

臺南市私立活水樹谷幼兒園 112學年度第二學期第一主題

『食物歷險記』



主題發展時程：113.02.05~113.04.26

教學紀錄者：顏紋晏、葉怡婷

班級老師對於進行主題的想法

「呷飯皇帝大」，說明了「吃」對我們的重要性，近年來大家在吃的方面講究精緻，也逐漸產生了飲食不均衡的狀況發生，因此我們這次的主題「食物歷險記」的活動中，老師將帶寶貝們體驗一連串與食物相關的活動，我們將食物歷險記的活動分成了四大種類，分別是「食物紅綠燈」、「美味食物的秘密」、「食物消化的秘密」和「健康好幫手」，在食物紅綠燈的活動中，透過和孩子們討論「自己喜歡的食物」是什麼，也開啟我們主題之門，在分享中，健康食物與不健康的食物也是孩子們喜歡的美食之一，老師也透過此分享一起和孩子們認識什麼是健康的食物，而什麼又是不健康的食物，不健康的食物因當盡量減少攝取的部分，接著是美味食物的秘密，透過「小廚師阿諾」繪本跟孩子一起討論如果你是一位廚師，你會如何設計色香味俱全的菜餚及漂亮的擺盤讓大家品嚐，讓大家驚豔原來美食也可以這麼有藝術，在享受美食的同時，你知道從我們口中品嚐的美食會在人體裡面如何進行消化的，最後給予寶貝們正向的觀念，讓孩子們知道要如何健康聰明吃，吃健康的食物對身體有哪些幫助及好處。

我們讓寶貝主動探索《食物歷險記》對我們的意義：

- 認識食物的種類與營養
- 體驗動手製作食物的樂趣
- 了解食物在身體消化的過程
- 培養良好的飲食習慣及用餐禮儀

規劃課程前……

√教師準備要點:

- 找尋關於的料理書籍、料理繪本
藝術作品、藝術家的介紹
- 利用自製教具、遊戲方式，提昇孩子對
課程的興趣
- 學習區規劃設計
- 尋找資料，豐富教學資源

√家長協助要點:

- 帶孩子參觀美食展或參加食物館
- 親子共讀與家人相關繪本或觀看影片
- 規劃假日親子活動，增進親子互動關係
- 希望家長了解主題課程目的

課程執行



年菜大集合

◆活動重點：

年節期間，大家都品嚐了哪些美味的美食料理，讓我們邀請孩子透過繪畫的方式來跟大家一起分享吧！

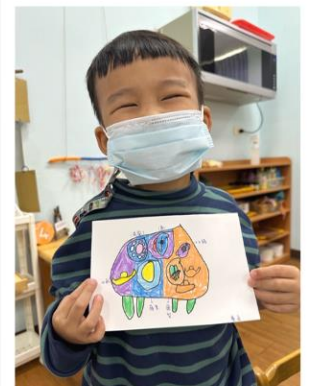
◆活動特寫：

年節大家品嚐了各式美味的料理，除了必備的團員飯之外，相信也品嚐許多美味的佳餚，在大家的分享之下，最受歡迎的是甜品、營養的魚料理和美味的綜合火鍋料理等，大家都記得自己品嚐過哪些好吃的料理，並且將料理畫下來，一起合作完成年菜書籍的料理書。

年菜分享 & 年菜小書的創作



好吃美味的年菜在這裡



猜一猜我畫的是什麼
好吃的料理



天下第一美味料理大集合

◆活動重點：

以「天下第一美味」故事為開場排，讓孩子分享一下品嚐過哪些美味料理的食物，並以繪畫的方式記錄下來和大家一起分享。

◆活動特寫：

活動進行之下，大家一起討論喜歡的食物，分別有「火鍋、咖哩飯、魚、高麗菜、蛋炒飯及魚粥」等料理，從分享中可以了解原來大家喜愛的美食料理主要以平常可見的菜餚為主，可見大家對於這些料理的喜愛度是相當高的呢！



美食料理大集合-猜猜我們喜歡的食物有哪些？

分享自己喜
歡的美食有
什麼





繪畫出美味的食物



長壽麵條、火鍋、魚類等，
都是最美味的食物呢！

天下第一美味-我最喜歡的食物

◆活動重點：

延續上一個繪畫喜歡食物的活動，大家說出了許多好吃的美食，這次活動將讓孩子畫出一道「自己最喜歡的食物」，最後票選在孩子們心目中哪一道料理是最受歡迎的，為什麼它是受到大家最歡迎的原因。

