

2024/25 價值觀教育傑出教學獎
教案

學校名稱： 崇真書院

1. 教學單元／課題：

裝載得滿的孝心－低糖中式糕點製作

2. 教學時間： 90分鐘

3. 預期學習成果：

知識：	1. 中國傳統禮儀文化 - 了解中式餐桌禮儀的基本守則及其文化內涵，例如座次安排、敬茶禮儀及使用餐具的注意事項。 - 認識中式如意結的寓意和歷史背景，了解其在中國文化中的象徵意義（如幸福、美好和吉祥）。 2. 傳統飲食文化 - 學會中式饅頭的基本製作過程，包括揉麵、整型、烘焙等工序。 - 理解中式飲食中的健康觀念，例如低糖飲食的意義與益處。 3. 設計與美感基礎 - 掌握簡單的編織技巧（如意結）和創意包裝技巧（攢盒設計）。 - 理解造型設計的文化內涵（祥雲饅頭的寓意）及其在日常生活中的應用。 4. 情感教育與價值觀 - 學會如何通過行動（送出感恩卡或攢盒）表達對長輩或家人的關懷和尊重。 - 理解孝道在中國傳統文化中的核心地位及其現代社會意義。 5. 跨學科知識 - 數學科：學習如意結編織中的對稱性和幾何規律。 - 健康管理與社會關懷科：學習低糖飲食與健康飲食的基本知識，理解糖分對人體的影響。 - 視覺藝術科：將文化元素融入創意設計，提高審美能力。
-----	---

共通能力／技能：	1. 基礎能力 1.1 溝通能力 • 小組活動（餐桌禮儀小劇場）中需進行討論、角色分配和協作，學生學會用清晰的語言表達意見。 • 學生以小組形式匯報，分享活動成果及心得。 • 撰寫感恩卡時，學生需練習如何用文字表達感激與情感。 1.2 運用資訊科技能力 • 可使用數碼工具輔助學習（例如播放餐桌禮儀短片、使用編織視頻教程或進行創意包裝設計模擬）。 • 學生用手機或平板拍攝製作過程，編輯成簡短視頻，進一步提升科技應用能力。 • 學生使用數碼工具(Canva)製作並展示他們的製作成果。 1.3 數學能力 • 在如意結編織過程中，學生需應用對稱性和幾何概念，理解結構的平衡美感。 • 饅頭製作時涉及比例計算（如配方中麵粉和水的比例），讓學生應用數學知識解決實際問題。 • 加入數學相關的挑戰，如設計不同大小的饅頭模型，計算其體積和比例，進一步提升數學應用能力。 2. 思考能力 2.1 明辨性思考能力 • 餐桌禮儀環節，學生需辨別不同禮儀行為的背後意義（為何長幼有序能促進家庭和諧）。 • 討論文化價值（中式與西式餐桌禮儀的對比），培養學生慎思明辨能力。 • 加入情境討論活動，讓學生思考文化價值的當代應用及其挑戰。 2.2 創造力 • 饅頭造型設計、攢盒包裝設計以及如意結的創意應用，學生需融入文化元素與個人想法，激發創造力。 • 鼓勵學生設計具有個人特色的感恩卡，展現個性化創意。 2.3 解決問題能力
-----------------	---

	- 在如意結編織過程中，學生需解決編織失誤或打結的問題。 - 饅頭製作時，學生可能面臨比例不對或造型不穩定等挑戰，需自主尋找解決方法。 3. 個人及社交能力 3.1 自我管理能力 - 饅頭製作和如意結編織過程中，學生需計劃時間、分步完成工作，培養自我管理能力。 - 撰寫感恩卡時需專注表達情感，體會情緒管理的重要性。 - 學生需完成計時任務（在限定時間內完成如意結或饅頭造型），以培養學生的時間管理意識。 3.2 協作能力 - 所有小組活動（餐桌禮儀小劇場、饅頭製作、攞盒包裝）均需分工合作，學生需學會與人協商、互相支持，提升團隊協作能力。 - 老師可設置角色輪替制度，讓每位學生擔任不同角色（如領導者、執行者、觀察者），幫助學生從多角度體會協作的重要性。 3.3 自學能力 - 老師提供額外學習資源，讓學生預習及課後自行學習與鞏固。 - 編織如意結和饅頭製作過程中，學生需自主學習相關技巧（理解示範動作、觀察步驟），提升自學能力。 - 通過老師引導，學生自發探索傳統文化的背景知識。
價值觀和態度：	1. 尊重 - 學生在學習餐桌禮儀時，了解尊重他人（包括長輩、同伴和服務人員）在日常生活中的重要性，例如「不大聲說話」或「不搶菜」。 - 在小組活動中，學生需要聆聽其他成員的意見並尊重分工與合作過程。 2. 自律 - 學生在饅頭製作過程中，需專注於每個步驟，如揉麵、整型和烘焙，體現高度的自律和專注力。 - 在編織如意結時，要求學生耐心學習和完成一個需要反覆練習的技巧，從而培養學生對於細節的

