生 9 人。			
(1) 智障學生 4 人，不識國字其中 2 人伴隨過動症。			
(2) 多重障不識字 3 人，有肢體困難，其中 1 人全身性肌肉萎縮，無口語、吸吮能力尚可，需要以安全帶固定在輪椅上，助理教師隨時照料。			
(3) 自閉症伴隨智 2 人，其中 1 人識字。			
2. 分組方式			
(1) 高組：可聽懂教師的簡短指令，專注力尚可，需口頭提醒及部分動作協助。			
(2) 中組(能力弱)：可聽簡易指令，專注力不佳，老師口頭提醒及動作全協助。			
(3) 低組(能力缺乏)：助理教師協助照料及參與活動。			
<b>(二) 學生先備知識</b>			
1. 學生已學過常見材料與器具的名稱。			
2. 學生能注意基本的工作安全與衛生。			
<b>(三) 學生先備技能</b>			
1. 學生能操作基本的烹飪器材與工具。			
2. 學生能分辨食材及操作烹調器具，如熱鍋、翻動食材。			
<b>教學準備</b>	<b>一、教學資源：</b> 特教班教室、作業單、助理教師。 <b>二、材料：</b> 蛋、火腿、白飯、調味料(沙拉油、鹽、胡椒粉)。 <b>三、器具：</b> 平底鍋(不沾鍋)、木質鍋鏟、電磁爐、餐具、砧板、刀。 <b>四、器材：</b> 電磁爐、水槽、工作台。		
<b>目標代號</b>	<b>教 學 活 動</b>		<b>時 間</b>
6-1	<b>壹、準備活動</b> <b>一、課前準備</b> <b>(一) 教師</b> 1. 教師指導學生調整桌椅，布置上課環境及把本單元的烹調材料、器材用具等搬至特教班教室。 <b>(二) 學生：</b> 1. 學生協助老師調整課桌椅及搬器具及材料。 2. 請學生進教室後，洗手及擦乾、站在工作桌旁準備上課。 <b>二、課間準備</b> <b>(一) 引起動機</b> 老師引導同學們說出自己想吃或曾經吃過的炒飯種類及經驗。 <b>(二) 告知學生學習目標 (單元名稱及教學目標)</b> 1. 說明火腿炒飯製作重點 (本單元重點) (1) 火腿炒飯使用的材料及器具。 (2) 火腿處理及煎蛋。		5 分鐘
			<b>教學資源</b> 食材 烹調器具 課桌椅

<p>1-1</p> <p>1-2</p> <p>2-1</p> <p>3-1</p> <p>4-1</p> <p>4-2</p> <p>4-3</p> <p>4-4</p> <p>6-2</p> <p>7-7</p> <p>8-1</p> <p>8-2</p>	<p>(3)炒飯流程。</p> <p>2. 簡述本節重點重點</p> <p>(1)火腿炒飯使用的材料及器具。</p> <p>(2)火腿前處理。</p> <p>(3)煎蛋。</p> <p>(三) 先備知識回憶 (複習舊經驗)</p> <p>以問答方式喚起學生對之前兩周(共4節)打蛋、煎太陽蛋、蘿蔔乾炒蛋等粗淺的前處理食材及料理食物經驗。</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>(一)火腿炒飯使用的材料及器具。</p> <p>1. 按製作時材料使用的順序，陳列在工作桌上，食材依序為：生蛋、火腿、白飯、調味料(沙拉油、鹽、胡椒粉)；器具為平底鍋、木質鍋鏟、電磁爐、餐具(筷子、叉子)、砧板、刀。</p> <p>2. 老師指導學生說出材料名稱。</p> <p>3. 老師教導學生判斷生料及熟料。</p> <p>4. 老師指導學生選擇合適的及需要的烹調器具。</p> <p>(二)火腿前處理</p> <p>1. 個別指導高組學生(能力尚可組)切火腿：  (1)左利學生以左手拿刀，從食材的左邊開始切。  (2)砧板底下宜墊上抹布或防滑墊，以策安全。  (3)慣用右手者，從食材的右邊開始切。</p> <p>(三)煎蛋</p> <p>1. 個別指導中組學生(能力弱組)打蛋及調味。手部功能差的學生宜用叉子取代筷子來攪勻蛋液。</p> <p>2. 指導學生注意鍋具使用安全。</p> <p>3. 引導學生觀察沙拉油加入鍋子的時機、油溫升高現象及蛋液下鍋煎熟樣貌。</p> <p>4. 請助理教師協助把有火腿、熟蛋等給低組學生(能力缺乏組)做嗅覺體驗活動。</p> <p><b>一、學習輔導</b></p> <p>老師說明炒飯必需要把生的食材先煮熟的重要性，以及合乎人體工學的刀具使用要領及切割法。</p> 	<p>15 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>食材、刀、砧板、筷子、叉子、木質鍋鏟、沙拉油、調味料、平底鍋、電磁爐、塑膠長托盤</p>
---	--	--------------------------	---

5-3	<p><b>三、引發表現</b> 引導想想看打蛋及切割食材時，如何選擇適合自己的操作方式及工具。</p> <p><b>四、提供回饋</b> 學生發表後，老師說明”左撇子”以左手拿刀，從食材的左邊開始切，慣用右手的同學則相反。手部功能差的同學宜用叉子取代筷子來攪勻蛋液。</p> <p><b>參、綜合活動</b> 一、將部分已使用完的器具撤離至水槽待洗；蛋殼及包裝等垃圾集中於長托盤待整理。 二、引導學生一起檢視備料工作：切火腿及煎蛋。 三、預告下一堂課要製作成品，進教室前必須先把手洗淨。 ----- 第一節下課 -----</p>	5分鐘 5分鐘 5分鐘	
4-5 6-2 7-1	<p><b>壹、準備活動</b> 一、課前準備 (一) 教師 教師檢視電磁爐接電線是否安全。 (二) 學生： 學生把手洗淨，準備製作成品。</p> <p>二、課間準備 (一) 引起動機 引導學生檢視目前呈現的食材，說明火腿炒飯需使用烹調法等。 (二) 告知學生學習目標(單元名稱及教學目標) 火腿炒飯製作流程、技巧及注意事項。</p>	5分鐘	
8-1 8-2	<p><b>貳、發展活動</b> 一、呈現刺激材料 (一) 火腿炒飯製作流程、技巧及注意事項。 1. 按製作時的使用材料順序，陳列在工作桌上： 食材：熟蛋、火腿、白飯、調味料(沙拉油、鹽、胡椒粉) 器具：平底鍋(不沾鍋)、木質鍋鏟、電磁爐。 2. 老師示範火腿蛋炒飯製作。 (1) 加入少量的油，炒白飯(把結成大塊輕壓成飯粒)。 (2) 逐一把熟蛋及火腿分散地加入白飯一起炒及拌勻，以分散及播撒方式加入調味料。 (3) 持續翻炒一段時間，待看見飯粒會鍋中跳動，即完成。 3. 個別指導完成火腿蛋炒飯製作高組(能力可組)，其他組在旁觀察學習。</p>	15分鐘	食材(熟的) 沙拉油 調味料 餐具 平底鍋 電磁爐
1-1 3-1	<p>二、學習輔導 (一) 炒飯流程</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph LR     A[沙拉油] --&gt; B[炒白飯]     B --&gt; C[加熱蛋]     C --&gt; D[調味料] </pre> </div> <p>(二) 技巧及注意事項。 1. 老師統整操作重點及技巧：如熱鍋、翻動食材、調味料加入時機及用量。</p>	5分鐘	

3-2 7-1	2. 注意鍋具及爐具使用安全。 <b>三、引發表現</b> (一)引導學生說出火腿蛋炒飯製作材料、食材下鍋順序及鍋具使用的注意事項。 (二)引導學生說出調味料加入時機及如何操作來控制用量。 <b>四、提供回饋</b>	2 分鐘	
1-1 3-2 6-2 8-1	(一)食材的正確使用順序；並觀察到需用鍋鏟持續地翻動食材，直到飯粒在鍋中跳動即可熄火盛起。 (二)沙拉油先行倒入飯碗中，再以小茶匙掏舀，藉此控制油的使用量；當加入胡椒粉時，用大姆指按住大部分的孔，並只剩 2 小孔噴灑，以控制用量及成品的辣度。 (三)分享活動:能將成果分與老師及同學，安靜地品嚐。	3 分鐘	成果
	<b>參、綜合活動</b> <b>一、歸納要點</b> (一)能說出火腿蛋炒飯製作材料、製作流程、烹調技巧及注意事項。 (二)能說出工作情境中，應注意衛生與安全。 (三)能說出在工作時，遵循指示，發揮互助合作精神。	5 分鐘	學習單 清潔用具 洗劑
5-1 5-2 5-3	<b>二、評量（評估表現）</b> (一)學習單加以說明，請學生回家完成及繳回。 (二)整理活動:能完成老師分配的任務: 1. 清潔烹調器具。 2. 餐具的清潔歸位。 3. 環境清潔與整理等。	5 分鐘	
	<b>三、增強</b> 口頭鼓勵學生上課表現外，並給予蓋章 1-2 個 於集點本。 -----第二節下課-----	5 分鐘	集點本簿

### 教學建議：

自九年一貫課程啟航，職業課程納入特殊需求領域，排課比例較以前減少許多；而特教班的學生無論在生活經驗、學習特質及學習能力都處於弱勢，教學也只能淺入，相較之下，能力弱學生參與度就更降低，因此；建議能連 3 節排課，結合綜合活動或生活訓練課程互相延伸學習。

特教班的學生比資源班的學生更需要以多感官及體感學習，立即回饋；與此同時要教導學生記憶及組織工作的策略，訓練學生對材料及工作流程順序的敘述完整性等也同樣重要。

### 教學心得及省思：

本班學生的基本生活自理能力及簡易操作能力都不佳，家庭支援系統也弱，為提昇學生的生活技能訓練，職業教育課程可盡量選擇與家庭生活經驗較貼近的及取材較易的題材切入，從簡而繁，以培養良好的工作態度、工作習慣與負責任的觀念，培養未來就業所需之基本能力。

職業教育課中，烹調課是學生最喜歡的，對訓練學生個人的情緒管理能力，以及同學間分工合作等操作學習機會最多，若能安排在學期前幾周，學習效果更佳。

本次教學，指導老師們有特別提醒，水果刀較不適合作為特教學生處理食材用，因刀身長、刀面短，反而危險，應予以改進。

### 參考資料：

1. 自編教材。

## 個別化教學評量表

單元名稱：烹調-火腿蛋炒飯

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出/指認能說出炒飯使用的材料	觀察 問答					
	1-2 能說出/指認能分辨生料及熟料						
	2-1 能說出/指認需使用的烹調器具的名稱。	觀察 操作					
	3-1 能選擇本單元所使用的材料製作順序	觀察 操作					
技能方面	4-1 能依老師指示準備材料	觀察 操作					
	4-2 能依老師指示完成操作流程						
	5-1 能將使用過的器具清洗乾淨	觀察 操作					
	5-2 能將使用器具擦乾放回原位						
情意方面	6-1 能在工作前做好個人準備工作	觀察 操作					
	6-2 能隨時維持個人的清潔衛生						
	7-1 能注意工作情境中的安全問題	觀察 操作					
	7-2 能隨時維護工作環境安全與整潔						
	8-1 能與同學進行合作學習	觀察 問答					
	8-2 能保持專注學習						
8-3 能保持情緒穩定							
評量方式	問答、實際操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

# 職業教育《烹調-火腿蛋炒飯》學習單-1

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

1. 請將製作火腿蛋炒飯有用到的材料的數字編號寫在下面。

<p>①蛋</p> 	<p>②鹽</p> 	<p>③白飯</p> 
<p>④醬油</p> 	<p>⑤火腿</p> 	<p>⑥蔥</p> 
<p>⑦胡椒粉</p> 	<p>⑧沙拉油</p> 	<p>⑨木耳</p> 
<p>☞</p>		

