國立勤益科技大學通識教育學院

115 學年度 2 學期 教學大綱

部別	■日間部 □進修部 □推廣部	學制	■四技 □二技 □二專
授課教師	張志達	教師學歷	亞洲大學休閒與遊憩管理學系碩士
教師經歷	勤益科技大學景觀系 助理教授	教師級職	助理教授
科目名稱(中)	從農田到餐桌---友善農業及健康飲食		
科目名稱(英)	Sustainable Agriculture and Healthy Diets		
開課單位	□基礎通識教育中心 ■博雅通識教育中心	學分/學時數	2 /2
領域	☐人文藝術 ☐社會科學 ■自然科技		
優質課程類別	■一般課程、□智慧財產權、□內涵式服務學習課程、□性別平等、□綠色課程 □創新、創意課程、□工作（職場）倫理課程、□工具機技術研發 創新、創意課程定義：課程目標為「激發學生獨特的想像與創意思考，透過企劃與執行以創新模式解決實際問題。」		
科目與通識核心能力關聯	■知識統整能力 25 % ☐創意思維能力_____% ■溝通表達能力 25 % ☐美感鑑賞能力_____% ☐邏輯推理能力_____% ☐法治思辨能力_____% ■博通宏觀能力 25 % ■倫理關懷能力 25 % (核心能力定義請參見附件一，請選擇 2~3 項相關程度較高之核心能力)		
科目屬性	☐核心課程 ☐跨領域課程(須符合附件二定義，並請勾選下一欄) ■生活性課程 ☐學術性課程 ☐通論性課程 ☐經典性課程		

	(屬性定義請參見附件二，可複選)
跨領域課程	□人文藝術領域：(0%) □社會科學領域：(20%) ■自然科技領域：(80%) (以上總和百分比須達 100%)
教科書	
參考書目	1.吳東傑，2005 ，台灣的有機農業，遠足文化。 2.有機農業全球資訊網: http://info.organic.org.tw/supergood/front/bin/ptlist.phtml?Category=100981 3.石川拓治、王蘊潔，2009，這一生至少當一次傻瓜----木村阿公的奇蹟蘋果，圓神出版社。 4.簡芝妍，2011，地中海飲食的養身密碼，采竹文化。 5.余嘉芳，2013，一桌子美好，推首文化。
教學目標	1.了解作物從耕種、維護管理、採收到烹煮的過程。 2.透過實作實習了解友善農業的原理及實務，並親自體驗農業與自身的關係。 3.建立健康飲食觀念。
評量方式	量化：出席(30%) 作業(30%) 平時考( ) 期末成果(40%) 質化：參與及反思
內容綱要	教導友善農業的理論與實務，帶領學生至農園進行耕作，實地操作友善農業的耕作方法、病蟲害防治、雜草防除等技術。另教導健康的飲食原則，並讓學生親手烹飪健康

	的料理。透過本課程進行食農教育。課程單元如下: 一、友善農業概論 二、友善農業操作實務與實習 三、園產品加工 四、健康飲食理論與實習 五、有機農園及農夫市集參訪
教學方式	講授、實作
創新教學 活動設計	本課程多以操作方式進行，於五色譜花園學生分組認領一小空間。透過親身的整地、耕作、病蟲害防治、烹飪、餐桌佈置等，進行食農教育。期末將舉辦成果發表會，以餐桌美學的手法將栽種的作物及健康餐飲整體呈現。

科目進度與內容

(勿只填寫單元名稱，請簡述內容)

週次	教 學 內 容 ※申請跨領域課程時，將特別針對教學內容細節審核，請詳細說明，以作為審核依據	備註 (課程活動與作業)	※若勾選「跨領域課程」請標註每週次涵蓋領域，可複選
1	課程說明: (一)當今農業、環境、食安、健康問題 (二)友善農業定義 (三)友善農業與慣行農法之差異	地點:M706 五色譜花園 課程活動: 作業:蔬菜種植	□人文藝術領域 □社會科學領域

	(四)課程操作模式:上課、實習、參訪 (五)分組（五人一組）		■自然科技領域
2	農田整地及農具使用: (一) 農具使用:農具功能及使用法 鋤頭、耙子、鏟子、移植鏝、鋤草耙 整地實習	地點: 五色譜花園 備註：今天一作苦 力，請著耐髒衣物	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
3	農田整地	地點: 五色譜花園 備註：今天一作苦 力，請著耐髒衣物	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
4	參訪種苗資材行及田區規劃 (一) 種苗資材行巡禮、購買種子、菜苗 (二) 規劃田區作物、種植作物	地點: 興農種苗資材行 五色譜花園	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
5	種苗繁殖、扦插、移植實習 (一)繁殖概論:播種、扦插、移植、分株、嫁接 (二)繁殖實習:	地點:M706 五色譜花園	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
6	電影欣賞: 這一生當一次傻瓜	地點:M706	□人文藝術領域 ■社會科學領域 ■自然科技領域
7	友善農業概論: 建立友善農業的理論基礎 (一) 為何要推行友善農業 (二) 短片欣賞: 友善大地的菱田(48 min) (三) 友善農業定義 (四) 台灣農業驗證及認證 (五) 全聯出任務:尋找農業標章	地點:M706 全聯超市	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
8	作物營養需求:	地點:M706	□人文藝術領域