◆活動特寫：

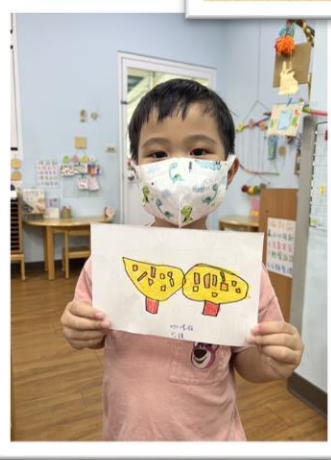
老師將大家最喜歡的食物張貼在經驗圖表上，透過投票的方式來選出最高票，投票的結果是「炸機」高票當選，訪問大家為何喜歡這道料理，大家說：「因為很香、很脆很好吃」。



大家踴躍的分享自己最喜歡吃的食物有哪些



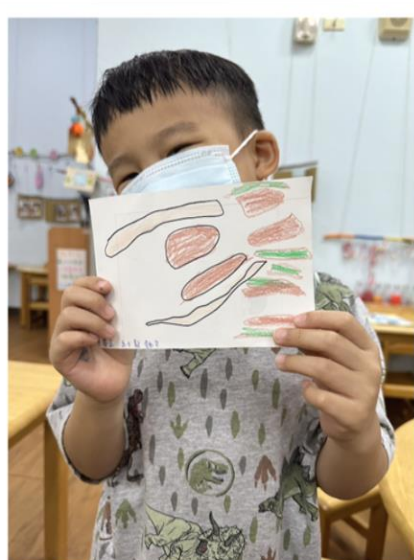
票選第一名：好吃美味的炸雞



美味可口的火鍋、湯圓和咖哩飯



繪畫自己喜歡吃的美食食物



美食料理
票選的活
動



顏色食物好好玩

◆活動重點：

每一種食物身上都穿著一件不一樣的衣服，有綠色、黃色、紫色、紅色和藍色等，我們將透過食物的聯想並嘗試使用黏土的素材將食物創作出來。

◆活動特寫：

寶貝們第一次挑戰使用黏土創作，對孩子來說是有難度的，因此，在第一次的創作中，老師會先引導孩子們如何運用簡單的技巧塑型，接著第二個作品、第三個作品請孩子們嘗試完成，孩子們也都能從中學習到技巧，並呈現自己的黏土作品，很棒呢！



紅色、綠色食物大集合



橘色、紅色食物大集合



咖啡色、紫色食物大集合



橘色、紅色食物大集合

紅色、綠色變什麼？



辣椒和蔬菜pizza



紅豆和高麗菜



我的蘋果和西瓜

芭樂和
紅蘋果



認真創作的寶貝們

橘色、黃色變什麼？

好吃的
金黃色
地瓜



捏一顆好吃的鳳梨



美味起司



橘子和百香果

木瓜
和
香蕉



玉米和
漢堡

紫色、咖啡色變什麼？

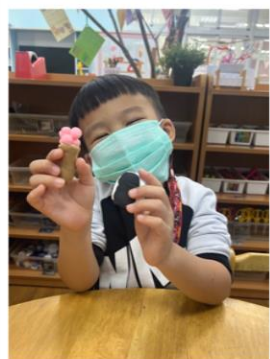


料理食物diy創作中...



好吃的香菇、藍莓、葡萄和紫番薯

黑色、粉紅色變什麼？



好吃的馬卡龍、三角飯糰、香腸和好喝的珍珠奶茶……

食在好玩

◆活動重點：

延續上一個顏色食物好好玩的活動，一開始先讓寶貝們猜一猜大家使用黏土製作出來的食物模型是什麼，並正確的繪畫下來，接著跟孩子們玩食物紅綠燈的遊戲，透過「紅旗綠旗遊戲」的方式來認識什麼是健康與不健康的食物，最後我們也準備廣告紙讓寶貝將食物剪下來，貼在紅綠燈的經驗圖表分類紙張上。

◆活動特寫：

在這幾項認識食物紅綠燈的活動中，寶貝都樂於參與每一項的活動，而最喜歡的活動是紅旗綠旗的活動，透過遊戲的趣味性讓寶貝可以清楚分辨紅燈區與綠燈區的食物分別有什麼。



紅旗綠旗舉起來，認識一下健康與不健康的食物有哪些？





猜一猜這是什麼食物，並畫出來



書本中也有米食料理耶!