2. 請用數字①、②、③、④寫出”煎蛋”的正確的製作程序。






3. 請用數字①、②、③、④寫出製作火腿蛋炒飯的材料  
寫出正確順序。



胡椒粉



鹽

			 胡椒粉  鹽

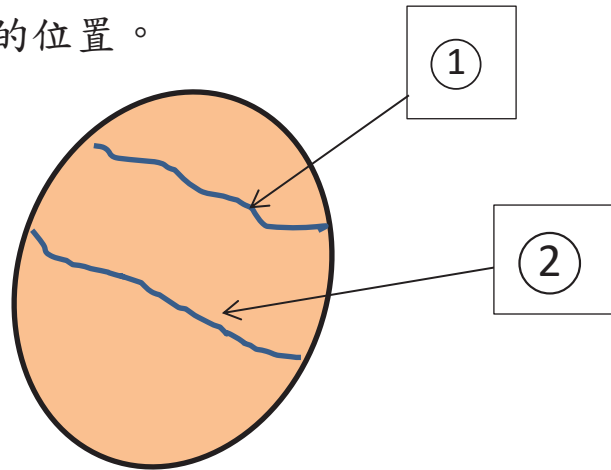
## 職業教育《烹調-火腿蛋炒飯》學習單-2

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

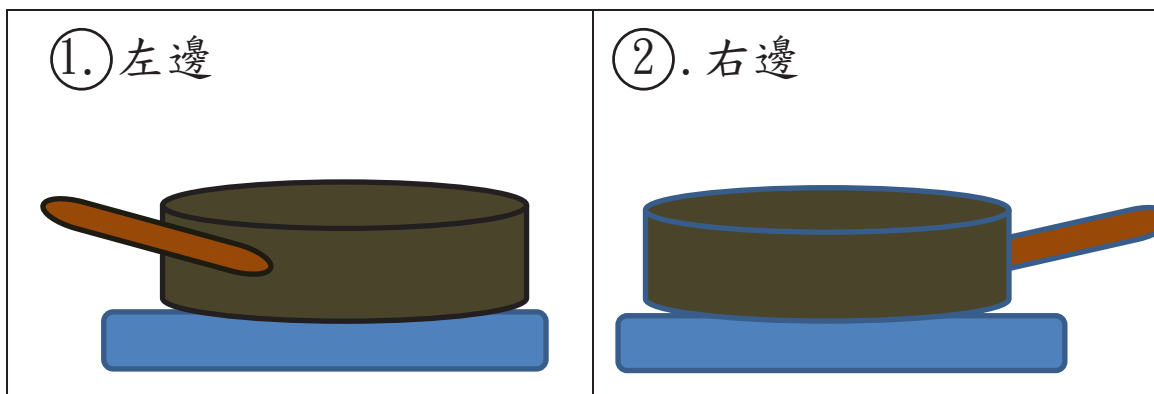
姓名：\_\_\_\_\_

■ 選一選：請在正確答案上打勾

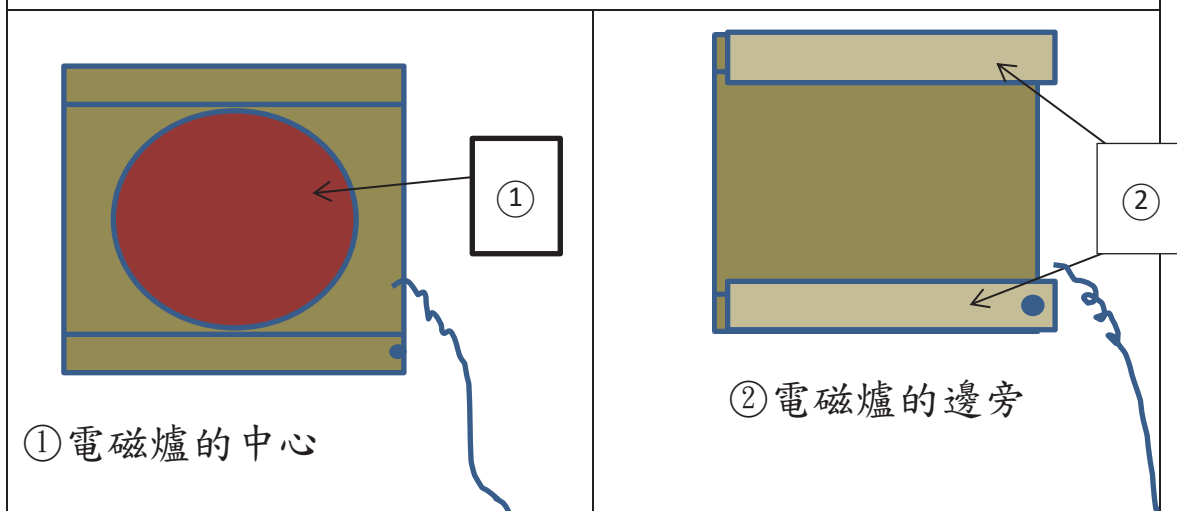
1. 找出打蛋的位置。



2. 慣用左手的同學，使用炒菜鍋時，鍋柄適合放在哪一邊？



3. 使用電磁爐時，手絕不可以碰觸那一個的位置？



4. 切火腿片時，要先切成條再切成小片？

正確       不正確

5. 製作火腿蛋炒飯時，生的材料要先煮熟，請把下列生的材料打✓。

白飯       蛋       火腿

6. 使用砧板切割食材時，最好墊一塊布，其目的是用來吸水？

正確       不正確

7. 當把沙拉油倒入炒菜鍋時，必須確定鍋子是乾淨的，不能有水分。

正確       不正確

8. 當同學不會使用筷子打蛋液，可改用叉子完成任務。

正確       不正確

9. 當觀察到飯粒是在鍋中跳動，表示炒飯已烹煮完成？

正確       不正確

10. 餐具及烹調用具等，洗乾淨後，可立即放回櫥櫃？

正確       不正確

**職業教育**  
單元名稱:火腿蛋炒飯

五股國中 梁菊歡

1

**工作流程**

- 備料
  - 火腿片切小塊
  - 洗蛋-打蛋
- 烹煮
  - 煎蛋
  - 炒飯
- 分享
  - 享用成品
  - 討論

2

**材料介紹**

蛋	
火腿	
白飯	
調味料	

3

**備料(一)--火腿片切小塊**

右利學生的切割實作情形

用貓爪的方式按住食材切割

刀具使用的教學技巧影片



4

**備料(一)--火腿片切小塊**

左利學生的切割實作情形

刀具使用的教學技巧影片

慣用左手學生要從食材的左邊開始切割



5

**備料(二)--打蛋**

敲蛋的正確位置

以倒變心的手勢剝開蛋殼




6

**備料(二)--打蛋**

\* 左利及手指關節張力高的學生操作 \*

打蛋的教學技巧影片

手部功能差者宜用叉子攪拌蛋液



7

**鍋具的安全使用教學技巧影片**

(請點選影片)

● 搬運時應以正確的方式搬運，不可端在手腕處，要雙手握住，或右側(側)端由手腕處，以防止身體碰到或是被衣服勾到，端時而端子搖晃，造成燙傷。



8

### 鍋具的安全使用教學技巧



慣用右手者，鍋柄擺左邊

9

### 鍋具的安全使用教學技巧



慣用左手者，鍋柄擺右邊

10

### 火腿炒飯學生的實作影片 (請點閱)



11

### 掌握烹調教學小技巧

#### 一、爐具的使用安全

- ▷ 瓦斯爐
  - 使用“鐘面的概念”來調節火力；
  - 6點---小火 9點---大火 11點---中火；
  - 建議學生使用“中火”來炒，食材較不易燒焦。
- 單柄炒菜鍋的鍋柄不可超出瓦斯爐面。



12

### 掌握烹調教學小技巧



- 將沙拉油先倒入小碗，用小茶匙掏舀，較易控制油量的使用。



- 生的食材(如蛋)要先煮熟，才能跟白飯一齊拌炒。

13

### 烹調過程重點提示

1.熱鍋後，加入沙拉油。



2.加入白飯，炒至鬆軟



3.均勻的加入火腿片拌炒



4.均勻的加入蛋拌炒



14

### 烹調過程重點提示

5.加入調味料—鹽



6.撒上辛香料—胡椒粉。



7.火腿蛋炒飯製作完成



\*用大姆指壓住部分小孔，以免衝大胡椒粉

15

### 整理活動



部分學生整理教室

16

## 五行總動員教學活動設計

教學領域	職業教育	單元名稱	園藝/五行總動員						
教學班級	特教班	教材來源	自編						
教學者	林桂如	教學時間	90 分鐘/二節						
教學 目 標	<b>單 元 目 標</b>	<b>行 為 目 標</b>	<b>能 力 指 標</b>						
	<p><b>一、認知方面</b></p> <p>1. 能說出人體五臟器官之主要功能及需要攝取的蔬果顏色。</p> <p>2. 能說出人體五臟器官所需攝取之豆類。</p> <p><b>二、技能方面</b></p> <p>3. 能依據五臟器官與蔬果顏色關係，用色筆於人體五臟器官分配圖上著色。</p> <p>4. 能使用白膠將五臟器官塗滿，並將豆子依照五行概念黏貼在適當器官上。</p> <p>5. 在工作完成後，能確實完成工作收拾與檯面清潔工作。</p> <p><b>二、情意方面</b></p> <p>6. 能在工作情境中，遵照老師指令，依步驟完成工作指示。</p>	<p>1-1 能說出五臟器官的主要功能。</p> <p>1-2 能說出五臟器官需要攝取的蔬果顏色。</p> <p>2-1 能說出五臟器官需要攝取的豆類顏色。</p> <p>2-2 能說出五色豆類各自能幫助的器官為何。</p> <p>3-1 能挑選五臟器官所需使用的色筆。</p> <p>3-2 能用色筆將五臟器官範圍塗滿正確顏色。</p> <p>4-1 能按老師給予的器官名稱塗上白膠。</p> <p>4-2 能根據器官正確選擇豆子。</p> <p>4-3 能將豆子排列在已塗上白膠的器官圖案中，並將圖案排滿。</p> <p>5-1 完成學習單後，能將工具放進工具盤中，並拿到工作台上歸類放好。</p> <p>5-2 能使用抹布將自己的桌面全部擦拭兩次。</p> <p>6-1 能按照老師給予的指令做出正確反應。</p> <p>6-2 在完成老師指令後，能安靜等待下一個步驟口語指令。</p>	<p>特殊領域 (2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-2)</p> <p>(3-3-1-1)</p> <p>(3-3-1-3)</p> <p>(3-3-2-1)</p>						
教學 研 究 分 析	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p><b>(一) 設計理念</b></p> <p>本單元利用直接教學法原理，呈現知識的講述，同聲練習、發問問題等教學方式建立五行對應五臟器官概念。</p> <p><b>(二) 教材分析</b></p> <p>1. 經由示範、協助練習至獨立創作教學過程，透過塗色、分豆子、黏貼等動作練習，訓練手腕、指關節或小肌肉活動等能力。</p> <p>2. 設計結構化的工作情境，訓練學生對於工作指令的理解與遵從，培養良好的工作習慣與態度。</p> <p><b>二、教學重點</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">節次</th> <th>教學重點</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>認識人體五臟器官需要攝取的蔬果顏色，進而帶出五豆養五臟概念。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>能完成五色豆子分類及將豆子黏貼至正確位置之動作，並在工作完成</td> </tr> </tbody> </table>			節次	教學重點	1	認識人體五臟器官需要攝取的蔬果顏色，進而帶出五豆養五臟概念。	2	能完成五色豆子分類及將豆子黏貼至正確位置之動作，並在工作完成
節次	教學重點								
1	認識人體五臟器官需要攝取的蔬果顏色，進而帶出五豆養五臟概念。								
2	能完成五色豆子分類及將豆子黏貼至正確位置之動作，並在工作完成								



