

新北市都市地區小學 食農教育推動之「優」與「憂」

新北市新莊區昌隆國民小學總務主任 陳冠宇

食農教育是什麼？

2005年日本訂定「食育基本法」成為全球第一個為食育立法之國家。不僅保留日本飲食傳統，更是面對食品安全正本清源的解決之道（林柏霖、陳惠貞，2015）。我國「食農教育法」尚在立法階段，其目的說明於「食農教育法草案」第一條：為推動食農教育，增進國民健康，促進全民參與與支持農業發展，強化城鄉交流，維護飲食與農業文化傳承，提高糧食自給率，增加農村就業機會，活化農村社區產業及農業永續經營。在全球化的趨勢下，食農教育推動已成為世界各國結合教育相關的重要議題之一。

食農教育是什麼？為了讓大家有更深入的了解，顏建賢等人（2015）指出「食育」是飲食行為的教育，也可以說是培養良好飲食習慣的教育。此外，顏建賢等人（2015）整理了2005至2011年食育相關研究文獻，將食育定義整理如表1。

董時叡（2015）提出：「食農教育可暫時定義為：一種藉由親手做來學習的體驗教育過程，學習者經由親身與食材、飲食工作者、動植物、農業生產者、自然環境等互動之體驗過程，學習自耕自食的基本生活技能，培養對生命的尊重和珍惜感恩態度，並認識在地的農業、正確的飲

表1 食育定義

資料來源	年份	定義
日本食育基本法	2005	將食育定義為「智育」、「德育」、「體育」的基礎。透過各項社區活動、學校教育希望日本國民不僅改善飲食生活，更培養對食物的感謝之心，保存傳統飲食文化，傳承地區特有的飲食生活。
陳建宏	2005	基本理念包含健康身心之養成、對飲食生活懷抱感恩之心、積極對幼童展開飲食教育之推行、親身參與從生產到消費之各種體驗活動、維護傳統良好之飲食文化、確保食品安全性、以及提供資訊交流管道，幫助國民實踐適當的飲食生活。
施用海	2007	關於食知識和食能力的教育，而這種教育是必須透過實踐來獲取的，其目的是為了培養出能夠健康的食生活的人。
朱芷君	2007	培育國民具備正確的飲食知識及選擇食物的能力，實踐健全的飲食生活。
王小鶴、陳冬梅	2010	食育不是枯燥乏味的知識學習，而是滿足身心需要的愉快實踐，必須吸收現代預防醫學的一系列成果，通過對人們日常飲食生活營養的分析、改進，讓人們養成科學的飲食習慣。
趙榮光	2010	大眾食生活知識傳授、行為示範、觀念影響的社會信息傳承、授受現象。
李里特	2010	以科學的營養知識普及，適合本國國情的先進文化，通過各種形式，讓國民養成良好的生活習慣。
朱海萍	2010	良好的飲食習慣培養教育。
賓靜蓀	2011	食育不僅是營養指南，還包括所有飲食相關的文化、知識、生活習慣、飲食安全。

資料來源：顏建賢、曾宇良、張瑋琦、陳美芬、謝亞庭（2015）。我國食農教育推動策略之研究。農業推廣文彙，60，71。

焦點話題 >>>

食生活方式和二者所形成的文化，以及農業、飲食方式與生態環境的關聯性。」董時叡教授更指出食農教育大致可分八大特色，分別是：「親手做、地產地消、農業食物、全食利用、家人共食、原味感官體驗、文化傳承及多樣性。」雖然學者對食育有不同的詮釋，對食農教育也有不同的定義，但從相關研究可知，食農教育跟我們的飲食、文化、生活、環境及未來密不可分。

國小階段實施食農教育對學生有何影響？曹錦鳳、董時叡、蔡嫦娟（2017）的研究指出：「食農教育課程對於學生的農業知識和飲食知識有正向影響，透過食農教育，依實施時間的進行會依次改變學生的農業飲食知識、態度和行為，藉由親手做的過程，學生較勇於嘗試不一樣的食物，逐漸改變飲食習慣。」雖然如此，對身處於商業經濟環境、非農業發展地區的都市型國民小學而言，食農教育該如何實施？如何權衡？「食」的探究與「農」的體驗操作確實難以面面俱到。在制度、階段、目標未明，教師缺乏專業教育訓練，讓食農教育在學校的推動上有許多限制。蔡嫦娟（2015）指出：「我們都認為種稻是很簡單的，不過當我們實際去做時，才知道有這麼多的不同，而且超過我們所想要付出的體