我們找到了許多米食料理
的圖片呢!



哪裡可以看見廚師

◆活動重點：

你曾經在哪裡看見廚師呢？餐廳、百貨公司、賣場或是家裡呢？在這次活動中，我們將透過經驗的方享記錄在經驗圖表上。

◆活動特寫：

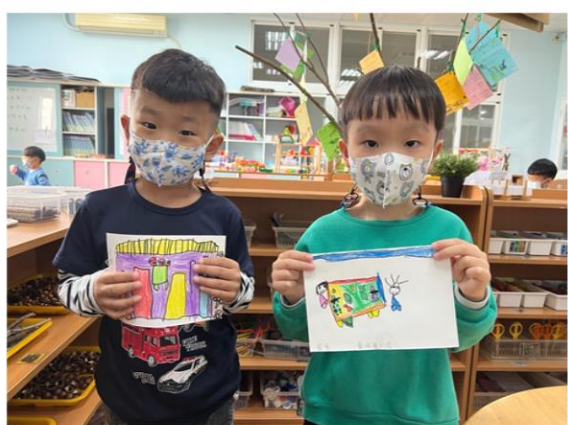
在分享過程中，都是和家人外出的經驗，像是在餐廳吃飯，逛賣場、百貨公司或是家樂福都會遇見廚師在料理美食，但大家似乎都忘記了其實我們的家裡都有廚師，有可能是媽媽、阿嬤、爸爸或阿公，烹調料理的人我們也都可以稱呼為廚師喔！



海底撈和廚房都有廚師



飯店也有廚師



你知道廚師的工作內容及廚師的種類有哪些？

◆活動重點：

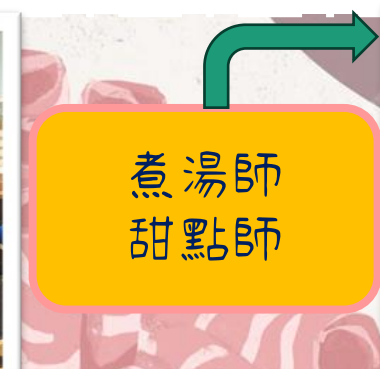
延續上一次你知道哪裡有廚師的活動中，這次我們要來分享廚師的工作及廚師的種類，並邀請寶貝分享自己的經驗。

◆活動特寫：

在一開始討論的過程中，寶貝對於在哪裡看過廚師的概念都是清楚的，大家分享到餐廳或是店家吃飯時，為我們烹調的就是廚師，然而在討論廚師有分哪些種類的過程中，寶貝們因為沒接觸過，所以不了解，老師舉例告訴寶貝，若是燒烤類的，我們可以稱做為燒烤廚師，經過老師的分享後，大家也漸漸的了解原來廚師可以這樣做分類的。



煮湯師、甜點師



煮湯師
甜點師



正在炒飯、炒麵
的廚師



廚師在炒飯
和煮湯



如果我是一位廚師－菜單設計

◆活動重點：

如果我是一位廚師，我要怎麼設計菜單，這次寶貝將不在用繪畫的方式來呈現，大家想運用黏土實際創作出菜餚模型。

◆活動特寫：

大家的黏土創作技巧越來越熟練，也開始對料理的創作很有想法與概念，因此這次大家製作出許多美味的佳餚，有蔬菜、魚、炒飯、荷包蛋、玉米、三角飯糰、水果、炸蝦、麵和pizza，齊聚一堂的美食相當的美味呢！



製作出最喜歡的米食料理



寶貝正在創作料理中……



Pizza、三角飯糰、
蝦子、魚和水果的
各式料理在這裡



小廚師來料理-中式料理

◆活動重點：

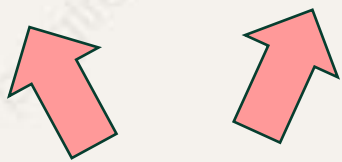
在前次介紹廚師的工作及如何設計一道料理的活動中，寶貝了解原來出師的工作內容是這麼辛苦的，而我們要來化身各種角色的廚師來設計料理，這次我們將化身為中式料理師，設計一道美味的中式料理。

