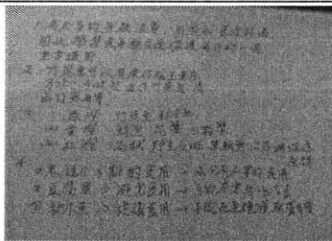


高雄市鼓山區壽山國中109學年度推動海洋教育週實施成果

普通班 班級數	8班	實施 年級	☐ 一年級 ☐ 四年級 ☐ 七年級 ☐ 十年級 ☒ 二年級 ☐ 五年級 ☐ 八年級 ☐ 十一年級 ☐ 三年級 ☐ 六年級 ☐ 九年級 ☐ 十二年級 ☐ 全 校 ☐ 其它_____											
本次海洋教育活動實施時間	實施日期：110年6月2日 星期三 實施時間： ☒ 融入領域課程實施 ☐ 晨光時間實施 ☐ 彈性時間 ☐ 綜合活動 ☐ 校本課程實施 ☐ 校外教學 ☐ 其它_____													
本次教學活動運用主要之教學策略	☐ 講述法 ☐ 繪本教學 ☒ 影片欣賞及討論 ☐ 體驗活動 ☐ 實作活動 ☐ 校外參觀 ☐ 分組討論與發表 ☐ 其它_____													
主要融入領域(可複選)	☐ 國語文 ☐ 英語 ☐ 數學 ☐ 自然 ☐ 社會 ☐ 健體 ☒ 綜合 ☐ 藝文 ☐ 鄉土 ☐ 資訊 ☐ 閱讀 ☐ 校本課程 ☒ 家政 ☐ 童軍 ☐ 其它_____													
校本課程	學校是否以海洋教育為主要校本（特色）課程 ☐ 是 ☒ 否													
海洋教育教學活動所屬範疇	☐ 海洋休閒（水域休閒、海洋生態旅遊） ☐ 海洋社會（海洋經濟活動、海洋法政） ☐ 海洋文化（海洋歷史、海洋文學、海洋藝術、海洋民俗信仰與祭典） ☐ 海洋科學（海洋物理與化學、海洋地理地質、海洋氣象、海洋應用科學） ☒ 海洋資源（海洋食品、生物資源、非生物資源、環境保護與生態保育）													
活動內容及成果照片														
	活動說明： 於 googleclassroom 各班教室指派學習任務。		活動說明： 學生手寫回覆學習單問題、拍照上傳。											
	高雄市壽山國中海洋教育週學習單 民國 102 年 12 月 19 日 1.為什麼要學習食魚教育？請簡述食魚教育的重要性。 _____可以得知海產的品質，了解台灣漁業並學習如何料理海產，才不會變成被一漁獲進口的魚，像台灣的魚類一直用很便宜的價錢去賣給加工廠。 2.影片中提及台灣許多漁業面臨加利用(例如黑毛蚵)原因在於大部分的人不知道如何料理，以致買魚回家，請問該如何處理此魚類呢？除了紀錄影片中的內容，另外建議竹筴魚可以製作的料理。 _____魚肉可讓竹筴魚以放光血來去除腥味且可以做成生魚片，使魚提高品質且價格提高，竹筴魚可做成紅燒，也能乾煎，清蒸各種方式讓魚變得好吃。 3.飲食記錄將食物依新鮮程度、調味料溫度等多個部分為綠燈、黃燈、紅燈類別，臺灣海鮮選擇指南係何原則(共10項)請各組分為建議食用、斟酌食用、避免食用三大類別？請列條三項。 (1)綠燈(建議)竹筴魚 (2)黃燈(斟酌)枝竹魚 (3)紅燈(避免)鹹魚(魚干) 4.請列舉三個個人飲食常食用的海鮮，分析這些海鮮在臺灣海鮮選擇指南所屬類別，以及未來可以如何調整，為永續漁業盡一份心力。 <table border="1"> <thead> <tr> <th>海鮮名稱</th> <th>臺灣海鮮選擇指南分類</th> <th>未來可以如何調整</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>蛤蜊</td> <td>☒建議食用 ☐斟酌食用 ☐避免食用</td> <td>繼續保持吃綠燈食物</td> </tr> <tr> <td>櫻花蝦</td> <td>☒建議食用 ☐斟酌食用 ☐避免食用</td> <td>不要去吃紅燈食物</td> </tr> <tr> <td>中卷</td> <td>☒建議食用 ☐斟酌食用 ☐避免食用</td> <td>跟家人說買綠燈的海鮮</td> </tr> </tbody> </table>		海鮮名稱	臺灣海鮮選擇指南分類	未來可以如何調整	蛤蜊	☒ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☐ 避免食用	繼續保持吃綠燈食物	櫻花蝦	☒ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☐ 避免食用	不要去吃紅燈食物	中卷	☒ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☐ 避免食用	跟家人說買綠燈的海鮮
海鮮名稱	臺灣海鮮選擇指南分類	未來可以如何調整												
蛤蜊	☒ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☐ 避免食用	繼續保持吃綠燈食物												
櫻花蝦	☒ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☐ 避免食用	不要去吃紅燈食物												
中卷	☒ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☐ 避免食用	跟家人說買綠燈的海鮮												
	活動說明： 學生上傳學習單電子檔		活動說明： 學生根據學習單個人日常生活中食用海鮮情形，並反思如何調整未來生活											
教學省思														

配合高雄市「海洋教育週」活動(6/1-6/15)，由本年度海洋教育主題「保護海洋」發展相關議題，選定三面向中的「食魚教育」議題實施。適逢疫情停課，進行方式由班級實體授課改至線上 googleclassroom，學生依照指派的學習任務觀看食魚教育相關影片、閱讀相關文章、完成學習單，以分析個人日常生活中食用海鮮情形，反思消費者能在永續漁業中扮演的角色。