力。」「每一件事情的重要性要一直做到最後才會了解，每一件事都是很重要的。」食農教育的推動對學校的課程發展是種挑戰，更是考驗，持續課程設計與創新，持續課程實驗與修正，是食農教育課程推動的重要養分，對參與的親師生而言也都是學習與成長。

食農教育於都市地區學校常見的執行模式

食農教育與生活緊密相連，影響多層面且具文化性，學校應提倡並鼓勵教師帶著孩子走出教室，在環境中學習，在操作中成長，沒有不好的天氣，只有不合適的服裝與不足的工具。食農教育強調以實際操作取代抽象的課堂解說，親身體驗操作讓孩子更樂於學習。為了讓學校有更多的支持及資源，新北市政府教育局持續多年推動各項食農教育計畫，鼓勵親師生參與，包括「可食地景園藝營造、屋頂上的小農夫、低碳煮藝、小農夫市集、食農樂活學院、蔬活DIY小書甄選及各種親子體驗活動等」。各校可依照各校的需求申請參與，讓都市地區的孩子有機會實際參與農業、認識農業。各校在推動發展的同時，可以參考他校發展的成功經驗，更可以與鄰近的學校進行策略聯盟與課程交流。除了各校經驗，康以

表2 新北市都市地區學校辦理食農教育常見模式之優勢與憂慮分析表

模式	優勢	憂慮
申辦或參與主管機關或農產單位之農業推廣相關計畫，辦理主題農產體驗活動、觀摩及交流。	<ul style="list-style-type: none"> 都市地區小學生較無機會參與務農，辦理體驗活動讓孩子有機會參與並認識農作物，同時體驗其艱辛。 參與師生做中學 結合社會資源 	<ul style="list-style-type: none"> 實際能參與之人數受限於耕地面積。 缺乏永續經營、持續發展之規劃。 重於操作，缺乏與環境、飲食、文化及生活之連結。 種植蔬果為主，缺乏在地農業文化及特色。
校園環境改造 打造學校農場	<ul style="list-style-type: none"> 校園閒置或低度使用之土地再利用 環境綠化及美化 	<ul style="list-style-type: none"> 經費、人力有限，永續經營不易。 供少數師生管理，多數人員低參與、低共鳴。 軟硬體缺乏連結。
主題式或 融入式課程	<ul style="list-style-type: none"> 豐富教學內容、強調實作學習模式。 	<ul style="list-style-type: none"> 各年級及各領域聯繫不足，合作統整不易。 缺乏持續行為紀錄、分析與改變。
學校策略聯盟	<ul style="list-style-type: none"> 資源共享 經驗傳承與合作 	<ul style="list-style-type: none"> 受時間及空間限制。 資源有限。
結合家長及社區人力、資源	<ul style="list-style-type: none"> 減輕學校人力負擔，提供親師生共學機會。 影響層面擴散至家庭與社區。 	<ul style="list-style-type: none"> 學校、教師或家長已完成大部分之整備及準備，為孩子做得越多，孩子的成長越少。

琳、張瑋琦（2016）指出：「英國、美國、日本已有長足的發展，值得我國借鏡之處歸納為以下三點：重視實作教育、考量不同學齡兒童能力設計課程、融入學科課程。」同時也提出五點建議供教師參考：務實且彈性的教學方式、結合在地人力資源、運用學校的閒置空間、組織志同道合教師團隊、與環境教育或校本課程接軌。食農教育是食品安全及環境保護的重要一環，各校可依各地區的文化條件，發展學校的食農教育特色。

都市地區學校的執行模式，除了課本中各領域之教材內容外，各校可依照各校的人力條件與環境資源，發展不同的主題式或融入式課程。表2為新北市都市地區學校辦理食農教育常見模式之優勢與憂慮分析。