1-2	<b>貳、發展活動</b>												
2-1	<b>一、呈現刺激材料</b>	5 分鐘	五行總動員 PPT 人體五臟分布圖、學習單										
2-2	呈現五行總動員 PPT，藉由五行總動員 PPT 說明五種器官可以透過攝取那些顏色蔬果而健康保養，進而帶出五豆養五臟概念。												
6-1	<b>二、學習輔導</b>												
6-1	(一)呈現人體器官圖，請所有學生在自己身上同時指出五臟器官位置。五臟器官人體五臟分布圖，如學習單。	5 分鐘											
	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td colspan="5" style="text-align: center;">五臟</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">心</td> <td style="text-align: center;">肺</td> <td style="text-align: center;">肝</td> <td style="text-align: center;">脾</td> <td style="text-align: center;">腎</td> </tr> </table>	五臟					心	肺	肝	脾	腎	5 分鐘	
五臟													
心	肺	肝		脾	腎								
3-1	(二)當老師指出 PPT 內人體器官圖之五臟位置時，高組學生使用	13 分鐘											
3-2	口頭回答其對應顏色，低組學生提供兩種顏色做選擇。												
6-1	<b>三、引發表現</b>												
6-2	發下人體五臟分布圖學習單，請學生按紅黃綠白黑順序拿取色筆，於對應的五臟上塗上正確顏色。	5 分鐘											
	<b>四、提供回饋</b>	2 分鐘											
	全班完成後請學生上台分享作品。												
	<b>參、綜合活動</b>												
	一、總結本節課五臟器官與五行顏色對應概念。												
	二、預告下堂課將利用五色豆類進行黏貼活動。												
	----- 第一節結束 -----												
	<b>壹、準備活動</b>												
	<b>一、課前準備</b>												
	(一)教師												
	1. 將五種顏色豆類混合在布丁盒內，準備十份。												
	2. 準備工作盤、紙盒、五色豆布丁盒、白膠，放於講台桌面。												
	(二)學生												
6-1	按順序工作盤→紙盒→五色豆布丁盒→白膠領取，工作盤回座位放於抽屜內。												
6-2													
	<b>二、課間準備</b>												
	(一)引起動機												
	呈現五行總動員 PPT 之五豆養五臟頁面，請學生按教師指令於布丁盒內拿出正確顏色豆類。	5 分鐘											
	(二)告知學生學習目標												
6-1	1. 告知學生本節課將進行五色豆子分類及將豆子黏貼至正確位置之活動。												
6-2	2. 活動結束後將進行個人桌面收拾及清潔活動。												
	<b>貳、發展活動</b>												
	<b>一、呈現刺激材料</b>												
2-1	(一)工作盤布置：請學生拿出工作盤，並將五個紙盒按紅黃綠	10 分鐘											
2-2	白黑順序打開排列整齊。												

五色豆類  
布丁盒  
紙盒  
白膠  
工作盤

4-1	(二) 請學生拿出五色豆類混合的布丁盒，並利用競賽方式，請學生依顏色分類放於五個紙盒內。完成者將白膠放於桌上。		
4-2			
4-3	<b>二、學習輔導</b> 由老師發問五臟器官需要攝取的豆類顏色為何，並由老師示範將正確顏色的豆類貼在指定器官。	2 分鐘	
6-1	<b>三、引發表現</b> 再請學生按老師指定的器官塗滿白膠，並選擇正確顏色的豆類貼上，完成後等待下一個指定器官。依序完成老師指定器官與正確對應豆類黏貼工作。	15 分鐘	
6-2			
2-2	<b>四、提供回饋</b> 作品完成後請學生張貼於黑板上，並給予口頭回饋。	3 分鐘	
	<b>參、綜合活動</b>		
	<b>一、歸納要點</b> 使用 PPT 再次複習五色豆類養五臟之概念。	3 分鐘	
	<b>二、評量</b>		
5-1	根據方才複習，一一檢視每位同學的作品是否依據五色養五臟之概念完成後，並請學生將工作盤放回講桌，拿抹布將自己的桌面擦拭乾淨。	5 分鐘	
5-2			
	<b>三、增強</b> 有達成任務之同學給予增強。	2 分鐘	
	----- 第二節結束 -----		

**教學建議：**

在講解五臟概念時可以融入健體領域搭配進行，在本課程就可以直接著重介紹五豆養五臟概念，方能在兩節課內進行完畢。

若本教案欲於資源班實施者，可於操作時間進行彈性調整，以訓練學生操作速度為主，及作品完成之精細度，並能說出五行五色蔬果顏色所代表營養元素，對健康飲食的重要性。

**教學心得及省思：**

由於學生對於五臟功能與位置概念尚未建立，以至於需在概念建立上多花時間，造成後頭實際操作課程時間延誤，多利用了另一節課來完成作品，因此在課程流程設計上，可以將五臟概念融入健體領域進行，可以直接在兩節課中完成中心活動，包括五色蔬果養五臟及五豆拼湊等活動。在課程進行中會不斷懷疑孩子學得會這樣的觀念嗎？結果在最後一次作品完成前又再次複習了五色蔬果養五臟概念發現，孩子完全記得前一個禮拜老師所教給的觀念，並且可以舉出日常生活中可搭配之飲食，成效令人驚豔。

**參考資料：**

- 張步桃、陳曉萱(2011)。五色食物養五臟。常春月刊，335期2月號【網路文字資料】。取自：  
<http://www.foodcare.com.tw/specialist.aspx?article=10529>
- 自編教材。

## 個別化教學評量表

單元名稱：園藝-五行總動員

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出五臟的主要功能	觀察					
	1-2 能說出五臟需攝取的蔬果顏色	問答					
	2-1 能說出五臟需攝取的豆類顏色	觀察					
	2-2 能說出五色豆類能幫助的器官為何	操作					
技能方面	3-1 能挑選五臟器官需要使用的色筆	觀察					
	3-2 能用色筆將五臟範圍塗滿正確顏色	操作					
	4-1 能按老師給予的器官名稱塗上白膠	觀察					
	4-2 能根據器官正確選擇豆子						
	4-3 能將豆子排列在已塗上白膠的器官圖案，並將圖案排滿						
5-1 完成學習單後，能將工具放進工具盤中，並拿到工作台上歸類放好	觀察						
5-2 能用抹布將自己的桌面擦拭兩次							
情意方面	6-1 能按老師給予的指令做出正確反應	觀察					
	6-2 在完成老師指令後，能安靜等待下一個步驟口語指令						
評量方式	問答、操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

