

國立新竹高級商業職業學校學生自主學習成果報告書 2021/2/20修正

計畫執行者資料	班級	座號	姓名	計畫施行期程
料	綜二3	12	胡家琪	110年2月26日至110年6月11日
計畫名稱	製作異國美食			
共學同學	無			
學科屬性	<input type="checkbox"/> 國文 <input type="checkbox"/> 英文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 物理 <input type="checkbox"/> 化學 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學 <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民 <input type="checkbox"/> 美術 <input type="checkbox"/> 音樂 <input checked="" type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 生活科技 <input type="checkbox"/> 藝術生活 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 生涯 <input type="checkbox"/> 健康護理 <input type="checkbox"/> 國防 <input type="checkbox"/> 其他_____			
計畫類型	<input type="checkbox"/> 1. 專業知能精進 <input type="checkbox"/> 2. 專題研究報告 <input type="checkbox"/> 3. 創意作品研發 <input type="checkbox"/> 4. 志工服務 <input type="checkbox"/> 5. 競賽準備 <input type="checkbox"/> 6. 活動企劃舉辦 <input type="checkbox"/> 7. 多元文化參與 <input checked="" type="checkbox"/> 8. 其他:興趣			
學習歷程	<p>一、我的自主學習主題設定緣起</p> <p>因為看到網站許多人上傳製作美食的影片，因而想嘗試製作自己想作的異國料理，也能練習刀工及製作料理的能力。</p> <p>二、我的自主學習過程</p> <p>(一)從哪裡找資料？</p> <p>在google或youtube找資料</p> <p>(二)找到哪些資料？</p> <p>各國不同美食料理的食譜及影片</p> <p>(三)看過那些資料？</p> <p>墨西哥捲餅<a href="https://pse.is/3j7hk3">https://pse.is/3j7hk3</a></p> <p>韓式海鮮煎餅<a href="https://icook.tw/recipes/330018">https://icook.tw/recipes/330018</a></p> <p>西班牙烘蛋<a href="https://icook.tw/recipes/336751">https://icook.tw/recipes/336751</a></p>			

法式蘑菇培根起司鹹派<https://icook.tw/recipes/333648>

大阪燒<https://youtu.be/HjXl0-n9rGI>

(四)經由資料查找、老師建議後，是否想法與作法有所改變？

有，老師建議我在報告介紹前加入前言讓大家更明瞭我的自主學習計畫

(五)自學過程中是否曾經歷過一些挫折，談談你的經歷與想法。

是。過程中我遇到最多的狀況就是會手忙腳亂，但經過幾次的經驗現在已經改善很多了。另外就是有時作出來不如自己想像的好吃，會有點難過，但事後會詢問家人的建議作為下次需改善或注意的地方。我認為其實剛開始嘗試失敗是正常的，只有在過程中有學習到新知識或方法，下次再試就好，慢慢從經驗中累積能力，之後定能作出自己滿意得料理。

(六)經由自主學習達到以下哪些指標？

A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進	<input type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題	<input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變
B 溝通互動	<input type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達	<input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養	<input checked="" type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養
C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識	<input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作	<input checked="" type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解

(七)知識上獲得了甚麼？

1. 麵團如何發酵、桿(用手、鏟子或刮杓把麵團的邊緣拉長再折疊到麵團上。讓麵團醒一下)

2. 人造奶油是在植物油中添加水和乳類香料，能用來塗抹食物。

低脂和脫脂的奶油塗醬是用水和各式增稠劑、蛋白質、澱粉和膠質來取代脂肪，在烘焙和煎炸時不能代替一般奶油。

(八)技術能力方面增進了甚麼？

刀工(切菜、握刀方式)，提升做菜的能力

(九)體悟覺察了甚麼？

作出一道好料理是需要耐心、時間、技術的，不是想像那麼簡單

(十)其他記事

三、我的自主學習成果(若成果附於後，請直接填「成果如附件」，線上連結請附上連結或QR Code)

成果如附件

四、未來可延伸的學習方向、後續計畫。

未來會繼續學習作格式各樣的料理，並盡量嘗試自己設計一到創新菜色

學習歷程相關

照片

(8張)



			
			
<p>成果發表 形式</p>	<p><input type="checkbox"/> 1. 靜態展：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 海報陳列</li> <li><input type="checkbox"/> A4書面報告陳列</li> <li><input type="checkbox"/> 手作品陳列</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 2. 動態展：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 公開發表會(口頭發表或表演-需備ppt)</li> </ul> <p><input checked="" type="checkbox"/> 3. 線上輪播展：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 繳交pdf檔</li> <li><input type="checkbox"/> 將影音檔上傳至youtube，提供網址連結)</li> </ul>		
<p>指導老師 核章與意見</p>		<p>圖書館 核章與意見</p>	

1. 成果發表會需連同此報告書一同展出，請同學一律以電腦打字排版。
2. 成果發表會將舉辦簡報比賽，績優者另有激勵獎金與獎狀！