食農教育於都市地區學校推動之省思

一、加強與生活（飲食）之連結

臺中市政府教育局劉佩君科長2017年提出：「期待食農教育工作的推動，能讓學生從實際活動中體驗食物的價值，成為一個具健康飲食素養與習慣、掌握健康自主權，並懂得惜福和愛護社會的健康公民。」落實推動食農教育，相信能逐漸達成推動目標，但應加強與生活（飲食）之連結。孩子對於自己所栽種的蔬果會特別的珍惜，在食用上也覺得特別美味而且樂意和大家分享。但是，對於中央餐廚廠商所提供的營養午餐或是家長為孩子外購或準備之食物，孩子往往就缺乏這份感恩惜福的心。對於看不見的農夫所栽種、灌溉、收成的農作物，再經由看不見的廚師所清洗、烹煮的食物，在教學現場確實可觀察到孩子缺乏那份「盤中糧粒粒皆辛苦」之感受，尤其都市地區外食的機會和比例高，甚至家長自己在家烹煮的食物可能也不受孩子喜愛，孩子這份態度及行為表現上的差異及偏食問題，是食農教育推動應重視的。曹錦鳳、董時叡、蔡嫦娟（2017）研究發現：「小學生接受食農教育課程後，農業

素養中的農業知識和農業態度有顯著差異，而農業行為則無顯著差異。飲食習慣中則只有飲食知識有顯著差異，飲食態度與飲食行為無顯著差異。」這份「知」與「行」的落差，是教育的省思，也是所有教師應深究的議題，如何讓課程影響孩子的態度並建立其行為是教育永續的未來，也是食農教育推動的重點之一。

二、食物原本的味道就是一種美味

一顆色彩鮮豔、外觀精緻的馬卡龍勝過一盤媽媽隨手川燙的燙青菜，都市地區食物取得便利，各種特殊、新奇的食品琳瑯滿目，對於新出產的食品更是讓大家趨之若鶩，種種的因素讓大家逐漸忘記或忽略食物最初帶給我們的滿足與感動。食物避免過度烹煮就能保留原味與營養，適當的調味不但能減少身體負擔，同時又能兼顧安全衛生。食農教育是情意、認知的建立，更是技能、生活習慣的養成與改變，雖然沒有華麗的外衣，但卻能讓我們感受到大地的豐富樣貌及土地的溫度。

三、跨領域合作、實作評量與行為改變

食農教育的重要性無庸置疑，但食農教育的執行在我國尚有許多挑戰。顏建賢、曾宇良、張瑋琦、陳美芬、謝亞庭（2015）研究指出：「各縣市政府執行食農教育之困難包括：缺乏相關法規制度、主管機關尚未明確、經費不足、學校及教師對食農教育缺乏認識與種子師資不足、缺乏系統性食農教育教材及各單位推動食農教育零星且未整合。」這些困難都直接影響學校的課程規劃及學生學習成效，關鍵因素在於學校各領域是否能夠合作參與？學生能否透過實作課程來建立能力？以及教學者及學習者除了態度及認知的改變外，行為表現是否也產生變化？食農教育是多層次且與生活息息相關的議題，在國際上更是各國關注的糧食議題，根據農委會105年的統計資料顯示，臺灣糧

焦點話題 >>>

食自給率僅31.01%，蔬果進口率卻是節節上升，此數據凸顯出我國糧食問題的危機，也因此學校應重視並落實推動食農教育。

食農教育絕非少數教師的興趣或樂趣，而是各領域教師跨領域合作進行課程設計與教學，讓學生從情意、認知上的覺醒，到技能、行為的建立與改變。這不但是教育應努力達成的目標與積極作為，也是國家未來發展之永續，新北食農教育，大家齊努力。

參考文獻

- 林柏霖、陳惠貞（2015）。日本長野縣推動食農教育概況分析與問題探討。農業推廣文彙，60，15-21。
- 康以琳、張瑋琦（2016）。人與食物的距離—鄉村小學食農教育課程發展之行動研究。教育實踐與研究，29（1），1-34。
- 蔡嫦娟（2015）。日本長野縣新山小學種稻體驗紀實：兼論食農教育與真實學習。農業推廣文彙，60，31-41。
- 董時叡（2015）。日本食農教育與台灣農業推廣體制之連結。農業推廣文彙，60，1-6。
- 曹錦鳳、董時叡、蔡嫦娟（2017）。食農教育對都市型學生農業素養與飲食習慣之影響。農業推廣文彙，62，1-14。
- 劉佩君（2017）。從學校午餐衛生管理到食農教育推動。師友月刊，605，16-21。
- 顏建賢、曾宇良、張瑋琦、陳美芬、謝亞庭（2015）。我國食農教育推動策略之研究。農業推廣文彙，60，69-86。



新北小農夫市集 32校盛大展攤