

# 臺南市私立活水樹谷幼兒園 112學年度第一學期

## 天下第一美味

主題發展時程：

113年02月19日~113年02月23日

教學紀錄者：

婉如、素慧老師

---

# 班級老師對於進行主題的想法

在日常生活當中「飲食」是每天需要做的事情，吃了這麼多美食，就讓我們帶著孩子探索生活周遭所出現的美食，而這些美食屬於飲食金字塔中哪一類的食物，跟孩子一起幫食物歸類，在歸類的同時，我們可以一起來看看食物的原形，並且品嚐看看這些食物是什麼味道，讓孩子加深對食物的印象，對於食物分類較有概念後，讓孩子設計菜餚發揮孩子的想像力創作出健康又好吃的料理，讓孩子對於均衡飲食更加了解。同時也培養孩子不挑食、不浪費的健康飲食習慣。

- 食物六大類分為哪些呢？
- 製作什麼料理呢？
- 食物進到身體裡面會變成什麼？
- 如何健康飲食？

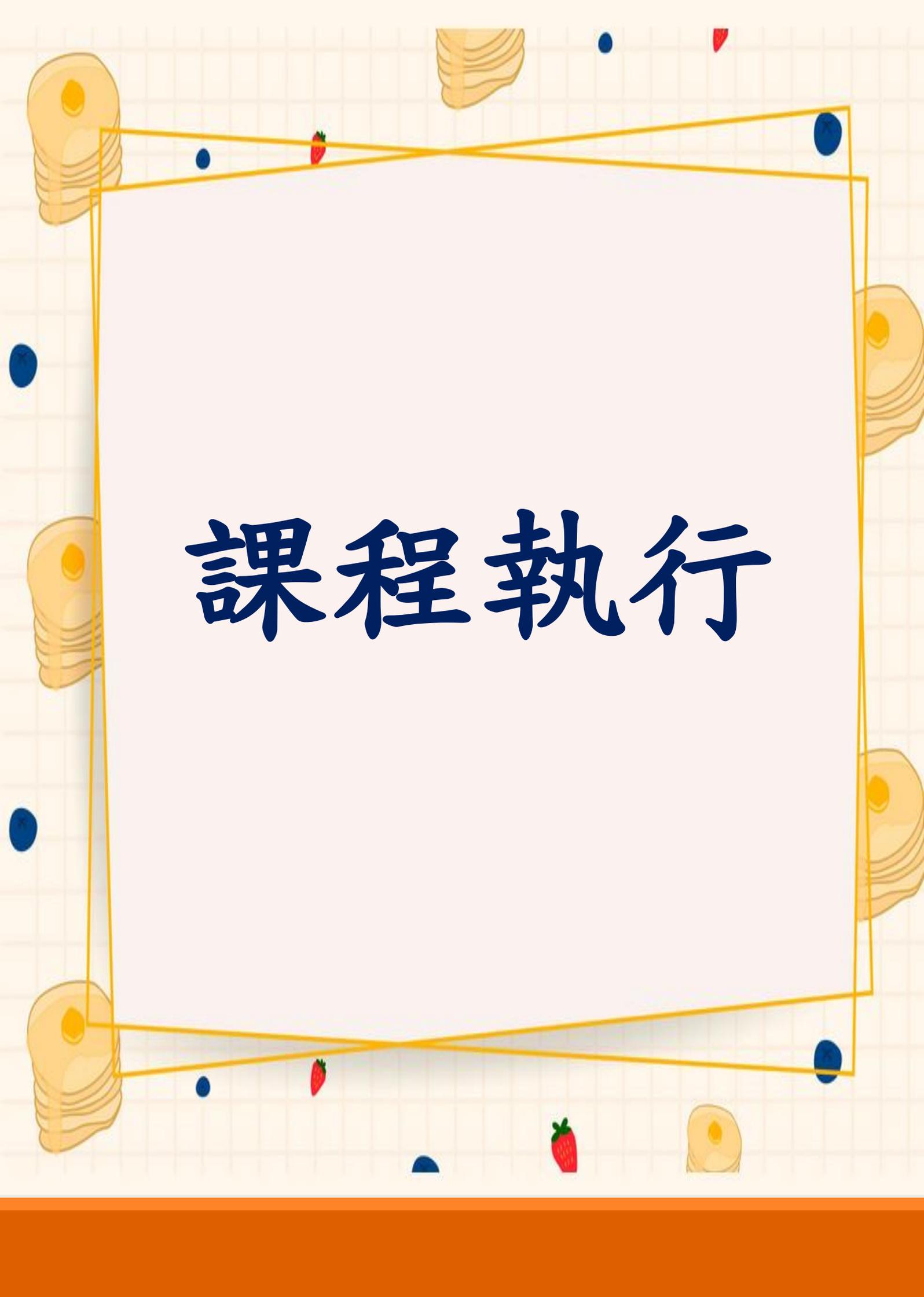
# 規劃課程前……

## 教師協助要點：

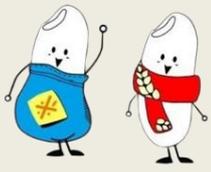
- 蒐集各式與美食相關的繪本書籍
- 學習區活動設計加入遊戲、繪本的元素，增添對活動的樂趣
- 學習區擺放美食相關的書籍與教具
- 上網找尋與美食有相關的資料，使學習資源更加豐富

## 家長協助要點：

- 請家長了解《天下第一美味》的課程目的
- 因應學習區活動，帶孩子認識生活中常見的食物製品

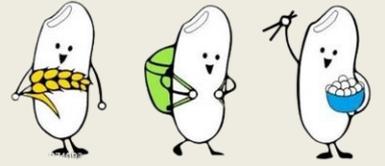


# 課程執行



# 天下第一美味

## 我在學校吃的蔬菜



### 活動重點：

帶領孩子畫出在學校吃過的蔬菜。

### 活動內容

帶領孩子擔任小小畫家，想想看自己在學校吃過那些蔬菜呢？

把想到在學校吃過的蔬菜畫出來，並且跟大家一起分享。



寶貝想了想在學校吃過的蔬菜~寶貝很努力的在畫蔬菜呢!