關注、時間管理和任務的執行力，這些能力對未來學習和工作都有幫助。

3. 感恩

- 在撰寫感恩卡時，學生學會反思他人對自己的付出（如家人的關愛或朋友的支持），並用真誠的態度表達感謝。
- 學生體會到中華傳統文化中「禮物」的象徵意義，例如如意結和低糖攢盒是感恩與祝福的具體呈現，幫助學生建立珍惜當下和感恩回報的態度，學會正向面對生活中的挑戰。

4. 勤奮與專注

- 饅頭製作和如意結編織需要長時間的專注力和反覆練習，學生在過程中體會到成功的成果源於細心與努力。
- 從設計到完成作品的過程中，學生理解持續付出是成功的關鍵，為學生樹立「勤奮換來成果」的觀念，為日後的學習和工作建立良好的價值觀基礎。

5. 合作與團隊精神

- 在活動中，特別是小組製作低糖攢盒或進行小劇場時，學生學會如何與他人分工合作，理解每個角色的重要性。
- 學生需學習在團隊中協調和配合，並處理分歧，提升合作能力，讓學生了解到在未來的社會中成為善於合作的團隊成員，理解共贏的重要性。

6. 創意與美感

- 在饅頭造型、如意結設計和攢盒包裝中，學生學習如何將傳統文化與現代設計相結合，提升創意與審美能力。
- 學生通過設計個性化作品，表現自己的想法和情感，激發學生的創造性思維，培養他們欣賞藝術和文化之美的能力。

7. 健康意識

- 低糖攢盒的製作過程讓學生學習到健康飲食的重要性，理解少糖飲食對身體的好處。
- 培養學生的健康生活習慣，並將健康的理念融入到日常生活中，並進一步將這一意識帶回家庭，影響家人的飲食習慣。

8. 環保與節約

	- 在攞盒製作和包裝設計中，可以加入環保教育，例如使用可持續材料包裝攞盒或減少廚餘，培養學生的環保意識。 - 鼓勵學生善用食材，減少浪費，提倡節儉的生活態度，幫助學生從日常小事中學習節約資源，為可持續發展貢獻一份力量。 9. 包容與多元文化意識 - 通過對中式餐桌禮儀和飲食文化的學習，學生理解中國文化的豐富內涵。同時，將中式文化與其他文化作比較（如西式餐桌禮儀），可提升學生對多元文化的包容性和尊重，學生從中理解不同文化的價值，學會包容和欣賞多樣性，成為具有全球視野的世界公民。
教學中凸顯的首要培育價值觀和態度（包括校本價值觀）： （最多 4 項）	1. 孝親 1.1 中式餐桌禮儀的教導（第 1 課次） - 在學習長幼有序的傳統餐桌禮儀時，學生理解尊重長輩的意義，並將「先敬長輩」等行為作為家庭聚餐中的實踐。 1.2 感恩卡製作（第 4 課次） - 學生在製作低糖攞盒後，撰寫感恩卡，向父母或長輩表達感激。這一活動直接體現孝親的精神，通過文字與行動傳遞感恩之情。 - 學生能反思長輩對自己的照顧，學會珍惜與回饋。 1.3 低糖攞盒製作（第 4 課次） - 透過製作健康小食，學生學會從長輩的健康需求出發，表現出對家人的關懷與實際行動上的孝心。 2. 仁愛 2.1 如意結與饅頭製作（第 2 和第 3 課次） - 如意結和祥雲饅頭的寓意本身包含了祝福與吉祥，活動中，學生在製作過程中思考如何將這些美好的寓意傳遞給家人或朋友，表現出對他人福祉的關懷。 - 學生將自己的努力用於創造能帶給他人幸福的作品，實踐仁愛精神。 2.2 小組合作環節（所有課堂） - 通過分組活動，學生學會在團隊中支持彼此，體現對他人的尊重與體諒，從而培養仁愛精神。