	(一)了解作物的生理及養分需求 (二)施肥、堆肥實習	五色譜花園	□社會科學領域 ■自然科技領域
9	雜草防除及病蟲害防治:了解友善農業可以使用的防治工具 (一)防治概念 1. 物理防治 2. 化學防治(慣行農法) 3. 微生物防治 4. 忌避植物、共榮植物實務教學 5. 田間管理 (二)非農藥病蟲害防除實習 亞磷酸、葵無露、蘇力菌	地點：M706 教室 學生:紀錄未來一週的飲食,將最健康營養的一餐照片上傳至本班 FB 老師：葵花油、雞蛋、蘇力菌、亞磷酸	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
10	健康飲食:了解健康飲食的原則 (一)健康飲食原則 (二)My plate(我的餐盤)分享 (三)餐盤四分法	地點：M706	□人文藝術領域 ■社會科學領域 ■自然科技領域
11	地中海飲食介紹及實作 (一) 地中海飲食原則 1.原則、食物金字塔 2.常用食材 3.食材選購地點 (二) 地中海料理實習:橄欖油烤香料番茄(少油煙、好油、完整食物) (三) 紅酒品嚐	地點：M706 老師示範解說,學生分五組實習。 老師:果汁機、食材	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
12	喝咖啡聊咖啡----談公平交易 (一)公平交易影片欣賞 (二)公平交易咖啡品嘗	地點：M706 老師:咖啡豆、器具 學生:咖啡杯、點心	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
13	認識基改作物(80 min) (一) 基改食物爭議 (二) 育種概論及基因工程技術	地點：M706 老師：五穀飯、果汁機 1 台、糖	□人文藝術領域 □社會科學領域

	(三) 五穀類營養成分及種類介紹 (四) 非基改五穀漿製作實習	學生:杯子	■自然科技領域
14	低溫料理 (一)低溫料理簡介 (二)低溫料理實習:青醬製作+義大利麵	老師：食材、調味料	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
15	低 GI 飲食 (一) 低 GI 飲食概念 低GI飲食實習:綠拿鐵製作實習	地點：M706 老師:食材、果汁機	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
16	中興大學有機農夫市集參訪	地點:中興大學	□人文藝術領域 ■社會科學領域 ■自然科技領域
17	養生茶飲 蜂蜜檸檬紫蘇茶	地點：M706 老師:紫蘇、檸檬、蜂蜜	□人文藝術領域 □社會科學領域 ■自然科技領域
18	成果發表會 (一) 分組佈置餐桌 (二) 展示採收作物(實物或紙本) 預備健康點心或蔬果，與老師同學分享	地點:暫定五色譜花園 學生：餐點、佈置材料、餐具	□人文藝術領域 ■社會科學領域 ■自然科技領域

請遵守智慧財產權觀念，不得非法影印

附件一 核心能力定義

核心能力	定義與說明

A. 知識統整能力	學生能在各種知識與文化脈絡中，尋得恆久不變的價值觀，並將此價值觀融入其生活，進而認識、欣賞、尊重與珍惜生命的意義。
B. 創意思維能力	學生能認知各知識領域與多元文化間的差異處與鏈結點，進而具備跨領域思維與評判能力，使其能在固有的架構中，呈現嶄新的創造力。
C. 溝通表達能力	學生能釐清自我思想，並藉由正確且清楚的語文表達理念，以建立與他人良好的溝通。
D. 美感鑑賞能力	學生能認知、接收並傳達多元藝術美感，具備敏銳的鑑賞能力，並運用在不同領域的統整中。
E. 邏輯推理能力	學生能依據自身認知和客觀事實，運用邏輯分析與量化推理，進行反思與論證，進而做出合理判斷。
F. 法治思辨能力	學生能正確認知人權、民主、與法治之互動關聯，進行獨立思辨與論辯且基於人本關懷精神，以確立其自身與社會群體之關係。
G. 博通宏觀能力	學生能以基礎知識為本，培養前瞻性的觀點並開拓宏博的視野，以建立整全之人生觀。
H. 倫理關懷能力	學生能認知自身與所處環境的關係，並進而願意以己身之力與專業知識參與社會與環境的改造，提升正向能量。

附件二 課程屬性定義

核心課程：全校性共同必修之通識課程。

跨領域課程：課程內容須跨人文藝術/社會科學/自然科技三領域其中之二項以上。課程須有一主領域，其授課內容須達 60%以上，上限為 70%以下。(依 110 年 4 月 7 日 109-2 博雅通識中心第 1 次教評會議決議)

生活性課程：課程重點強調知識應用與人類生活相關之課程。

學術性課程：課程重點偏重理論發展之脈絡、思想之沿革、與歷史文化背景之因素。

通論性課程：針對特定領域或時代的知識與思想做綜觀性的介紹，與廣博性的探討。

經典性課程：針對特定領域或時代具有代表性的人物、思想、典籍做較為深入之探討、剖析、或導讀。