

# 113 年『共鋤共廚-蔬活菜園全體驗』

打造幸福綠色城市農場計畫(課程說明表)

補助單位：農業部農糧署

主辦單位：國立臺灣大學農業試驗場園藝組

協辦單位：財團法人台灣癌症基金會

藉由『共鋤共廚-蔬活菜園全體驗』的課程活動，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。本次課程全新設計『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：(上午、下午梯次擇一報名，一次報名含3次課程，非上課時間不開放進入)

梯次	上課日期	時間
A	第一次10/20 週日 第二次11/17 週日	早上9:00~12:00
B	第三次12/1 週日	下午13:00~16:00

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
	園藝分場報到	臺大農場園藝分場	請準時報到並按組別就坐
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
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
30 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
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)
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
40 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

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
	園藝分場報到	臺大農場 園藝分場	請準時報到
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
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
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
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、每人可包一卷蔬食手卷
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
	園藝分場報到	臺大農場 園藝分場	請準時報到
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
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
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	臺大農場鮮奶饅頭或胡蘿蔔吐司、珠蔥煎蛋、現場品嚐
40 分鐘	療育香草魔法噴瓶-解說香草植物及製作方式	一樓教室	可帶回每人一份創意魔法噴瓶
16:10~16:30	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、學童皆可參加，未滿12歲兒童須由成人同時報名繳費參加(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：113年9月12日10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人次(候補15人)，報名後2天內需繳費成功始完成報名程序(報名成功會收到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1000元費用，早鳥價600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，由主辦單位單位解釋為原則。

