

# 2023「蠡旅奇緣-大魚樂家」

## 食魚文化研習活動

### 一、辦理單位

補助單位 | 行政院農業委員會漁業署

執行單位 | 財團法人台灣養殖漁業發展基金會

協辦單位 | 臺北市政府教育局、高雄市政府教育局、宜蘭縣政府教育處、蘇澳區漁會

### 二、研習目的

今年暑假就跟著「大魚樂家」開啟你對於食魚教育的繽紛想像吧！

「食農教育法」三讀通過後，其中「推動食農教育」是最基礎也最重要的。因此今年除了廣邀學者專家之外，特別納入漁業署食魚教案徵選得獎教案，強化食魚文化教案的應用與推廣，透過多元主題規劃，整合食魚教育資源，減輕老師們備課的負擔，達成食魚文化推廣目標。今年度也特別規劃「專家培訓營」從教育、營養到業界分享，培養食魚教育的推廣人員，讓食魚文化從學校、家庭到社會，持續向下扎根、向外擴散，到每個人日常生活裡。

### 三、研習內容規劃

#### 1. 專家培訓營—行家開講：知魚懂魚 x 食魚文化

邀請專家學者，以食魚文化為主題，邀請曾任職於各級學校、營養師及食魚教育相關團體辦理培訓課程。從知識、營養、文化等正確食魚觀念，到教育推廣的技巧，強化食魚教育第一線人員對食魚教育的推廣技能。

#### 2. 實地參訪遊—現地考察：食魚教育 x 魚樂漫遊

舉辦教師、營養師食魚文化研習實地參訪，今年將安排在宜蘭南方澳第一拍賣魚市場辦理，上午課程以專家的角度分享食魚教育課程，下午則安排參訪蘇澳漁港，從蘇澳的歷史文化、港內的漁法漁具到魚市場拍賣，並且首度安排參訪水產加工場域，從產地到銷售的過程一次網羅。

#### 3. 教案工作坊—食魚教育：魚你相育 x 教學操作

課程規劃除了學者專家帶路之外，另邀請第一線的教育工作者及 111 年食魚教案徵選得獎之教案，進行課程安排及教案分享。

#### 4. 教案工作坊—雲端增能：線上研習 x 全台上線

今年唯一一堂線上課程，課程包含學者專家帶路，在線上也能像實體課程有趣，亦同步邀請 111 年食魚教案徵選得獎之教案，進行課程安排及教案分享。

#### 四、研習場次

今年四場研習營，包含在（宜蘭）蘇澳漁港時的參訪課程、（臺北）專家培訓營、（高雄）實體教案工作坊，以及唯一線上研習工作坊（Webex），除了在東部辦理實體參訪，亦讓全臺參與者可跨縣市學習，深入了解臺灣的食魚文化。即日起開放「ACCUPASS 活動通」網路報名，額滿為止。

**（一） 宜蘭・實地參訪遊（研習時數 6 小時）**

**112 年 7 月 14 日(五) 08:50-16:00**

(08:30 臺鐵蘇澳新站接駁車發車，或現場報到)

**蘇澳區漁會（漁會大樓 3F 視聽教室）**

**270 宜蘭縣蘇澳鎮海邊路 126 號**

**<https://www.accupass.com/go/2023fish01>**

蘇澳場報名



**（二） 臺北・專家培訓營（研習時數 8 小時）**

**112 年 7 月 19 日(三) 08:30-17:30**

(08:00 開始報到)

**達文西會議空間（Rome 羅馬廳）**

**104 臺北市南京東路二段 6 號 6 樓**

**<https://www.accupass.com/go/2023fish02>**

臺北場報名



**（三） 全臺・線上工作坊（研習時數 6 小時）**

**112 年 8 月 14 日(一) 08:50-16:10**

(08:20 開始報到)

**線上平台 Webex**

**請事先下載平台軟體**

**<https://www.accupass.com/go/2023fish03>**

線上場報名



**（四） 高雄・教案工作坊（研習時數 6 小時）**

**112 年 8 月 18 日(五) 08:50-16:00**

(08:20 開始報到)