◆活動特寫：

中西式料理大家很容易搞混，因此老師透過此活動跟寶貝們介紹一次，貢丸湯、肉燥飯、中式炒麵等都是屬於中式料理，大家也開始回顧品嚐過的料理有哪些，並開始一起合作完成中式料理的菜餚。



畫出最喜歡的米食料理



開始中式料理
的創作



中式料理有
好吃的飯糰、
炒麵和炒飯



小廚師來料理-西式料理

◆活動重點：

西式餐點的料理非常的多樣化，透過西式料理的活動除了帶寶貝們認識西式料理有哪些之外，並讓孩子們也試著分享自己認識的西式料理有哪些，並嘗試運用黏土捏塑不一樣的的作品。

◆活動特寫：

大家的西式餐點第一個想到麥當勞，因為有好喝的玉米濃湯，接著寶貝開始回顧和家人一起品嚐過的西式料理有哪些，雖然大家想的出來，但創作上總需要花費多一點的時間來創作，大家努力的運用自己的想像力把料理製作出來，越來越像了呢！



好吃的西式料理餐點在這裡



大家一起來創作屬於自己的西式料理



義大利麵、玉米濃湯、牛排
和牛肉湯在這裡



一起幫展示桌塗上漂亮
的顏色

小廚師來料理-甜點料理

◆活動重點：

前次中式料理與西式料理的創作大家都體驗過，而這次的甜點料理也是大家最喜愛的料理之一，大家也紛紛分享自己最喜歡的甜點料理有什麼，老師將讓寶貝再次發揮自己的想像力完成甜點的創作。

◆活動特寫：

寶貝先想一想自己品嚐過的甜點有什麼，接著將品嚐過的點心雞蛋糕、冰淇淋、布丁、鳳梨酥和水果蛋糕都創作出來，在雞蛋糕的捏塑中最特別，捏塑特別的造型，在每一種甜品作品的捏塑也都很特別，完美的呈現出來，看了都想品嚐一口呢！



好吃的甜點料理在這裡~

猜猜我們製作哪些好吃的甜點



好吃的甜點有雞蛋糕、冰淇淋、
布丁、鳳梨酥和水果蛋糕



好呷的辦桌料理

◆活動重點：

你知道什麼是辦桌料理嗎？辦桌料理會在什麼場所品嚐到，辦桌一般會在傳統的婚宴、廟會或是重要的節慶中會有辦桌的料理，辦桌料理也有著不一樣的風味，也有著各式不同的料理，在此將讓寶貝們設計一桌屬於小樹b班的辦桌料理。

◆活動特寫：

在辦桌的料理活動中，老師回顧天下第一美味繪本，讓寶貝回顧一下有哪些料理，接著讓寶貝發揮自己的想像力來創作，大家的想像力都很豐富，創作了魚類、鍋物類、炸蝦、煎餃、荷包蛋、甜品類與蔬果類等料理，完全符合辦桌料理的美食菜餚呢！



美味的辦桌料理大集合





料理創作中.....



各式美味料理出爐囉!



美味的餐盒料理

◆活動重點：

，體驗玩各種料理的創作後，設計一份美味的餐盒料理也是相當重要的，這次寶貝將一起運用自己的方式來設計好吃營養又美味的便當。

◆活動特寫：

在進行過這麼多次的料理創作中，大家對於料理可以怎麼創作都非常的熟悉，因此在這次美味餐盒料理的創作中，大家非常的有想法，有飯糰便當、魚便當、蔬菜便當和香菇便當等，大家發揮自己的想像力完成創意便當的創作。



大家設計的美味餐盒料理





美味便當
料理創作
中...