	2.3 送禮或分享活動（延伸） - 老師可鼓勵學生將製作的低糖攢盒或饅頭送給需要幫助的社區長者或鄰居，將仁愛精神從家庭延展至社會，深化其實踐意義。 3. 國民身份認同 3.1 中式餐桌禮儀（第1課次） - 學習傳統的餐桌禮儀規範（座次安排、敬茶等），讓學生認識中華文化中的社交禮儀特點，理解其對家庭和諧和文化傳承的重要意義。 3.2 如意結的編織（第2課次） - 了解如意結的寓意和歷史，讓學生認識到中國結文化是中華傳統工藝的一部分，並學會將其應用於日常生活中，提升對中國傳統手工藝的認同感。 3.3 祥雲饅頭製作（第3課次） - 以傳統中式點心為載體，讓學生在製作過程中體驗中華飲食文化的精髓，並學習將象徵吉祥的文化元素融入現代生活。 3.4 低糖攢盒設計（第4課次） - 中式攢盒的概念本身源於傳統文化的「團圓」和「分享」，讓學生感受到中國傳統節慶文化的核心價值，進一步加深對中華文化的認同。 3.5 跨文化比較與反思（第1課次） - 在活動中加入對比（如中式餐桌禮儀與西式禮儀的異同），讓學生感受到中華文化的獨特性與價值，從而增強文化自信。
--	---

4. 教學流程

學習領域／科目／跨學科範疇：	科技教育／家政科	班別／年級：	中一級
----------------	----------	--------	-----

學習要點／內容 (請於本部份列出有關的價值觀)	學與教活動 (時間)	教材／學習材料
學習要點 1. 認識低糖食品的健康意義 - 學生理解低糖飲食對健康的益處，並學會評估食品的糖分含量與營養成分。 - 理解低糖食品如何結合傳統美食的文化意義。 2. 掌握低糖食品製作技術 - 學會製作低糖版本的中式糕點，並靈活運用天然代糖。 價值觀： 1. 國民身份認同 - 通過學習和製作祥雲造型的中式糕點，加深對中華傳統飲食文化的認識與認同感。 2. 孝親 - 學生學習製作低糖食品的過程中，體會到低糖飲食不僅對自身健康有益，還是為家人、特別是父母長輩的健康著想的行動。 - 在包裝糕點禮盒時，學生加入特別設計的祝福語或感恩卡，表達對父母和長輩的關愛。 3. 仁愛	1. 回顧及主題引入 (10 分鐘) - 老師分享已整合由學生搜集有關傳統中式小食資料，並邀請兩位同學分享最特別的小故事。 - 學生以大約 2 分鐘的展示形式進行分享。 - 老師總結中國傳統食品的象徵意義（如團圓、幸福、美滿），及介紹祥雲造型中式糕點當中的意義。 - 老師展示傳統中式糕點的天然代糖版，提問學生這些食品是否在視覺和味覺上與傳統版本有所不同，引出低糖飲食的重要性，強調健康與傳統的結合。 3. 知識拓展 (10 分鐘) - 老師講解控制糖分攝取的好處，並介紹如何選擇及使用天然代糖（蜂蜜、木糖醇等）替代白糖，及使用上一課堂已預先製作好的如意結及心意卡作裝飾，實現健康美味的糕點禮盒製作。 - 將普通版本與低糖版本的食物成分表進行對比，提問學生日常生活中我們在哪些食品中攝入了過多的糖分及除了控制糖分攝取，還可以如何保持健康的飲食習慣，以幫助學生了解糖分含量的差異及其對健康的影響。 4. 低糖中式糕點製作示範 (15 分鐘)	1. 教學簡報 2. 天然代糖版及傳統版本的淮山糕 3. 天然代糖版及傳統版本的淮山糕的對照食譜 4. 附有步驟圖的紫薯淮山糕食譜 5. 食材（鮮淮山、糯米粉、天然糖、天然色粉、紫薯餡） 6. 模具 7. 包裝盒 8. 如意結及心意卡

• 通過將低糖糕點送給長者中心或需要幫助的人，學生理解社會服務的重要性，並學會關愛社區。	• 老師演示如何製作紫薯淮山糕，在講解製作過程中，介紹淮山及紫薯的營養價值。 • 分發附有步驟圖的食譜，幫助學生掌握關鍵技術。 5. 學生實踐製作（40 分鐘） • 學生分組實踐製作紫薯淮山糕，老師巡視各組，指導製作過程中的技術問題，並給予改進建議。 • 學生包裝紫薯淮山糕，鼓勵學生加入傳統元素，例如之前學習的如意結進行創意裝飾，並在禮盒上加入感恩卡。 6. 清潔用具（10 分鐘） • 學生分組清潔使用完的用具。 7. 總結（5 分鐘） 反思：老師引導學生反思在日常生活中，如何運用這些健康飲食理念。	
--	--	--