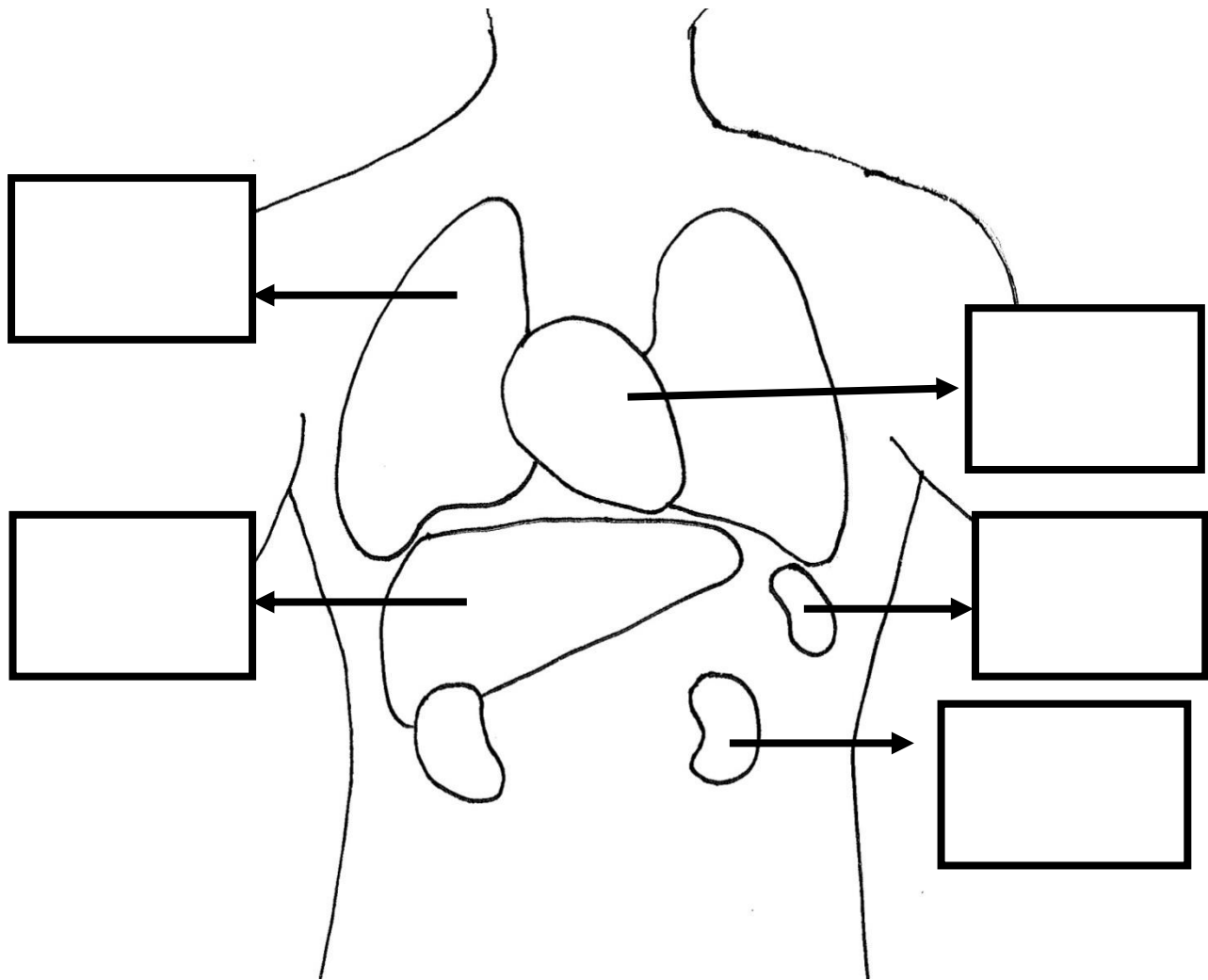
# 職業教育《園藝-五行總動員》學習單

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

請寫出下列器官名稱

參考答案				
心	肺	肝	脾	腎



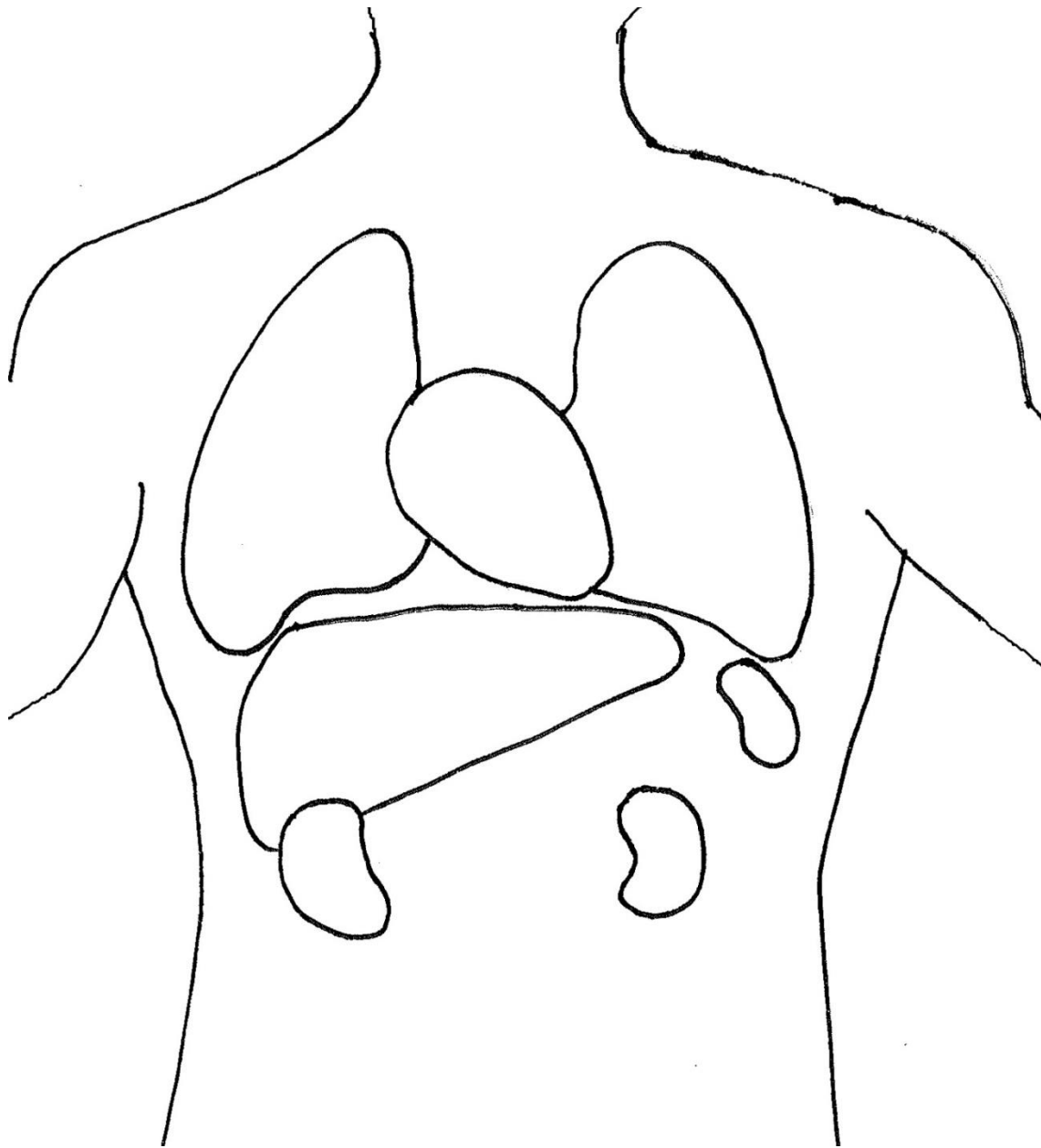
# 職業教育《園藝-五行總動員》學習單

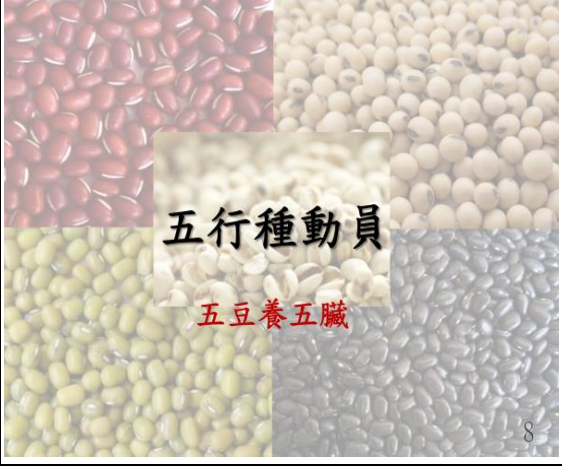
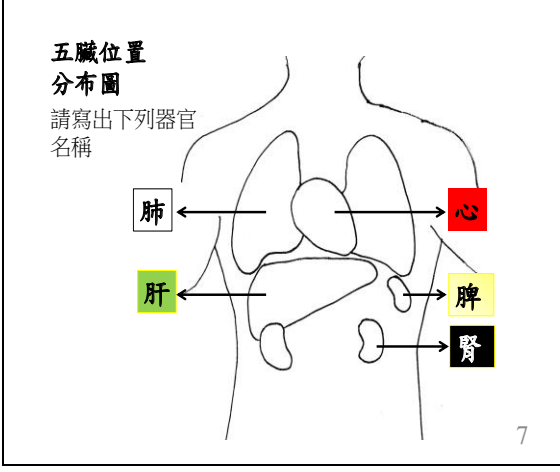
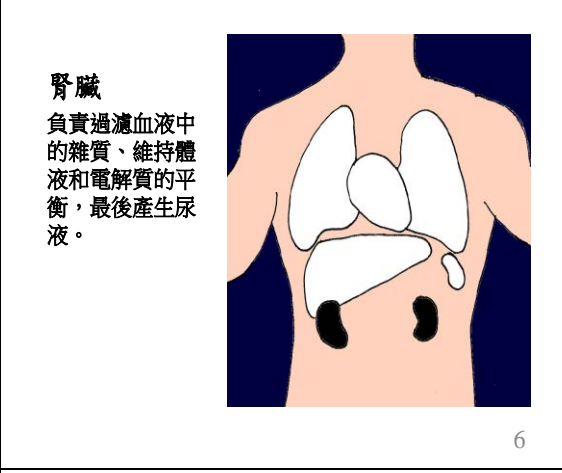
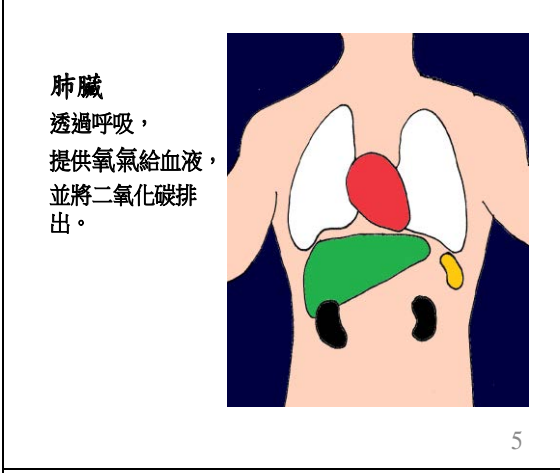
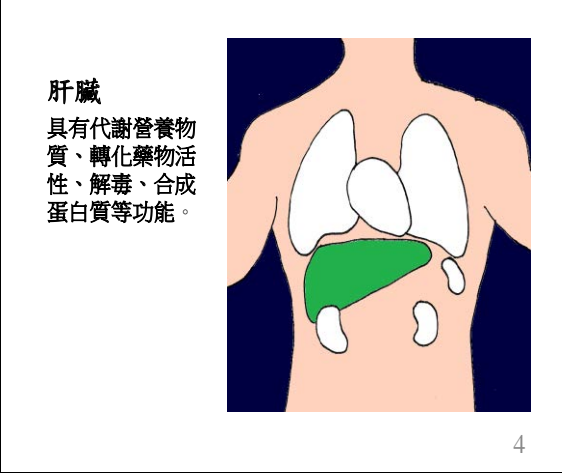
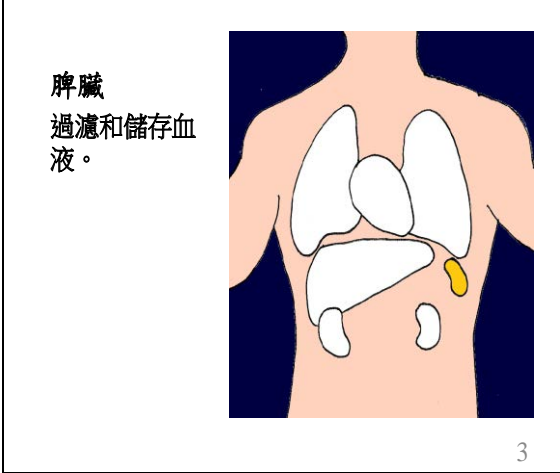
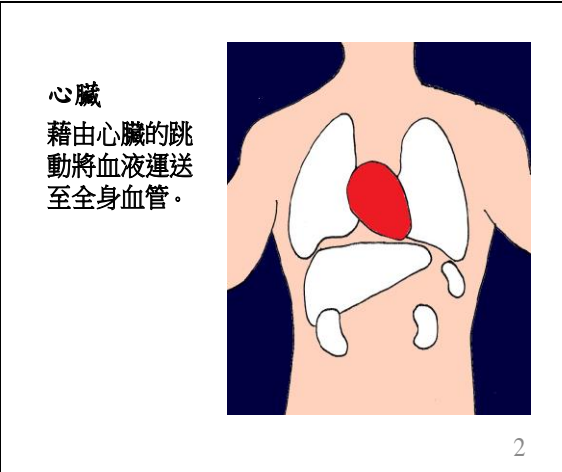
日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

✎請塗上保護五臟的蔬果顏色

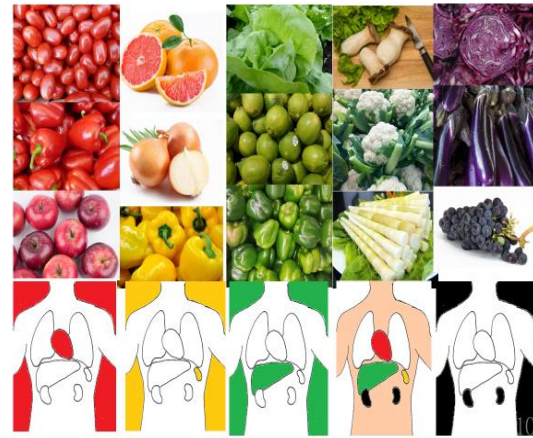
心	脾	肝	肺	腎





現代醫學推的每天五色蔬果，就是盡量在三餐中食用包含紫（藍）、白、黃、綠、紅等五種不同顏色的蔬果，達到均衡營養的效果，有足夠的營養，才能增加抵抗力，對抗疾病。

9



### 五色對應五臟

塗上保護五臟的蔬果顏色

1. 注意聽老師指令



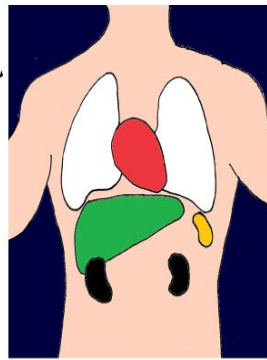
2. 找到器官位置



3. 選擇正確顏色



4. 將顏色塗滿器官範圍



11

### 五豆養五臟



紅豆補心

綠豆補肝

黃豆補脾

白豆補肺

黑豆補腎

• 豆類製品：豆腐、豆漿、腐皮、醬油...

12

### 五色種子分類工

依豆子顏色分類至五個紙盒

1. 打開紙盒整齊排列工具盤



2. 將布丁盒種子按顏色分類



3. 完成請舉手

13

### 五臟五豆拼湊工

根據指定器官貼上相同顏色豆類

1. 將指定器官塗上白膠

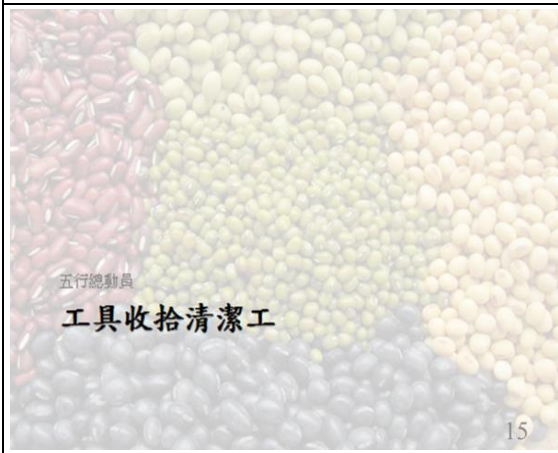


2. 選擇正確顏色豆類貼上



3. 完成請舉手

14



五行總動員

工具收拾清潔工

15

### 收拾步驟

1. 剩餘豆子丟垃圾桶
2. 紙盒丟回收箱
3. 白膠盤清洗乾淨放講桌倒扣
4. 作品用磁鐵在黑板貼上

16

## 從種子到餐桌教學活動設計

教學領域	職業教育	單元名稱	園藝/從種子到餐桌
教學班級	資源班	教材來源	自編
教學者	陳湘婷	教學時間	90 分鐘/二節
教學目標	單元目標	行為目標	能力指標
	<p>一、認知方面：</p> <p>1. 了解照顧盆栽的注意事項。</p> <p>2. 認識菜園的各種蔬菜名稱。</p> <p>3. 說出蔬菜捲所使用的食材。</p> <p>二、技能方面：</p> <p>4. 能依照步驟播種。</p> <p>5. 能正確製作蔬菜捲。</p> <p>三、情意方面：</p> <p>6. 能對所屬的工作盡責。</p> <p>7. 能在操作器具時注意安全。</p>	<p>1-1 能說出土壤的乾、溼以決定是否澆水。</p> <p>1-2 能說出澆水的注意事項。</p> <p>2-1 說出 5 種食材的名稱。</p> <p>2-2 能將蔬菜依五行顏色歸類。</p> <p>3-1 能說出五行蔬菜捲食材的名稱。</p> <p>4-1 能將種子放入戳好的洞後覆土。</p> <p>4-2 能將土壤澆濕至盆底流出水。</p> <p>5-1 能在口語提示下正確使用刨絲刀。</p> <p>5-2 能在口語提示下正確使用削皮刀。</p> <p>5-3 能將片狀的蘋果切成條狀。</p> <p>5-4 能取適量的食材，用海苔緊緊包住捲成蔬菜捲。</p> <p>6-1 能每天照顧自己的盆栽。</p> <p>7-1 能說出使用刨絲刀時的注意事項。</p> <p>7-2 能說出使用削皮刀時的注意事項。</p> <p>7-3 能以正確的手勢拿水果刀。</p>	<p>特殊領域 (2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-2)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(2-3-2-1)</p> <p>(2-3-2-3)</p>
教學研究分析	<p>一、教材內容分析</p> <p>(一) 設計理念</p> <p>1. 透過示範教學、操作練習，讓學生具備照顧植物的基本常識，並透過照顧植物時培養良好的工作態度及責任心。</p> <p>2. 藉由視覺、味覺、觸覺體驗，認識常見蔬果；並訓練手眼協調及手部精細動作，如捏、抓、壓、捲等能力。</p> <p>3. 認識常見蔬菜辨識形狀、顏色及特徵，利用多次的提問及實際接觸加深印象。</p> <p>(二) 教材分析</p> <p>本單元從食物的源頭「種子」開始，經過播種、照料、收成後，成為餐桌上的食材。讓學生了解我們吃的食物是怎麼來的，並藉由五行的概念將大自然與身體連結，讓學生體會人與自然息息相關。教材重點如下：</p> <p>1. 播種</p> <p>(1) 播種用具：盆子、鏟子、餐巾紙、泥土、原子筆、空心菜種子。</p> <p>(2) 播種步驟：填土→戳洞→放種子→澆水。</p> <p>(3) 照料：每天照顧，土乾才澆水。</p>		

