

2024 年『共鋤共廚-蔬活菜園全體驗』

課程說明表

主辦單位：國立臺灣大學農業試驗場(園藝組)

藉由『蔬活菜園全體驗』的活動，將環境教育、食農教育、健康園藝等知識和技能融合寓教於樂，在如世外桃源、田園秘境的臺大農場園藝分場親自體驗到『五感農場』~聆聽園藝知識、欣賞田園之美、親聞香草芬芳、雙手雙腳觸碰土地、品嚐最新鮮最低碳足跡的田園蔬食。本次特別開設全新設計『全體驗』課程，第一次定植、播種學習，第二次可以回來看顧自己的菜寶們，還可學習中耕技術，第三次則可自己收成並品嚐到自己種的健康蔬菜，『從種子到佳餚，從田園到餐桌』完整體驗~種菜、收菜、吃菜，歡迎大小朋友一起報名參加!

課程說明：

1. 梯次、日期及時間：(A或B梯次擇一報名，每梯次含3次課程，非上課時間不開放進入)

梯次	上課日期	時間
A	3/09、4/13、5/11(六)	13:30~16:30
B	3/10、4/14、5/12(日)	13:30~16:30

2. 上課地點：臺灣大學農業試驗場園藝分場(台北市大安區芳蘭路51號)

3. 預定課程表：

(1)第一次 來整地 來種菜

時間	課程活動	地點	備註
13:15~13:30	園藝分場報到	臺大農場 園藝分場	請準時報到
13:30~13:50 20分鐘	臺大農場園藝分場介紹、五感農場環境教育等核心觀念	一樓教室	請配戴識別證，小朋友需能坐20分鐘不吵鬧聽課
13:50~14:10 20分鐘	栽培綠手指蔬菜種植基本技術解說、友善種植觀念等	一樓教室	小朋友需能坐20分鐘不吵鬧聽課
14:10~14:30 20分鐘	小小開心農場 7吋菜盆帶回家(含菜苗、種子、基肥)	一樓溫室	請自備環保袋以攜回蔬菜盆
14:30~15:00 30分鐘	蔬果五行五色沙拉、採收健康蔬菜，現場製作並品嚐	一樓教室 高畦區	採收蔬果園蔬菜、清洗、食農美學擺盤(或自行帶回煮)
15:00~15:20 20分鐘	田間種菜技巧，各類蔬菜說明、田園種菜技術等	一樓教室	小朋友若要拿鋤頭，需有家長陪同
15:20~16:10 50分鐘	田間操作、整地、施基肥、播種、定植	蔬活菜園	請穿著耐髒止滑鞋類、防曬防雨用具
16:10~16:30 20分鐘	試飲百香果汁、回饋單、心得、綜合討論、場地整理	一樓教室	期待菜苗長大 下次再相見

(2)第二次 來鋤草 來吃菜

時間	課程活動	地點	備註
13:15~13:30	園藝分場報到	臺大農場 園藝分場	請準時報到
13:30~14:30 60 分鐘	蔬果生態體驗園示範園區導 覽解說	蔬果生態體 驗園區、益 康花園等	請自備防蚊、防曬、雨具、 水壺等
14:30~14:50 20 分鐘	第一次作物生長狀況及需要 中耕工作及技巧解說	一樓教室	小朋友需能坐 20 分鐘不吵 鬧聽課
14:50~15:30 40 分鐘	田間耕作、除草、施肥、立 架等	蔬活菜園	請穿著耐髒止滑鞋類、防曬 防雨用具
15:30~16:10 40 分鐘	海苔蔬食手卷、採收自己種 的萵苣葉、品嚐(或帶回)	蔬活菜園 一樓教室	親手採收田地蔬菜、每人可 一蔬菜手卷
16:10~16:30 20 分鐘	試飲香草茶、回饋單、心 得、綜合討論、場地整理	一樓教室	期待菜苗長大 下次再相見

(3)第三次 來收成 來休憩

時間	課程活動	地點	備註
13:15~13:30	園藝分場報到	臺大農場 園藝分場	請準時報到
13:30~13:50 20 分鐘	採收熟度及採收技巧、清洗 保存介紹	一樓教室	小朋友需能坐 20 分鐘不吵 鬧聽課
13:50~14:40 50 分鐘	田間地上部全部可採收、整 理(各組依照收成量分配)	蔬活菜園	請自備防蚊、防曬、雨具、 水壺等
14:40~15:30 50 分鐘	採收蔬菜、DIY 蔥蛋三 明治、試飲農場自製燒仙草	蔬活菜園 一樓教室	臺大農場胡蘿蔔吐司 珠蔥煎蛋、現場品嚐
15:30~16:10 40 分鐘	種植多肉或香草植物創意 DIY 小盆栽(扦插技術撇步)	一樓教室	創意小盆栽可帶回照顧，每 人一份
16:10~16:30 20 分鐘	回饋單、心得、綜合討論、 賦歸、頒發參加證書	一樓教室	期待下次再相會

**報名注意事項：

1. 報名對象及時間：凡對本課程有興趣之成人、親子皆可報名參加，(未滿12歲兒童須由成人陪同報名參加，兒童需能配合聽課以免影響上課秩序)，報名一律於『臺大農業試驗場』官網「服務推廣」-「活動快報」網路報名，(開始報名時間：2024年2月16日

(星期四)中午12時)，一筆報名資料至多可填4人，本次對外招收學員每梯次40人(候補15人)，報名後3天內需繳費成功始完成報名程序(報名後會收到EMAIL系統回覆繳費帳號，逾期未繳費者視同放棄，將由候補者遞補之，後補人員由系統另行通知，務請留下正確且能收到通知之EMAIL)。

2. 為珍惜資源及使用者付費原則，A或B梯次擇一報名，每梯次含3次課程，參加者每人(無論年齡)酌收1800元費用，早鳥價1500元。(繳費後，因作物材料已開始準備，恕無退費，3次課程如不克前來者，可委由其他朋友親人參加)。
3. 參加者除課程外，可攜回相關園藝活動成品，可提供環境教育或終身學習時數(報到時請提供身分證字號，依時數核給)。
4. 活動事宜請於上班時間洽:臺大農場園藝組02-33665509。其他未盡事宜，由主辦單位解釋為原則。