美味料理大集合



動手做餐盒

◆活動重點：

延續上一個美味餐盒的料理活動中，大家對於餐盒料理的創作有了基本的想法，這次老師將準備可以吃的食材讓寶貝進行動作做餐盒的活動。

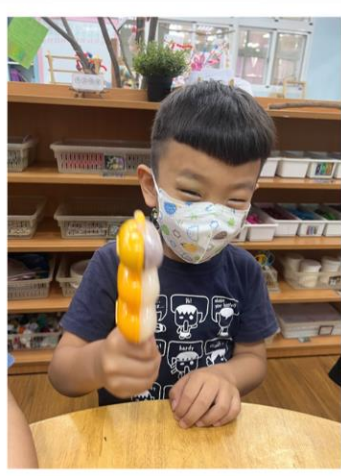
◆活動特寫：

在這次的活動中，大家會先一起討論今天的食材有什麼，這些食材可以怎麼進行創作，於是大家這次創作的料理靈感主要以飯糰和便當概念為主，將食材全部包在米飯內，捏一捏，好吃的飯糰就完成了，接著是便當的創作，先使用工具將米飯變成一壽司的形狀，再加上其他的配菜，美味的飯糰便當與便當料理就完成了。



畫出最喜歡的米食料理





使用工具製作米飯糰



米飯中加入配料，包一包、捏一捏，好吃的飯糰做好了



這是我們製作的美味餐盒



特別的化妝舞會

◆活動重點：

你知道每一道菜餚的擺盤也是相當重要的嗎？我們將透過這次特別的化妝舞會活動帶大家來學習食物的擺盤，欣賞一下大家的餐點擺設風格。

◆活動特寫：

我們運用大家分享的食材來進行食物裝扮，大家運用這些食材裝扮出來的食物擺盤大致上以臉譜為主，各式各樣的造型眼睛和嘴巴，以及各式各樣造型的花花頭，每一種風格都很特別，因為是第一次使用食材來裝扮，所以大家比較沒有特別的想法，不過在這次的活動中大家都相當的喜歡，因為很特別，可以裝扮也能將裝扮的食物吃光。



美味的創意料理開始



認真的寶欸在裝扮自己的創作



我們的化妝舞會作品完成!

跟著食物去旅行

◆活動重點：

結束了上一個特別的化妝舞會活動，老師將帶寶貝們來認識食物是怎麼在身體裡面旅行的，我們將從嘴巴開始出發，接著慢慢的帶入到身體裡面探究食物旅行的秘密過程。

◆活動特寫：

一開始我們先畫了一張身體構造圖，並繪畫出完整的消化道器官，接著帶孩子們從嘴巴開始探究，接著是探究食道和胃部，最後是小腸、大腸和肛門，每一次的介紹中不單純只有介紹是什麼器官，也會帶入器官的特徵與功能讓孩子認識，最後也將大家繪畫的消化道器官部位進行排序，大家透過經驗圖表的分享了解食物在身體原來是怎樣旅行的。



食物在身體旅行的過程



書本中也有米食料理耶!



我們找到了許多米食料理
的圖片呢!



食物金字塔

◆活動重點：

在六大類的食物分類中，你知道是怎麼做分類的嗎？我們將從拜訪校園出發，找尋校園哪裡有食物，而這些食物是歸類在六大類的哪一區。

◆活動特寫：

在這次的尋寶活動中，大家很快就找到許多的食物，而對於這些食物歸類在哪一種類是不清楚的，因此老師透過每次的兩種六大類的食物介紹讓寶貝可以更清楚，最後邀請孩子繪畫出六大類食物，並將其中一份六大類食物張貼在紙張上製作成六大類食物大富翁，大家透過遊戲的方式來認識食物，並且將正確的食物貼在六大類的食物內。



找一找校園裡
哪裡有食物的
地方





一起來繪畫六大類食物



六大類食物大富翁好好玩



動手做餐盒

◆活動重點：

食物歷險記的活動來到尾聲，我們將搭配六大類食物的活動來設計一份營養的餐盒。

◆活動特寫：

在餐盒的設計中，我們一開始先從討論健康的身體是怎麼養成的，接著是和寶貝們一起設計六大類營養餐盒，最後是玩食物抽抽樂的活動，將抽到的食物歸類回到六大類的家，在抽抽樂的活動中，大家都相當喜歡挑戰，透過遊戲方式也讓大家更熟悉六大類食物分別有什麼。



大家設計的六大類食物餐盒





將食物貼在正確的位置上面



食物桌遊好好玩



剪刀石頭布一起來玩
好玩的食物桌遊