## 2. 五行蔬菜捲

(1) 食材：蘋果、空心菜苗、小黃瓜、葡萄乾、紅蘿蔔、玉米。

(2) 使用工具

a. 使用削皮刀：拿食材的手不可在削皮刀下。

b. 使用刨絲刀：口訣「1、2、3，轉」。

c. 使用水果刀：固定食材的手以指節碰觸刀面。

(三) 製作蔬菜捲步驟：處理食材→鋪海苔→放食材→捲。

## 3. 五行概念

五行元素	代表顏色	對應器官	食材
金	白	肺	蘋果(果肉)、馬鈴薯、樹薯、白木耳
木	綠	肝	空心菜、小黃瓜、豌豆苗
水	黑	腎	葡萄乾、茄子、芋頭、黑木耳、芝麻
火	紅	心	紅蘿蔔、番茄、甜菜根、蔓越莓
土	黃	脾	玉米、南瓜、番薯

## 二、教學重點

節次	教學重點
1	播種空心菜
2	製作五行蔬菜捲

## 三、學生特質分析

### (一) 學生特性

1. 學生概述：資源班學生 5 人。

(1) 智能障礙學生 3 人，需記憶的認知內容、步驟順序得反覆練習。

(2) 疑似學障 1 人，上課時幾乎沒反應，幾乎不說話；可聽懂指令。

(3) 學障 1 人，易分心，對問題的反應較慢。

2. 分組方式

(1) 高組可在示範及口頭提示下，自行操作用具。

(2) 低組需有步驟流程的視覺提示，操作用具時要從旁口頭提示及部分協助。

### (二) 學生先備知識

1. 了解植物的構造(根、莖、葉、花、果實、種子)。

2. 了解植物的生長條件(陽光、空氣、水)。

### (三) 學生先備技能

1. 能使用園藝基本用具。

2. 能做出捲的動作。

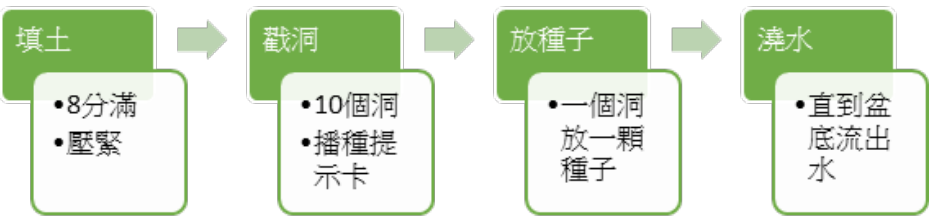
## 教學準備

一、**教學資源**：生活教室、網路影片、學校菜圃、播種提示卡。

二、**材料**：蔬菜圖卡-茄子、小黃瓜、青江菜、小番茄等花果圖片。蔬菜捲食材-海苔、紅蘿蔔、美乃滋、蘋果、葡萄乾、空心菜、玉米、小黃瓜。

三、**器具**：播種用具-種子、盆子、土、鏟子、澆水器、原子筆。

四、**器材**：蔬菜捲器材-刨絲刀、削皮刀、鍋子、水果刀、砧板、餐巾紙。

目標代號	教學活動	時間	教學資源
4-1 1-2 4-2 1-2	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p><b>一、課前準備</b></p> <p>(一) 教師</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備空心菜苗、播種所需的用具。</li> <li>2. 佈置教室環境。</li> </ol> <p>(二) 學生</p> <p>攜帶筆、聯絡簿。</p> <p><b>二、課間準備</b></p> <p>(一) 引起動機</p> <p>老師拿出已長成的空心菜和，空心菜種子讓學生觀察。</p> <p>(二) 告知學生學習目標 (單元名稱及教學目標)</p> <p>說明本節要學習如何播種空心菜。等種子長成空心菜苗，要收成做成蔬菜捲。</p> <p>(三) 先備知識回憶 (複習舊經驗)</p> <p>藉由已長成的空心菜，詢問學生空心菜苗的根、莖、葉的構造，讓學生注意空心菜苗的葉子像在跟我們比「Yeah」。</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p><b>一、呈現刺激材料</b></p> <p>(一) 老師介紹播種時的用具及功能</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 盆子 2. 鏟子 3. 餐巾紙 4. 泥土 5. 筆 6. 空心菜種子。</li> </ol> <p>(二) 以 PPT 呈現播種的步驟：填土、戳洞、放種子、澆水。</p> <p>老師按照步驟順序實際示範播種，並說明注意事項：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 填土：裝 8 分滿，且因澆水時土會縮水，所以可以壓緊一點。</li> <li>2. 戳洞：PPT 呈現 10 個洞的位置，讓學生了解其空間分配。 ※若學生在空間配置上有困難，可另外提供已戳好洞的「播種提示卡」覆蓋在土上，讓學生按照提示卡上的位置戳洞。</li> <li>3. 放種子：指導學生一個洞放一顆種子。</li> <li>4. 澆水：以盆子裝水示範，用手舀水直到自盆底流出水來。 ※學生操作時是在水龍頭下以手舀水。</li> </ol> <p><b>二、學習輔導</b></p> <p>以流程圖向學生發問，確認其熟悉播種步驟。</p> 	2 分鐘 2 分鐘 4 分鐘 5 分鐘 3 分鐘 4 分鐘 3 分鐘	空心菜苗、空心菜種子 筆電、ppt 3 吋盆、餐巾紙、培養土、鏟子、原子筆、水盆、播種提示卡 播種流程圖 3 吋盆、奇異筆、餐巾紙、培養土、鏟子、原子筆

	<b>三、引發表現</b>		
4-1	(一) 讓學生說出用具名稱後，發放用具，並用奇異筆在 3 吋盆	15 分鐘	
4-2	上寫上學生的名字。		
	(二) 讓學生兩人一組按照步驟操作，其中一人操作時需一邊口		
	頭說明進行哪個步驟，另一人則檢視對方是否做得正確。		
	<b>四、提供回饋</b>		
	老師巡視學生操作的狀況，適時給予指導，完成後讓學生將盆栽	1 分鐘	
	拿到戶外。		
	<b>參、綜合活動</b>		
	<b>一、環境整理：</b> 指導學生清理桌面、掃地。	3 分鐘	抹布、掃
	<b>二、歸納重點</b>		把
	(一) 播種的用具		筆電、PPT
	盆器、鏟子、餐巾紙、泥土、筆、空心菜種子。	2 分鐘	
	(二) 播種的步驟		
	1. 填土 2. 戳洞 3. 放種子 4. 澆水。		
	<b>三、增強：</b> 總結每個人的分數，具體說明學生哪裡做得好。	1 分鐘	
1-1	<b>四、交代作業</b>		
6-1	提醒學生每天要照顧盆栽，土乾的時候才澆水。		
	----- 第一節結束 -----		
	<b>壹、準備活動</b>		
	<b>一、課前準備</b>		
	(一) 教師		
	1. 準備蔬菜圖卡、園藝剪刀、製作蔬菜捲的食材及用具。		
	2. 觀察菜園蔬菜生長狀況，是否可採收。		
	(二) 學生		
	攜帶筆、聯絡簿、空心菜苗。		
	<b>二、課間準備</b>		
2-1	(一) 引起動機		
	1. 讓每位學生互相觀察彼此的空心菜苗生長狀況。	5 分鐘	
	2. 帶學生到菜園指認小黃瓜並採收。		
	(二) 告知學生學習目標		
	說明空心菜苗已長成，今天要將它製作成五行蔬菜捲。	1 分鐘	園藝剪刀
2-2	(三) 先備知識回憶 (複習舊經驗)		
	複習之前上的五行顏色與器官的配對，並利用蔬菜圖卡讓學生	3 分鐘	
	練習分類。		
	<b>貳、發展活動</b>		
	<b>一、呈現刺激材料</b>		
2-1	(一) 介紹五行蔬菜捲的食材，並以 PPT 呈現其五行分類。	5 分鐘	筆電、PPT
2-2	蘋果、空心菜苗、小黃瓜、葡萄乾、紅蘿蔔、玉米、美乃		
3-1	滋。		

	<p>(二) 介紹製作五行蔬菜捲的用具及功能。 刨絲刀、削皮刀、水果刀、砧板、鍋子、餐巾紙。</p> <p>(三) 以 PPT 呈現製作五行蔬菜捲的步驟。 1. 處理食材 2. 鋪海苔 3. 放食材 4. 捲</p> <p><b>二、學習輔導：處理食材</b></p>		<p>蘋果、空心菜苗、小黃瓜、葡萄乾、紅蘿蔔、玉米、</p>
5-2 7-2	<p>老師先示範各項食材的處理方式，將注意事項同時以 PPT 呈現並說明：</p>		<p>刨絲刀、</p>
5-3 7-3	<p>(一) 蘋果削皮：削皮刀的鋸齒要咬到蘋果皮，拿蘋果時手不可在削皮刀的前面。</p>	10 分鐘	<p>削皮刀、</p>
5-1	<p>(二) 蘋果切條：固定食材時以指節靠著刀面。</p>		<p>砧板、鍋</p>
7-1	<p>(三) 紅蘿蔔、小黃瓜刨絲：以「1、2、3，轉」為口訣，提醒學生要一邊刨絲一邊轉動食材。</p>		<p>子、盤子</p>
	<p><b>三、引發表現：製作蔬菜捲</b></p>		
3-1	<p>(一) 讓學生說出食材和用具名稱後，分配工作，一名高組學生配一名低組學生為一組。</p>	5 分鐘	
5-2	<p>(二) 低組學生削完蘋果，由老師切片後，讓高組學生練習切成條狀，並由老師在旁監督。</p>		<p>餐巾紙、</p>
5-3	<p>(三) 高組學生刨小黃瓜絲，低組學生刨紅蘿蔔絲。一人刨絲時，另一人在旁以口訣「1、2、3，轉」提示。</p>		<p>海苔、美</p>
5-1	<p>(四) 各項食材處理好後，分類裝盤。老師示範捲蔬菜捲的動作，並說明注意事項。</p>	6 分鐘	<p>乃滋</p>
	<p>1. 鋪海苔：將一張餐巾紙鋪在桌上，在放上海苔，短邊與身體平行。</p>		
	<p>2. 放食材：以 PPT 的照片及實際示範提醒學生放食材要適量。 ※ 若學生無法判定「適量」，可在餐巾紙下海苔 1/3 處放一條線作為視覺提示</p>		
	<p>3. 捲：將近端的海苔拉起包住食材後，稍壓緊再邊壓邊捲置底</p>		
	<p>(五) 放食材時，以 PPT 呈現食材與五行的顏色、臟器連結。</p>	2 分鐘	
5-4			
2-2	<p>學生上台製作蔬菜捲，一邊放食材需一邊口頭說出食材的顏色與照顧到的器官，如：「黑色，照顧我的腎。」</p>		
	<p><b>四、提供回饋</b></p>		
2-2	<p>(一) 讓學生相互觀察所做的蔬菜捲，食材是否都包在海苔裡沒</p>	3 分鐘	