**高雄軟體園區會議中心（海景旗艦會議廳）**

**806 高雄市前鎮區復興四路 12 號**

**<https://www.accupass.com/go/2023fish04>**

高雄場報名



## 五、研習對象

1. 本課程全程免費。「實體參訪遊」及「教案工作坊」歡迎全臺國中小教師、營養師、教職員踴躍報名，國中小教師及工作人員將提供研習時數。
2. 「專家培訓營」歡迎全臺公務人員、食魚推廣教育相關之工作人員踴躍報名，公務人員將提供研習時數。
3. 實體研習名額，每場次 7/14、7/19、8/18 ► 每場次 70 名
4. 線上研習名額，8/14 ► 70 名

## 六、其他事項

1. 參加實體活動者，活動當日請出示「ACCUPASS 活動通」報名成功 QR code 提供驗證，並進行簽到。
2. 參與線上課程之學員，當日以【線上平台 Webex】方式進行，線上名額 70 名/場，請事先下載平台軟體，課程連結網址會於活動前三日會以 e-mail 寄發。課程當日請務必在網路良好的地方進行。完成簽到簽退者，可於研習營結束後收到「研習證書」，請於報名表內詳細填寫通訊地址，以利寄發。
3. 單日全程參與研習者，會後可領取研習證書，國中小教師及公務人員均可核發研習時數，線上參與者須在課程當日均完成簽到簽退才可提供核發，請務必保持在線上的狀態。
4. 國中小教師核發研習時數，配合 e 化作業，需有「全國教師在職進修資訊網」帳號方可登錄研習時數，請務必在報名時填妥相關資訊。
5. 如有「實體參訪行程」的場次，請務必穿著輕便且方便移動之服裝，且自備防曬用品；因造訪的漁港地面較為溼滑，請勿穿著平底鞋、高跟鞋等服裝，以免滑倒。
6. 本研習全程免費且名額有限，為尊重講師與珍惜教學資源，每人報名以一場為限，若當日不克出席者，請務必於活動前五日主動以 e-mail 或電話告知承辦單位。
7. 若報名人數超過限額，將以教師、營養師參與之比例進行調整，錄取與否將會以 e-mail 通知。
8. 本研習於各場次活動前三日，e-mail 行前通知及「電子版研習手冊」，請務必詳閱並遵守相關規範。

9. 主辦單位保有隨時修改及終止本活動之權利，如有任何變更內容或詳細注意事項將以 e-mail 主動通知。

10. 承辦單位：卡萊多創意有限公司 羅小姐  
ksac.events@gmail.com / 0952-996-878  
卡萊多創意 官方客服 Line 帳號：搜尋@ksac



## 七、研習課程

- 宜蘭·實地參訪遊：112 年 7 月 14 日(週五) 08:50-16:00

| 時間          | 活動內容                 | 活動說明                                                                                            |
|-------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:00-08:20 | 教師、營養師「臺鐵蘇澳新站」前搭乘接駁車 |                                                                                                 |
| 08:20-08:50 | 教師、營養師簽到             |                                                                                                 |
| 08:50-10:20 | 【食魚文化】               | 專題帶路<br>臺北市立大學地球環境暨生物資源學系<br>廖運志助理教授<br>由專家學者帶路，講解食魚文化教育與應用，<br>分享永續海洋相關知識。                     |
| 10:30-12:00 | 【食魚教案】               | 111 年教案徵選得獎課程教案分享<br>新北市新店區安坑國民小學<br>宋怡靜、張虹、陳雯君老師<br>得獎教案：「魚」你共舞                                |
| 12:00-13:00 | 中午用餐/休息時間            |                                                                                                 |
| 13:00-15:50 | 【走讀蘇澳】               | 南方澳漁港大揭密<br>蘇澳區漁會 張議顯 老師<br>以南方澳第一拍賣魚市場為主題，從蘇澳的歷史文化、港內的漁法漁具到魚市場拍賣，並且首度安排參訪水產加工場域，從產地到銷售的過程一次網羅。 |
| 15:50-16:00 | 活動 Q&A、大合照           |                                                                                                 |
| 16:00-16:30 | 散場                   |                                                                                                 |