# 天下第一美味

## 認識花椰菜

### 活動重點：

帶領孩子認識常見的蔬菜-花椰菜。

### 活動內容：

老師帶領孩子閱讀繪本-我不想吃花椰菜。讓孩子觀察花椰菜，它長的樣子和聞聞看它的味道，其實花椰菜長得很可愛的，寶貝也當任起小小理髮師，幫花椰菜剪剪頭髮，讓孩子對於花椰菜有更加深刻的印象。



寶貝說：「花椰菜的頭髮好多喔！」

# 天下第一美味

## 蔬菜拓印畫

### 活動重點：

帶領孩子蔬菜蓋印畫的創作。

### 活動內容：

老師帶領孩子使用青江菜和秋葵，利用蓋印畫的方式進行創作。平時寶貝很少有機會看見蔬菜切面，這次讓寶貝透過蔬菜印畫，感受特詩畫法的樂趣，豐富綁倍的想像力，並培養動手操作的能力。



這次的蔬菜創作畫，不但認識了蔬菜，還使用了蔬菜創作，孩子覺得很奇妙很有趣呢！



# 天下第一美味

## 認識學校常吃的水果

### 活動重點

- 老師利用學校常吃的水果，讓寶貝認識水果類

### 活動內容

老師帶領孩子認識學校常吃的水果，讓孩子觀察水果的形狀及聞聞看水果的味道和摸摸看水果的觸感，並且讓孩子吃吃看水果的味道和攪拌成果汁，孩子都勇於嘗試每一樣水果喔！

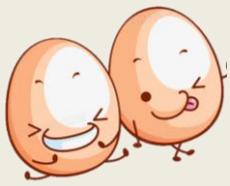


孩子很認真的在觀察水果



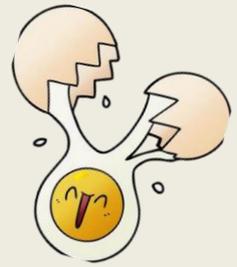
品嚐水果的滋味





# 天下第一美味

## 好吃的蛋料理



### 活動重點：

- 老師利用烹飪課讓孩子更認識蛋相關料理。
- 體驗烹飪的樂趣

### 活動內容：

老師帶領孩子製作歐姆蛋，老師先讓孩子輕輕的清洗蛋，再打進碗裡，讓孩子攪拌均勻，再來就是進行製作歐姆蛋囉！孩子很認真地拿著鍋鏟翻動蛋，並且跟老師分享蛋聞起來好香喔！



我會洗蛋



我在攪拌蛋喔！



我們在製作歐姆蛋喔！  
這次製作蛋料理很成功喔！



# 天下第一美味

## 不同顏色的豆豆



### 活動重點：

帶領孩子認識不同顏色的豆豆。

### 活動內容：

老師帶孩子觀察不同顏色的豆豆，有綠豆、黃豆、青豆跟蠶豆，分別為各種顏色，孩子最常見的是黃豆和綠豆，對於沒看過的豆豆特別好奇，也會說出各種豆豆的顏色喔！



讓孩子認識  
不一樣顏色  
的豆豆，  
孩子也很好  
奇地觀察每  
一種豆豆喔！



# 天下第一美味

## 品嚐豆漿



### 活動重點：

●老師利用烹飪課讓孩子更認識白米相關料理。

### 活動內容：

老師帶領孩子認識不同顏色的豆漿種類，有白豆漿、黑豆漿、紫米豆漿，讓孩子品嚐不同種類豆漿的味道，品嚐完之後，孩子跟老師分享紫米豆漿很香很好喝喔！



孩子帶來不同味道的豆漿跟大家一起分享，孩子們都喝得很開心喔！



# 天下第一美味

## 製作肉肉美食



### 活動重點：

- 帶領孩子認識常見的糯米可以做成的米製品。
- 體驗烹飪的樂趣

### 活動內容



老師帶領孩子製作肉肉美食，先準備吐司、鮭魚、肉鬆，讓孩子製作土司夾肉肉，先拿起吐司塗上少許鮭魚，再加上肉鬆，把土司對摺夾起來，並且享用，孩子們跟老師分享肉肉吐司很好吃，



孩子利用湯匙塗上鮭魚，並且說：「鮭魚好香唷！」

# 天下第一美味

## 觸摸糖、鹽、油脂

### 活動重點：

帶領孩子觸摸糖、鹽、油脂。

### 活動內容



老師帶領孩子觸摸糖、鹽、油脂，讓孩子更加認識平常飲食中最容易出現的料理調味料原形，孩子對於觸摸糖、鹽、油脂的感覺感到新奇。不過盡量少吃調味食品，獎吃得更健康喔！



# 天下第一美味

## 煮出一道營養餐

### 活動重點:

- 帶領孩子煮一到營養餐
- 體驗烹飪的樂趣



### 活動內容

老師帶領孩子製作一道營養餐，以雞胸肉跟高麗菜倒至蛋上，再把蛋對折把肉和菜包在蛋裡面、製作一道飲食均衡的料理，孩子與老師分享，這次的營養餐製作的很好吃很成功喔！