5-4	<p>有掉出來，大小是否適當。</p> <p>(二)互相評分交流後，老師和同學都給予正向回饋，接著品嚐自己製作的成品。</p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、<b>環境整理</b>：清洗用具、清潔桌面、物品歸位。</p> <p>二、<b>歸納要點</b></p> <p>(一)五行蔬菜捲的食材：蘋果、空心菜苗、小黃瓜、葡萄乾、紅蘿蔔、玉米。</p> <p>(二)製作五行蔬菜捲的步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 處理食材。</li> <li>2. 鋪海苔。</li> <li>3. 放食材。</li> <li>4. 捲。</li> </ol> <p>三、<b>增強</b>：總結每個人的分數，具體說明學生哪裡做得好。</p> <p>四、<b>交代作業</b></p> <p>發下學習單並說明題意及填答方式。</p> <p style="text-align: center;">----- 第二節結束 -----</p>	3 分鐘  1 分鐘  1 分鐘	抹布          學習單
-----	--	------------------------------	---

**教學建議：**

1. 此教案設計的兩節課並非連續兩節，而是每週一節的職業課，因此當中「認識蔬菜」的部分可在自然領域加強認知教學，在空心菜苗長成前可安排五行食材的教學。
2. 空心菜播種後，約兩週可收成菜苗，在靠近根部處剪下，會再長新的，因此可再安排一次蔬菜捲加強練習，食材部分也可稍加更動，如黃色的玉米可改為南瓜；白色食材可包入樹薯(可練習切條狀)。
3. 空心菜收成前需要學生定期的照料，可設計每天的檢核表，讓學生記錄自己照顧的次數。
4. 使用削皮刀時若怕學生削到手，可單手戴手套。
5. 本教案適用於資源班，若要調整為於特教班教學，可多排幾堂課加強訓練食材處理的部分。另外「捲」的動作也需要多練習，可用各種活動多加練習。

**教學心得及省思：**

除了園藝技巧的教導外，我其實更重視學生在整個活動中學到的情意部分，包括從播種到收割中間的照顧，需要的是有負責任的心態；在認識常見蔬菜中培養健康飲食的概念；在菜園的活動中考驗學生的耐力；在面對菜蟲、雜草時，思考各種生命的價值。在整個活動中，除了資源班的學生參與外，也包括高關懷、特教班的參與，有利於特教宣導。

**參考資料：**

1. Natural News 中文網(2012年10月25日)。以中醫的陰陽五行看食物【網路文字資料】。  
取自：[http://cht.naturalnews.com/chtbuzz\\_buzz000359.html](http://cht.naturalnews.com/chtbuzz_buzz000359.html)
2. 自編教材。

## 個別化教學評量表

單元名稱：園藝-從種子到餐桌

評量教師：\_\_\_\_\_

個別化教學評量		學生班級： 年 班					
		學生姓名：					
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出土壤的乾、溼以決定是否澆水 1-2 能說出澆水的注意事項	問答					
	2-1 說出 5 種食材的名稱 2-2 能將蔬菜依五行顏色歸類	觀察 操作					
	3-1 能說出五行蔬菜捲食材的名稱	問答					
技能方面	4-1 能將種子放入戳好的洞後覆土 4-2 能將土壤澆濕至盆底流出水	問答					
	5-1 能在口語提示下正確使用刨絲刀 5-2 能在口語提示下正確使用削皮刀 5-3 能將片狀的蘋果切成條狀 5-4 能取適量的食材，用海苔緊緊包住捲成蔬菜捲	觀察 操作					
	6-1 能每天照顧自己的盆栽	觀察					
	7-1 能說出使用刨絲刀的注意事項 7-2 能說出使用削皮刀的注意事項 7-3 能以正確的手勢拿水果刀	觀察 操作					
評量方式	問答、操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

# 職業教育《園藝-從種子到餐桌》學習單

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

一、在空格中填入各器官的正確名稱

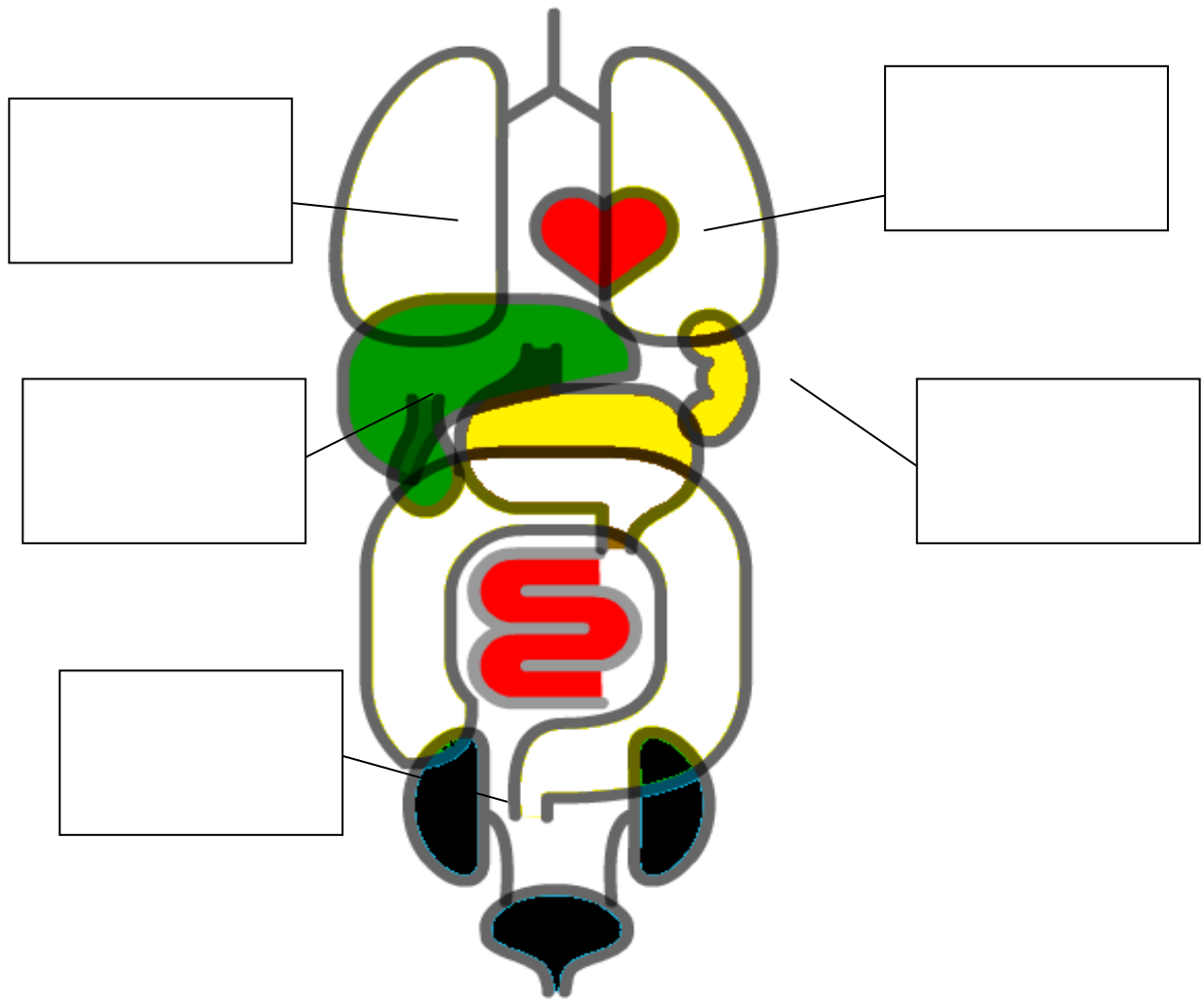
心臟

肝臟

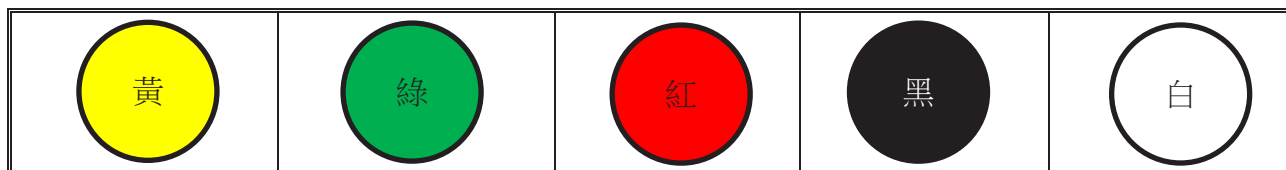
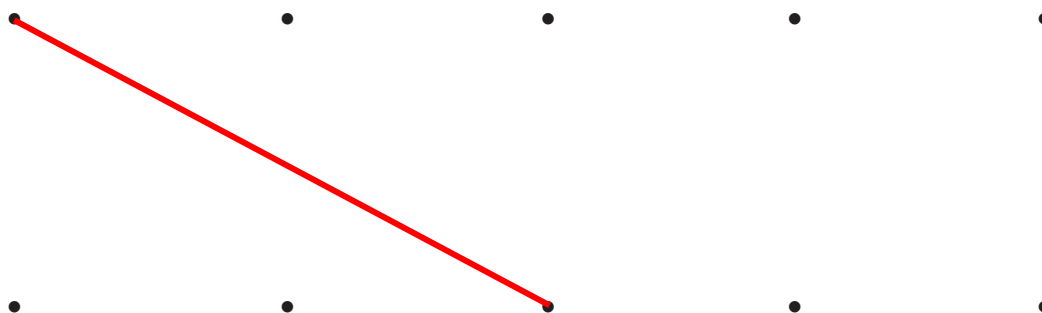
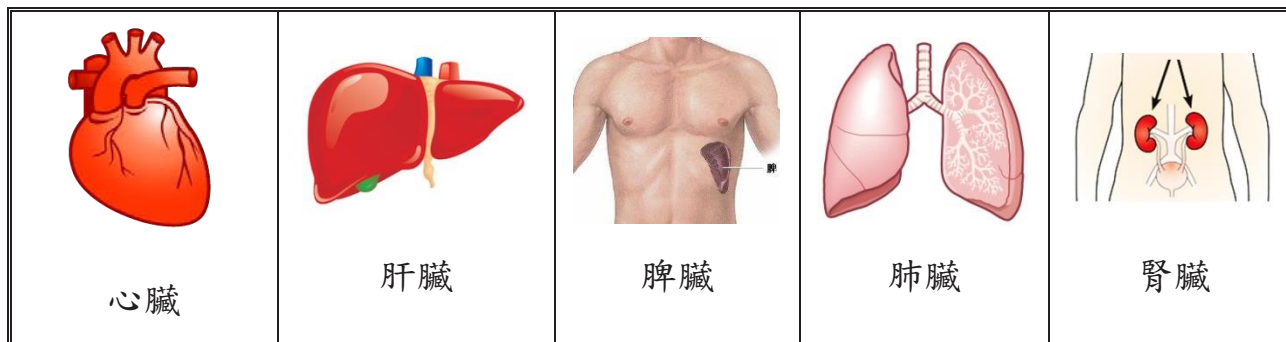
脾臟