### 【注意事項】

1. 因本場次包含「實體參訪行程」，請務必穿著輕便且方便移動之服裝，且自備防曬用品；因造訪的漁港地面較為溼滑，請勿穿著平底鞋、高跟鞋等服裝，以免滑倒。
2. 如需於臺鐵蘇澳新站搭乘接駁車前往，請務必於早上 8:30 前抵達，接駁車將準時發車，逾時不候。

● 臺北・專家培訓營：112 年 7 月 19 日(週三) 08:30-17:30

| 時間          | 活動內容                   | 活動說明                                                                                                                              |
|-------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:00-08:30 | 全臺公務人員、食魚推廣教育相關之工作人員簽到 |                                                                                                                                   |
| 08:30-08:40 | 長官致詞                   |                                                                                                                                   |
| 08:40-10:40 | 【食魚文化】                 | <p>專題帶路<br/>國立臺灣海洋大學水產養殖學系<br/>黃之陽副教授</p> <p>由專家學者帶路，從「知魚懂魚」角度，講解食魚文化教育與應用。</p>                                                   |
| 10:50-12:30 | 【關魚營養學】                | <p>營養師<br/>輔仁大學食品營養系碩士<br/>廖欣儀 營養師</p> <p>由業界營養師分享魚料理、魚的營養及特色。</p>                                                                |
| 12:30-13:30 | 中午用餐/休息時間              |                                                                                                                                   |
| 13:30-15:00 | 【魚你相遇】                 | <p>教案分享<br/>基隆市仁愛國小<br/>葉淑卿 教師</p> <p>邀請第一線具食魚教育推廣之老師，分享今年新開發【挑魚刺教具】課程教案及相關教學經驗。</p>                                              |
| 15:10-17:10 | 【寓教魚樂】                 | <p>專題帶路<br/>洄遊吧</p> <p>身為海島的子民，我們對大海的認識有多少？邀請花蓮在地職人－洄遊吧透過三大主題「你我生活中的魚」、「你吃的是什麼魚？」、「你吃的魚是怎麼來的？」一起瞭解生活與海洋的親密關係，從生活中實踐人與大海的永續未來！</p> |
| 17:10-17:30 | 活動 Q&A、大合照             |                                                                                                                                   |
| 17:30-18:00 | 散場                     |                                                                                                                                   |

● 全臺・線上工作坊：112 年 8 月 14 日(週一) 08:50-16:10

直播

| 時間          | 活動內容   | 活動說明                                                                         |
|-------------|--------|------------------------------------------------------------------------------|
| 08:20-08:50 |        | 教師、營養師簽到                                                                     |
| 08:50-09:00 |        | 長官致詞                                                                         |
| 09:00-10:30 | 【食魚文化】 | 專題帶路<br>國立臺灣海洋大學水產養殖學系<br>黃之陽副教授<br>由專家學者帶路，從「知魚懂魚」角度，講解食魚文化教育與應用。           |
| 10:30-12:00 | 【食魚教案】 | 111 年教案徵選得獎課程教案分享<br>宜蘭縣蘇澳鎮育英國民小學<br>劉文正老師<br>得獎教案：<br>「鯖魚的故鄉」鯖魚與南方澳的「源」與「緣」 |
| 12:00-13:00 |        | 中午用餐/休息時間                                                                    |
| 13:00-14:00 | 【食魚教案】 | 111 年教案徵選得獎課程教案分享<br>屏東縣立枋寮高級中學<br>張簡琦麗老師<br>得獎教案：<br>翻轉魚生～全身都是寶的臺灣鯛         |
| 14:00-16:00 | 【魚你相遇】 | 雲端增能<br>國立臺灣海洋大學教育研究所<br>嚴佳代副教授<br>從【臺灣鯛】的認識與觀察，來思考人與海洋的永續共存。                |
| 16:00-16:10 |        | 活動 Q&A、大合照                                                                   |
| 16:10-16:30 |        | 散場                                                                           |