備註：如有校內實施計畫、學習單或其他附件成果，亦可一併附上。

高雄市壽山國中海洋教育週學習單

班級: 102 座號: 6 姓名: 陳

1. 為什麼要學習食魚教育? 請簡述食魚教育的重要性。
了解漁獲的珍貴可以減少漁獲的浪費、永續海洋
2. 影片中提及台灣許多漁貨未能善加利用(例如拿去做成飼料)。原因在於大部分的人不知道如何料理。以竹筴魚為例, 請簡述如何善用此魚類資源。除了紀錄影片中的內容, 另外搜尋竹筴魚可以製作的料理。
紅燒竹筴魚、油炸竹筴魚、生拌筴魚泥

3. 飲食紅綠燈將食物依照新鮮程度、調味料及熱量多寡區分為綠燈、黃燈、紅燈類別。臺灣海鮮選擇指南依照那些原則(共10項)將海鮮分為建議食用、斟酌食用、避免食用三大類別? 請列舉三項。

- (1) 買食物鏈底層的小型魚蝦貝類
 (2) 常見種(量多) > 稀有種
 (3) 臺灣在地生產的海鮮 > 遠道而來的海鮮(耗能)

4. 請列舉三項個人飲食常食用的海鮮, 分析這些海鮮在臺灣海鮮選擇指南所屬類別, 以及未來可以如何調整, 為永續漁業盡一份心力。

海鮮名稱	臺灣海鮮選擇指南分類	未來可以如何調整
烏賊	☐ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☒ 避免食用	以魷魚(建議食用)代替
野生石斑	☐ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☒ 避免食用	以養殖石斑代替
鮪魚	☐ 建議食用 ☒ 斟酌食用 ☐ 避免食用	控制捕獲量

高雄市壽山國中海洋教育週學習單

班級:202 座號:21 姓名: 41

1. 為什麼要學習食魚教育？請簡述食魚教育的重要性。

_____可以知台灣有那些魚種，了解台灣魚種並且學習如何料理魚，才不會變成說一直買進口的魚，使的台灣的魚就一直用很便宜的價錢去賣給加工廠商。

2. 影片中提及台灣許多漁貨未能善加利用(例如拿去做成飼料)，原因在於大部分的人不知道如何料理。以竹筴魚為例，請簡述如何善用此魚類資源，除了紀錄影片中的內容，另外搜尋竹筴魚可以製作的料理。

_____魚商可讓竹筴魚以放光血來去除腥味且可以做成生魚片，使魚提高品質，且價格提高。竹筴魚可做成紅燒，也能乾煎，清蒸各種方式讓魚變得好吃。

3. 飲食紅綠燈將食物依照新鮮程度、調味料及熱量多寡區分為綠燈、黃燈、紅燈類別，臺灣海鮮選擇指南依照那些原則(共10項)將海鮮分為建議食用、斟酌食用、避免食用三大類別？請列舉三項。

(1)綠燈(建議):竹夾魚

(2)黃燈(斟酌):秋刀魚

(3)紅燈(避免):鯊魚(魚翅)

4. 請列舉三項個人飲食常食用的海鮮，分析這些海鮮在臺灣海鮮選擇指南所屬類別，以及未來可以如何調整，為永續漁業盡一份心力。

海鮮名稱	臺灣海鮮選擇指南分類	未來可以如何調整
蛤蠣	<建議食用> ☐ 斟酌食用 ☐ 避免食用	繼續保持珍惜態度
蝦蛄	☐ 建議食用 <斟酌食用> ☐ 避免食用	不浪費偶爾吃
烏魚子	☐ 建議食用 ☐ 斟酌食用 <避免食用>	改善生態環境&不多吃

高雄市壽山國中海洋教育週學習單

班級：三 座號：2 姓名：_____

1.為什麼要學習食魚教育？請簡述食魚教育的重要性。

正確吃法 提高魚的品質，讓漁民們不用捕撈太多 提升價值

2.影片中提及台灣許多漁貨未能善加利用（例如拿去做成飼料），原因在於大部分的人不知道如何料理。以竹筴魚為例，請簡述如何善用此魚類資源，除了紀錄影片中的內容，另外搜尋竹筴魚可以製作的料理。

紅燒竹筴魚 油炸竹筴魚 清蒸竹筴魚 竹筴魚丼飯 鹽烤竹筴魚

3.飲食紅綠燈將食物依照新鮮程度、調味料及熱量多寡區分為綠燈、黃燈、紅燈類別，臺灣海鮮選擇指南依照那些原則(共10項)將海鮮分為建議食用、斟酌食用、避免食用三大類別？請列舉三項。

(1) 臺灣在地生產的海鮮

(2) 有永續標章或溯源履歷

(3) 底食原則：買食物鏈底層的小型魚蝦貝類

4.請列舉三項個人飲食常食用的海鮮，分析這些海鮮在臺灣海鮮選擇指南所屬類別，以及未來可以如何調整，為永續漁業盡一份心力。

海鮮名稱	臺灣海鮮選擇指南分類	未來可以如何調整
肉魚	☐ 建議食用 ☒ 斟酌食用 ☐ 避免食用	少買這種魚、捕撈時不破壞棲息地
鱸魚	☐ 建議食用 ☒ 斟酌食用 ☐ 避免食用	不過度捕撈避免數量變少太多
黑鮪魚	☐ 建議食用 ☐ 斟酌食用 ☒ 避免食用	不食用也不捕撈以免生物滅絕