肺臟

腎臟



二、請將五行顏色與對應到的器官配對



三、請將下列蔬果依五行顏色分類，寫在表格裡

豆芽菜、葡萄乾、紅蘿蔔、空心菜、南瓜、馬鈴薯、地瓜、

番茄、木耳、蔥、蘋果、香蕉、地瓜葉、玉米、紅鳳菜

紅色	
綠色	
黃色	
白色	
黑色	

### 播種-準備用具



盆子



鏟子



餐巾紙



泥土



筆



空心菜種子

1

### 播種-步驟1 填土



1. 用奇異筆在3吋盆九分滿的位子畫上記號
2. 將餐巾紙對摺兩次，鋪在盆底
3. 用鏟子鏟土進盆子裡壓實並裝到9分滿

2

### 播種-步驟2 戳洞



在培養土表面蓋上播種提示卡，依照提示卡洞的位置，用原子筆在泥土表面戳洞

3

### 播種-步驟3 放種子



1. 數出10顆種子
2. 一個洞放一顆
3. 將提示卡拿起，把已放好種子的洞覆土填滿

4

### 播種-步驟4 澆水



用手舀水一點點澆水直到水從盆底滴出

5

### 播種-步驟5 培植

#### 種子成長過程注意事項

1. 土乾了才澆水
2. 種子發芽後放到陽光照射處
3. 採收前將未剝落的種殼摘下



6

### 不同季節適合栽種的蔬菜

#### • 【春、夏】



7

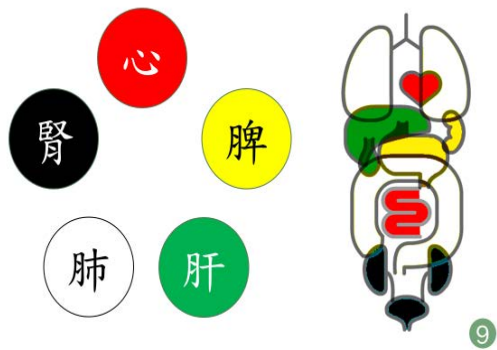
### 不同季節適合栽種的蔬菜

#### • 【秋、冬】



8

### 五行蔬菜捲-五行顏色與器官



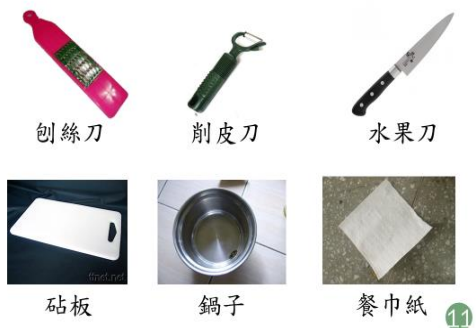
9

### 五行蔬菜捲-食材



10

### 五行蔬菜捲-用具



11

### 五行蔬菜捲-作法

1. 處理食材：  
胡蘿蔔刨絲；蘋果削皮、切成條狀；  
空心菜苗剪下、洗淨
2. 鋪海苔
3. 放食材
4. 捲

12

### 處理食材-削蘋果



※使用削皮刀時，刀鋒要咬住果皮  
※注意拿食材的手切勿放在削皮刀下

13

### 處理食材-刨絲



口訣：「1、2、3，轉」，在同一位子刷3下後要換方向

14

### 鋪海苔→放食材→捲

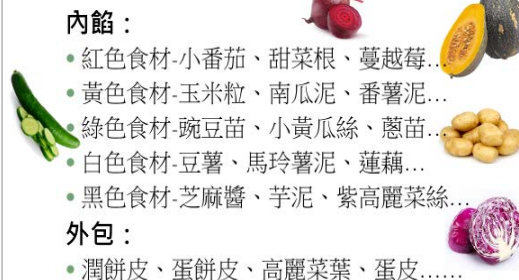


※食材取適量，不超過海苔片的一半

※海苔片包住食材，稍微壓緊後，邊壓邊捲至底

15

### 五行蔬菜捲-材料替代



#### 內餡：

- 紅色食材-小番茄、甜菜根、蔓越莓...
- 黃色食材-玉米粒、南瓜泥、番薯泥...
- 綠色食材-豌豆苗、小黃瓜絲、蔥苗...
- 白色食材-豆薯、馬鈴薯泥、蓮藕...
- 黑色食材-芝麻醬、芋泥、紫高麗菜絲...

#### 外包：

- 潤餅皮、蛋餅皮、高麗菜葉、蛋皮.....

16

## 五行蔬菜捲教學活動設計

教學領域	職業教育	單元名稱	園藝/五行蔬菜捲																								
教學班級	資源班	教材來源	自編																								
教學者	呂幼雯、陳鍾德	教學時間	90 分鐘/二節																								
教學目標	單元目標	行為目標	能力指標																								
	<p><b>一、認知方面</b></p> <p>1. 能認識五行的概念。</p> <p>2. 能說出五行蔬菜捲的材料。</p> <p>3. 能說出五種不同顏色的蔬菜。</p> <p><b>三、技能方面</b></p> <p>4. 能用夾子夾取適量的食材。</p> <p>5. 能將海苔捲成圓柱狀。</p> <p><b>四、情意方面</b></p> <p>6. 能藉由種植蔬菜產生責任感及榮譽心。</p> <p>7. 能了解並實踐健康的飲食生活。</p> <p>8. 能与他人介紹自己製作的成果。</p>	<p>1-1 能說出五行的五種顏色。</p> <p>1-2 能說出五行代表的器官。</p> <p>2-1 能說出至少三種蔬菜捲的材料名稱。</p> <p>3-1 能說出紅色及綠色的蔬菜至少兩種。</p> <p>3-2 能說出黃色及黑色的蔬菜至少兩種。</p> <p>4-1 能正確拿夾子夾取持食材。</p> <p>4-2 能依照示範夾取適量的食材。</p> <p>5-1 能將紙捲成圓柱狀。</p> <p>5-2 能將包有食材的海苔捲成圓柱狀。</p> <p>6-1 能按時給空心菜盆栽澆水。</p> <p>7-1 能在平時挑選健康的食物飲用。</p> <p>7-2 能說出哪些食物屬於健康的食物。</p> <p>8-1 能將蔬菜捲主動分享給別人。</p>	<p>特殊領域</p> <p>(2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(3-3-1-3)</p> <p>(3-3-3-3)</p>																								
教學研究分析	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p><b>(一) 設計理念</b></p> <p>1. 收成自己種的菜再用其製作健康美味的蔬菜捲，是由種子到餐桌的概念。並要學生尊重生命，愛惜食物等生命教育議題。</p> <p>2. 本課程透過示範教學、練習教學等教學方式，讓學生透過反覆練習達到動作的精熟度。</p> <p>3. 訓練手眼協調及精細動作，如捲、夾等動作，經由品嚐，提升嗅覺、味覺、視覺、觸覺等反應。</p> <p><b>(二) 教材分析</b></p> <p>本單元在教導五行的養生觀念，並應用在健康飲食的五行蔬菜捲。教材重點如下：</p> <p>1. 五行概念</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px 0;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">五行元素</th> <th style="width: 15%;">代表顏色</th> <th style="width: 15%;">代表器官</th> <th style="width: 55%;">代表蔬菜</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>金</td> <td>白</td> <td>肺</td> <td>白蘿蔔、高麗菜</td> </tr> <tr> <td>木</td> <td>綠</td> <td>肝</td> <td>空心菜</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>黑</td> <td>腎</td> <td>木耳、香菇、海苔、葡萄乾</td> </tr> <tr> <td>火</td> <td>紅</td> <td>心</td> <td>紅甜椒、紅蘿蔔</td> </tr> <tr> <td>土</td> <td>黃</td> <td>脾</td> <td>黃甜椒、玉米、蘋果</td> </tr> </tbody> </table> <p>2. 製作五行蔬菜捲</p> <p>(1) 食材：空心菜芽、小黃瓜、蘋果、海苔、葡萄乾、高麗菜、紅蘿蔔、美乃滋。</p> <p>(2) 步驟：</p> <p>甲、夾：用夾子將食材夾入海苔。</p>			五行元素	代表顏色	代表器官	代表蔬菜	金	白	肺	白蘿蔔、高麗菜	木	綠	肝	空心菜	水	黑	腎	木耳、香菇、海苔、葡萄乾	火	紅	心	紅甜椒、紅蘿蔔	土	黃	脾	黃甜椒、玉米、蘋果
五行元素	代表顏色	代表器官	代表蔬菜																								
金	白	肺	白蘿蔔、高麗菜																								
木	綠	肝	空心菜																								
水	黑	腎	木耳、香菇、海苔、葡萄乾																								
火	紅	心	紅甜椒、紅蘿蔔																								
土	黃	脾	黃甜椒、玉米、蘋果																								

- 乙、加：加入少許沙拉醬。  
丙、捲：將海苔捲起。

**二、教學重點**

節次	教學重點
1	五行的概念
2	製作五行蔬菜捲

**三、學生特質分析**

**(一) 學生特性**

- 學生概述：特教班中重度共 14 人。
  - 智能障礙學生 6 人，4 位有過動與注意力不集中特質。
  - 自閉症學生 4 人，皆有注意力不集中特質。
  - 多重障礙重度學生 4 人。
- 分組方式
  - 高組學生具備操作能力，能自行聽指令操作。
  - 中組學生基本操作能力尚可，能聽指令操作，但須教師肢體協助。
  - 低組學生須教師大量肢體協助。

**(二) 學生先備知識**

- 知道植物的基本的構造名稱。
- 認識基本園藝用具。

**(三) 學生先備技能**


能夠操作基本園藝用具(高組)。

**(四) 會依照步驟播種。**

**教學準備**

- 教學資源**：職業教室、教學投影片、學習單。
- 材料**：海苔、空心菜幼苗、高麗菜、紅蘿蔔、彩椒、葡萄乾、廢紙條、廚房紙巾、千島沙拉醬。
- 器具**：盆栽、鋼盆、剪刀、夾子、盤子。
- 器材**：水槽、工作台。

目標代號	教學活動	時間	教學資源
6-1	<b>壹、準備活動</b>		
	<b>一、課前準備</b>		
	<ol style="list-style-type: none"> <li>教師 準備教學投影片、佈置教室環境。</li> <li>學生 在前兩周的課堂先美化盆栽及種植空心菜種子。</li> </ol>		
	<b>二、課間準備</b>		
	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>引起動機</b> 讓學生觀察兩周前種植的空心菜幼苗，說明空心菜已經長大可以收成了。</li> </ol>	5 分鐘	空心菜盆栽
	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>告知學生學習目標</b> (單元名稱及教學目標) 說明這一節要收成空心菜幼苗，並介紹五行食物的概念。</li> </ol>	4 分鐘	
	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>先備知識回憶</b> (複習舊經驗)               <ol style="list-style-type: none"> <li>複習種植空心菜種子的步驟。</li> <li>讓學生拿剪刀將空心菜芽剪下放盤子中備用(高組學生獨</li> </ol> </li> </ol>	6 分鐘	剪刀、盤子

	<p>立完成，中組口頭或肢體部份協助，低組由教師拿剪刀剪，學生在協助下將菜芽放至盤子中即可)</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p>一、呈現刺激材料 利用投影片呈現五行的概念。</p> <p>二、學習輔導</p> <p>(一) 說明五行的五種元素及所代表顏色、代表器官、代表蔬菜。</p> <p>(二) 將各個元素以相對應的顏色呈現，以利學生記憶。</p>		
1-1		15 分鐘	教學投影片
1-2		10 分鐘	
7-1			
7-2			
	<p style="text-align: center;">金 木 水 火 土</p>  <p style="text-align: center;">-----</p> <p><b>三、引發表現</b></p> <p>(一) 讓每個學生試著說出五種元素及對應的顏色。</p> <p>(二) 當老師說出五行時，學生要說出或比出對應的器官。</p> <p>(三) 當老師說出五行對應的顏色時，學生要說出一到兩種該顏色的蔬菜。</p> <p><b>四、提供回饋</b> 學生答對時，給予增強，正確者給予獎勵。</p> <p><b>參、綜合活動</b></p> <p>一、歸納要點。</p> <p>二、預告下一節要用剛剛收成下來的空心菜苗做五行蔬菜捲。</p> <p style="text-align: center;">----- 第一節結束 -----</p>	5 分鐘	
	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p>一、課前準備</p> <p>(一) 教師</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備蔬菜捲的材料及工具。</li> <li>2. 布置教學環境</li> </ol> <p>(二) 學生：洗好手，在位子上準備上課。</p> <p>二、課間準備</p> <p>(一) 引起動機 給學生看五行蔬菜捲完成的圖片。</p> <p>(二) 告知學生學習目標</p> <p>本節要利用大家種的空心菜苗和其他五行食材製作五行蔬菜捲。</p>	5 分鐘	
1-1			
1-2			
	<p><b>貳、發展活動</b></p> <p>一、呈現刺激材料 以 PPT 呈現製作五行蔬菜捲的材料及對應的顏色。 綠色-空心菜芽、小黃瓜絲；黃色-蘋果絲；</p>	5 分鐘	海苔、空心菜幼



## 個別化教學評量表

單元名稱：園藝-五行蔬菜捲

評量教師：\_\_\_\_\_





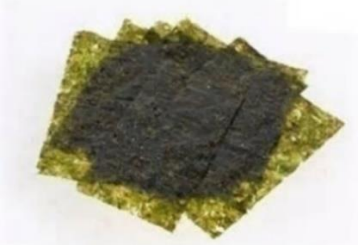
個別化教學評量			學生班級： 年 班				
			學生姓名：				
評量項目	具體目標	評量方式	評量日期				學習情況概述
			/	/	/	/	
認知方面	1-1 能說出五行的五種顏色	觀察					
	1-2 能說出五行代表的器官	問答					
	2-1 能說出至少三種蔬菜捲的材料名稱	紙筆問答					
	3-1 能說出紅色綠色的蔬菜至少兩種 3-2 能說出黃色黑色的蔬菜至少兩種	觀察問答					
技能方面	4-1 能正確拿夾子夾取材料	觀察					
	4-2 能依照示範夾取適量的食材	操作					
	5-1 能將紙捲成圓柱狀	觀察					
	5-2 能將包有食材的海苔捲成圓柱狀	操作					
情意方面	6-1 能按時給空心菜盆栽澆水	觀察操作					
	7-1 能在平時挑選健康的食物飲用	觀察操作					
	7-2 能說出哪些食物屬於健康的食物						
	8-1 能將蔬菜捲主動分享給別人						
評量方式	問答、操作、觀察、紙筆、作業						
評量標準	A 通過 B 待努力 C 不通過 D 需調整目標						
教師回饋	教師簽名：						
導師回饋	導師簽名：						
家長回饋	家長簽名：						