● 高雄・教案工作坊：112 年 8 月 18 日(週五) 08:50-16:00

| 時間          | 活動內容   | 活動說明                                                                              |
|-------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 08:20-08:50 |        | 教師、營養師簽到                                                                          |
| 08:50-09:00 |        | 長官致詞                                                                              |
| 09:00-10:30 | 【食魚文化】 | 專題帶路<br>國立臺灣海洋大學水產養殖學系<br>黃之陽副教授<br>由專家學者帶路，從「知魚懂魚」角度，講解食魚文化教育與應用。                |
| 10:30-12:00 | 【食魚教案】 | 111 年教案徵選得獎課程教案分享<br>臺南市安南區土城國民小學<br>王美琇、陳淑英老師<br>得獎教案：虱目魚、什麼魚                    |
| 12:00-13:00 |        | 中午用餐/休息時間                                                                         |
| 13:00-15:40 | 【魚你相遇】 | 教案分享<br>臺中市大明國小教師、翰林社會教材作者<br>張崑崙 教師<br>請第一線具食魚教育推廣之老師，分享署內教材<br>【餐桌食尚】海報教案及教學經驗。 |
| 15:40-16:00 |        | 活動 Q&A、大合照                                                                        |
| 16:00-16:30 |        | 散場                                                                                |

## 八、講師簡介

### 講師群介紹



國立臺灣海洋大學生命科學院

水產養殖學系 黃之暘副教授

常獲邀任食魚教育相關講座之主講貴賓，常以食魚文化為主題，分享食魚教育的重要性。從知魚識魚到賞魚，教導大眾建立正確的食魚態度，吃在地、食當令，一起愛護海洋資源愛護環境！專長包含水生無脊椎、觀賞水族、水產養殖等。



臺北市立大學地球環境暨生物資源學系

(含環境教育與資源碩士班) 廖運志 助理教授

曾於美國加州科學院、英國自然史、日本高知大學等博物館，及菲律賓 WorldFish Center 之參訪學者。曾參與中研院編印之台灣海鮮選擇指南摺頁及墾管處印製之恆春海鮮選擇指南，長期關注台灣漁業發展，研究專長：海洋生物多樣性、外來入侵生物、海洋生物多樣性調查與監測、海洋生物復育。



國立臺灣海洋大學教育研究所

嚴佳代 副教授

擔任基隆市政府食魚教育體驗推廣活動計畫主持人，並多次舉辦創玩海洋教師研習，與基隆市 10 所國中小學進行海洋教育互動教材研發。曾擔任教育部師資培育中心地方教育輔導工作-iocean 創玩海洋輔導教師。



輔仁大學食品營養系碩士

廖欣儀 營養師

營養師資歷高達 20 年，曾任亞東醫院營養師、魔膳健康廚房負責人，擔任營養顧問、演講講師、報章媒體節目營養師及作家，幫助許多人控制疾病與減肥成功，以貼近生活的方式講解健康知識



臺中市大明國小、翰林社會教材作者

張崴崙 教師

榮獲教育部師鐸獎，榮獲親子天下百大翻轉創意教師。現任台中縣大明國小教師、台中縣/市國教輔導團社會學習領域專任輔導員。教育創新特色：社會課程以密室逃脫活化傳統的導覽行程，並將科技融入課程裡頭，設計創意教案。



### 基隆市仁愛國小

葉淑卿 教師

五年來深耕海洋教育，大力推動海洋議題與開發相關課程、教材，更率領基隆市在全國海洋教育成果觀摩特優縣市，以及「教育部海洋教育推手獎」個人與縣市獎等殊榮。



### 迴遊吧 FISHBAR

身為海島的子民，我們對大海的認識有多少？

回想和大海相聚的美好時刻，除了島嶼週邊遼闊大藍海景，也在日常餐桌上的海鮮料理，享用大海一年四季無私的給予之外，也一起瞭解生活與海洋的親密關係，從生活中實踐人與大海的永續未來！

活動分為三大主題「你我生活中的魚」、「你吃的是什麼魚？」、「你的魚是怎麼來的？」透過三個面向檢視

日常的食魚情況，瞭解自己的食魚習慣，活動中將進行真實魚類觀察，和迴遊明星來一場握手見面會，搭配參加活動贈送的「食魚學習護照」，延伸學習更多食魚及海洋相關的知識，從生活中實踐人與大海的永續未來！

迴遊吧 - 以食魚教育及海洋永續為核心，提供「迴遊鮮撈」、「迴遊平台」和「迴遊潮體驗」三個面向的服務。販售永續海鮮真空冷凍漁獲，分享海洋、魚類與漁業的相關知識，規劃與帶領七星潭漁業及食魚教育體驗遊程活動。藉此三個新式食用野生漁獲服務，連結消費者、漁業人員和學術單位的交流與反饋，讓海洋的資源利用及環境，達到相互平衡永續發展。