## 職業教育《園藝-五行蔬菜捲》學習單

日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名：\_\_\_\_\_

一. 請寫出五行蔬菜捲的材料名稱：

圖片	蔬菜名稱	顏色	它照顧我的哪個器官？
			
			
			
			
			

二. 想一想，寫一寫：

1. 請寫出三種綠色的蔬菜或水果

\_\_\_\_\_

2. 請寫出三種紅色的蔬菜或水果

\_\_\_\_\_

3. 請寫出三種白色的蔬菜或水果

\_\_\_\_\_

4. 請寫出三種黑色的蔬菜或水果

\_\_\_\_\_

5. 請寫出三種黃色的蔬菜或水果

\_\_\_\_\_

## 美味健康的五行蔬菜捲

由五種不同顏色的蔬菜，  
讓身體的各個器官都健康！



## 五行:

金 木 水 火 土



## 金---

代表顏色:白色

代表器官:肺

代表蔬菜:白蘿蔔 高麗菜



## 木-

代表顏色:青色(綠色)

代表器官:肝

代表蔬菜:空心菜等綠色蔬菜



## 水-

代表顏色:黑色

代表器官:腎

代表蔬菜:木耳 香菇 海苔 葡萄乾



## 火-

代表顏色:紅色

代表器官:心

代表蔬菜:紅甜椒 紅蘿蔔

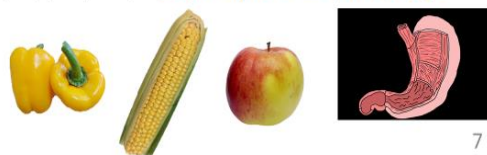


## 土-

代表顏色:黃色

代表器官:脾胃

代表蔬菜:黃甜椒 玉米 蘋果



## 五行蔬菜捲材料:

1.空心菜芽(綠色)



2.小黃瓜絲(綠色)

2.蘋果絲(黃色)



3.海苔(黑色)

4.葡萄乾(黑色)



5.高麗菜絲(白色)

6.紅蘿蔔絲(紅色)



7.美乃滋



### 小菜芽(綠色)

自己種的菜芽來把它們剪下來吃囉~



9

### 小黃瓜絲(綠色)



10

### 蘋果絲(黃色)



11

### 海苔片(黑色)



12

### 葡萄乾(黑色)



13

### 紅蘿蔔絲(紅色)



14

### 高麗菜絲(白色)



15

今天要學習:

1. 拿取適當的食材的量
2. 『捲』的技巧

16

## 豆苗採收及生菜沙拉手卷教學活動設計

<b>教學領域</b>	職業教育	<b>單元名稱</b>	園藝/豆苗採收及生菜沙拉手卷								
<b>教學班級</b>	特教班	<b>教材來源</b>	自編								
<b>教學者</b>	張雅喻	<b>教學時間</b>	135分鐘/三節								
<b>教學目標</b>	<b>單元目標</b>	<b>行為目標</b>	<b>能力指標</b>								
	<p>一、認知方面：</p> <p>1. 能說出切絲後的食材名稱。</p> <p>2. 能說出器具及材料名稱。</p> <p>3. 能分辨出豆苗的植物外觀。</p> <p>二、技能方面：</p> <p>4. 能依照指示進行園藝操作活動。</p> <p>5. 能依照指示進行烹飪操作活動。</p> <p>6. 能依照指示進行器具清潔及歸位。</p> <p>三、情意方面：</p> <p>7. 能在工作時，維持個人清潔衛生。</p> <p>8. 能在工作情境中，注意工作環境安全。</p>	<p>1-1 能說出各項食材的顏色。</p> <p>1-2 能將切絲後的食材與未切絲之原形配對。</p> <p>1-3 能依照顏色說出切絲後的食材名稱。</p> <p>2-1 能說出摘剪豆苗及製作手捲需要的器具。</p> <p>2-2 能說出手捲製作需準備的材料。</p> <p>3-1 能在眾多植物中指認出豆苗。</p> <p>3-2 能說出豆苗的顏色及葉片形狀。</p> <p>4-1 能依照指示正確摘剪豆苗。</p> <p>5-1 能依照步驟進行手卷製作。</p> <p>6-1 能依照指示進行器具清潔。</p> <p>6-2 在器具使用後能進行歸位。</p> <p>7-1 能隨時注意個人衛生習慣。</p> <p>7-2 能說出工作前個人準備工作。</p> <p>8-1 能說出安全使用刀具的方法。</p> <p>8-2 能隨時維護工作環境安全。</p>	<p>特殊領域</p> <p>(2-3-1-1)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(2-3-2-1)</p> <p>(2-3-1-3)</p> <p>(2-3-2-4)</p>								
<b>教學研究分析</b>	<p><b>一、教材內容分析</b></p> <p><b>(一) 設計理念</b></p> <p>1. 本課程透過示範教學、操作練習教學及合作學習，讓學生得以認識及體驗原物料生長採收到成為餐點的製作過程。</p> <p>2. 培養良好的工作習慣及態度，加強工作安全訓練，並落實工作中個人衛生清潔。</p> <p><b>(二) 教材分析</b></p> <p>訓練學生手眼協調及精細動作，如剪刀操作、捲的動作、擠壓等能力，並藉由視覺觀察及味覺品嚐，增加其敏銳度。</p> <p><b>二、教學重點</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px 0;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">節次</th> <th>教學重點</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>豆苗摘剪技巧及操作。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>生菜沙拉手卷的製作流程。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>手卷製作技巧與作品分享。</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>三、學生特質分析</b></p> <p><b>(一) 學生特性</b></p> <p>1. 學生概述：特教班學生5人</p> <p>(1) 自閉症學生1人，聽覺理解能力佳，粗大及精細動作能力較差。(具過動特質)</p> <p>(2) 智能障礙學生4人，聽覺理解能力尚可，粗大及精細動作能力尚可。</p>			節次	教學重點	1	豆苗摘剪技巧及操作。	2	生菜沙拉手卷的製作流程。	3	手卷製作技巧與作品分享。
節次	教學重點										
1	豆苗摘剪技巧及操作。										
2	生菜沙拉手卷的製作流程。										
3	手卷製作技巧與作品分享。										

	<p>2. 分組方式: 依照學生精細動作能力為分組依據。</p> <p>(1) A 組學生能聽懂教師指令, 具基本操作能力, 經講解及示範後能自行完成操作。</p> <p>(2) B 組學生能聽懂教師指令, 需協助完成操作。</p> <p><b>(二) 學生先備知識</b></p> <p>1. 學生已學過廚房器具操作, 並能了解操作器具的簡易步驟與注意事項。</p> <p>2. 學生已經種植過豆苗了解豆苗生長過程。</p> <p><b>(三) 學生先備技能</b></p> <p>1. 學生能正確使用剪刀。</p> <p>2. 學生能注意基本的工作安全, 並遵守工作安全守則。</p>		
<b>教學準備</b>	<p>一、<b>教學資源</b>: 學習單、工作分析步驟圖卡、白板、職業教室。</p> <p>二、<b>材料</b>: 豆苗盆栽、手卷備料(紅蘿蔔絲、小黃瓜絲、蛋絲、海苔片、沙拉醬、蛋餅皮)。</p> <p>三、<b>器具</b>: 剪刀、塑膠袋、刀子、砧板、鍋子、盤子。</p> <p>四、<b>器材</b>: 料理台</p>		
<b>目標代號</b>	<b>教 學 活 動</b>	<b>時間</b>	<b>教學資源</b>
	<p><b>壹、準備活動</b></p> <p>一、<b>課前準備</b></p> <p>(一) 教師: 備好本單元的材料、器材用具準備。</p> <p>(二) 學生: 留意器具使用安全及衛生禮儀。</p> <p>二、<b>課間準備</b></p> <p>(一) 引起動機</p> <p>1. 展示事先做好的生菜沙拉手卷, 並詢問學生是否知道手卷是如何做成的。</p> <p>2. 拿出發芽成熟的豆苗請學生觀察, 並說明本次課程內容主題。</p> <p>(二) 告知學生學習目標(單元名稱及教學目標)</p> <p>說明本堂職業課主題為生菜沙拉手卷的製作, 且需要使用到之前種植的豆苗。</p> <p>(三) 先備知識回憶(複習舊經驗)</p> <p>以問答方式引導學生複習簡易剪刀操作的方法及安全事項:</p> <p>1. 豆苗怎麼來的?</p> <p>播種後每天澆水並注意日照充足, 豆芽便會成長茁壯。</p> <p>2. 使用刀具時有哪些需要注意的地方?</p> <p>勿奔跑、小心刀鋒、注意手指放置位置。</p> <p><b>貳、發展活動</b></p> <p>一、<b>呈現刺激材料</b></p> <p>(一) 老師拿出豆苗, 介紹本單元所需材料, 請學生依序至台前領取一株豆苗, 觀察其形狀顏色。</p> <p>(二) 學生分組後至台前領取剪刀及塑膠袋, 說明剪刀安全使用方式。</p> <p>1. 摘剪步驟:</p>	<p>5 分鐘</p> <p>4 分鐘</p> <p>3 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>菜刀</p> <p>烹飪用具</p> <p>工作分析圖卡</p> <p>豆苗盆栽</p> <p>剪刀</p> <p>塑膠袋</p> <p>豆苗盆栽</p> <p>鍋子</p>
7-1			
7-2			
8-1			
8-2			
1-1			
2-1			
2-2			
3-2			
4-1			

8-1	(1)抓-將數株豆苗用手抓住。		
8-2	(2)剪-在豆苗靠近土壤的區段使用剪刀剪斷。 (3)裝置塑膠袋-剪完後將豆苗放置塑膠袋。		
	2. 說明注意事項： (1)使用剪刀時注意手指擺放位置，注意安全。 (2)摘剪豆苗時記得靠近豆苗根部，不要只剪上半段。		
	(三) 豆苗清洗，待學生將豆苗摘剪完畢後，將豆苗放置到鍋中清洗，並仔細檢查是否殘留泥土。	5 分鐘	
	<b>二、學習輔導</b>		
4-1	將豆苗摘剪過程如下圖，增加學生對本堂課所學之印象。	5 分鐘	
	<pre> graph LR     A[1. 抓 • 將數株豆苗用手抓住。] --&gt; B[2. 剪 • 在豆苗靠近土壤的區段使用剪刀剪斷。]     B --&gt; C[3. 裝袋 • 完成摘剪後將豆苗裝進塑膠袋。] </pre>		
	<b>三、引發表現</b>		
1-1	(一) 豆苗外觀如何呢?	3 分鐘	
3-2	(二) 摘剪豆苗有哪些步驟呢?		
	<b>四、提供回饋</b>		
1-1	豆苗顏色為綠色，莖部分較細長，葉片較小。摘剪豆苗時可簡單分為一抓、二剪、三裝袋等三大步驟。摘剪後需要進行豆苗清洗。本堂課會使用到一些材料及常見的工具，像是剪刀、塑膠袋、鍋子等。	5 分鐘	
2-1			
3-2			
	<b>參、綜合活動</b>		
	預告下堂課內容:生菜沙拉手卷的製作。 ----- 第一節結束 -----	5 分鐘	
	<b>壹、準備活動</b>		
	<b>一、課前準備</b>		
	(一) 教師		
	1. 準備教學圖卡與材料。		
	2. 佈置手卷製作區。		
7-1	(二) 學生：清潔桌面、清洗雙手，注意個人衛生。		
	<b>二、課間準備</b>		
2-2	(一) 引起動機 請學生清洗雙手並在烹飪教室坐好，詢問上一節的活動內容。	5 分鐘	
	(二) 告知學生學習目標 拿出材料圖卡，說明本堂職業課主題為認識手卷的材料內容，		
			工作分析圖卡 手卷備料 盤子 刀子 砧板