## 111 年食魚教案徵選得獎教案簡介

新北市新店區安坑國民小學  
宋怡靜、張虹、陳雯君老師

教案名稱：「魚」你共舞  
結合之國產水產品：臺灣  
鯛、鯖魚、白帶魚、鬼頭  
刀、虱目魚

本課程希望能讓孩子習得以下重點：

1. 認識生活中餐桌上常見的魚類，並能辨識是否為建議食用魚類。
2. 能藉由文本、網路資訊，討論不同魚種的特性、營養價值、分布地區、如何得到這些漁獲（捕撈、養殖）等，並能分辨是否對環境產生不良影響。
3. 經由影片和新聞，了解目前海洋及漁業的困境，藉由討論得出良善永續的捕撈及食用方式。
4. 最後藉由孩子自行設計的午餐食譜，以及上課前後孩子所選擇的食物種類與烹飪方式比較，觀察評量孩子的上課成效以及上課所得。

|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>宜蘭縣蘇澳鎮育英國民小學<br/>劉文正老師</p> <p>教案名稱：「鯖魚的故鄉」鯖魚與南方澳的「源」與「緣」<br/>結合之國產水產品：鯖魚</p>  | <p>本教學設計以南方澳漁港的漁獲「鯖魚」為主題，設計單元教學活動、鯖魚知識測驗、海洋生態保育素養問卷與單元學習單，期許學生能夠從探索鯖魚的過程中，了解南方澳漁業的發展，希望提升學生海洋生態保育素養。教案內容分成「鯖魚自然觀」與「鯖魚人文觀」，「鯖魚自然觀」探討鯖魚的生活習性與生態環境，包含「最鯖魚外型」與「看鯖迴游史」；另外「鯖魚人文觀」以鯖魚和漁民的互動關係與海洋生態保育觀念為編製考量，包含「尚鯖肌肉魚」與「鯖魚源與緣」2 個子題單元，讓學生思考永續經營鯖魚漁業的做法，做好保育鯖魚生態的工作。</p>  |
| <p>屏東縣立枋寮高級中學<br/>張簡琦麗、陳筱芷、陳玉樹老師</p> <p>教案名稱：翻轉魚生～全身都是寶的臺灣鯛<br/>結合之國產水產品：臺灣鯛</p> | <p>吳郭魚，在老一輩長者的觀念裡就是臭水溝魚，是一種食用雞糞鴨糞的下雜魚種。其實吳郭魚的適應力強，魚刺又少，是一種優質的蛋白質來源。近年來，在許多養殖業者的努力下，培育出優質化的吳郭魚種，牠們有了閃亮的新名字——臺灣鯛，成為臺灣之光。課程旨帶領學生了解經常出現在餐桌上的魚種，如何從下雜魚種，翻轉成優質且世界聞名的臺灣鯛，認識牠們的養殖環境、魚體結構，並賦予料理廢棄物——魚鱗新生命，製作成藝術品或美味的膠原蛋白果凍。最後，引導學生思考在漁業養殖中，可以有哪些友善環境的養殖方法，並進行分組討論與發表。</p> |
| <p>臺南市安南區土城國民小學<br/>王美琇、鄭雅萍、林慧清、陳淑英老師</p> <p>教案名稱：虱目魚，什麼魚<br/>結合之國產水產品：虱目魚</p>   | <p>本教案的發想源自於學生說：「我不喜歡虱目魚，因為太多刺了！可是阿嬤常煮虱目魚？」因此，如何透過課程活動，運用同儕互動、實作體驗等策略，拉近學生與社區產業、飲食文化的距離，是課程的主要目標。本教案分成抽「虱」剝解尋刺跡、「虱」念阿嬤的滋味兩個單元，經由「虱」在很多刺、「虱」在不簡單、「虱」在都是寶、「虱」在好滋味四個活動來達成教學目標。課程實施期間，除了形成性評量外，還設計問卷與回饋單、親子共作、成果發表等作業，藉以了解學習成效，期能增進世代間互動，對在地產業及食魚文化多份了解與認同。</p>      |