

# 無尾熊班(大)

編輯紀錄：廖秋雯・李翠翠老師

主題活動：健康百分百

活動名稱：水果派對

活動內容：※請小朋友分享自己吃過的水果是哪一種味道如何呢？

奕昊：芭樂吃起來很Q、脆脆的超好吃。

芋萱：喜歡吃藍莓小顆吃起來酸酸甜甜的。

宜岑：喜歡吃草莓外面紅色的還有小點點是黑色的。

宥翔：香蕉像月亮的形狀，裡面白白的吃起來甜甜的好吃。

馨巧：蘋果吃起來脆脆甜甜香香的，有紅色和綠色的蘋果。

宥鈞：火龍果有紅色，吃起來前面有點不甜但後面吃的口感很甜。

詠淇：西瓜很大顆裡面是紅色的，我媽媽有打西瓜汁給我喝過是沒有加糖的。

馨歲：芭樂的皮是綠色裡面是白白的，將不能吃太多，芭樂吃起來甜甜的我喜歡。

※運用水果模型玩猜謎遊戲-請幼兒形容水果的外觀、顏色和特徵、摸一摸哪種水果？

沅郁：摸起來硬硬的、刺刺的是哈密瓜。(答對了)

宇樂：摸起來刺刺的、硬硬的是鳳梨。(答對了)

亦紜：長長的、禿禿的是芭樂。(答案是木瓜)

謙睿：圓圓的、滑滑的是椰子。(答案是西瓜)

碩宸：有摸到刺刺的、硬硬的好像是榴槤。(答對了)

晨安：摸起來粗粗的是橘子。(答案是葡萄柚)

詠翔：我有摸到硬硬的、粗粗的是芭樂。(答案是柚子)

孟宸：摸起來有前面凹凹地好像有葉子、滑滑的是南瓜嗎？(答案是柿子)



pixta.com - 6396557



※討論各種水果可食物部分？觀察其縱剖/橫剖面，且實際操作剖面圖的教具以及進行尋找配對活動。

峻皓：看到西瓜剖面圖。

允辰：看到蓮霧剖面圖。

芸彤：看到西瓜剖面圖。

宥鈞：看到鳳梨剖面圖。

馨歲：看到鳳梨剖面圖。

宜岑：看到西瓜剖面圖。

宇澤：看到木瓜剖面圖。

丞勛：看到榴槤剖面圖。

謙睿：看到榴槤蜜剖面圖。





※1. 果皮妙用多-介紹柑橘類水果，進行觸嗅味覺體驗，討論柑橘類水果的運用有哪些？例如利用果皮精油製成清潔品、果皮乾燥後可以成陳皮。

## 2. 水果變色了-觀察蘋果的氧化過程



※用圖片介紹台灣四季水果，請幼生發表最愛吃的水果，準備當季盛產水果進行分享以及製作 QQ 水果果凍。

※經過一連串的團討分享介紹後小朋友對於水果和剖面都更加認識了，小朋友發現到原來水果也做出好吃的果凍，還有果皮橘子也是可以製作清潔劑，老師設計的活動小朋友都很喜歡呢！



## 活動名稱：米從哪裡來？

活動內容：※觀賞農夫如何種植稻米的影片，認識台灣常見主食白米的不同種類和產地？

利用圖卡請幼生排列出種植稻米的順序。

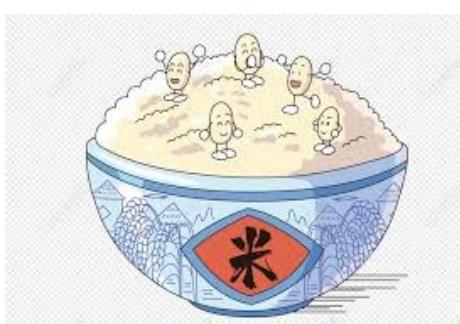
柏宇：農夫用機器插秧，稻子種在田裏面。

馨歲：農夫施肥拔草，菜蟲才不會吃稻子。

宥鈞：農夫把稻子放地上，曬一曬太陽才不會稻子發霉。

碩宸：農夫用機器把稻子皮脫掉，白白的米飯就出來了。

宥翔：媽媽用水洗米，用電鍋煮飯。



※請幼兒發表並討論自己吃過那些最喜歡的米製品及不喜歡的米製品？老師和幼兒一起收集賣場廣告單，請幼兒進行米製品剪貼活動。

請小朋友分享有哪些是米做成的食品？

詠翔：壽司。

詠淇：飯糰。

奕昊：米餅。

馨歲：旺旺仙貝。

柏宇：炒飯。

允辰：滷肉飯。

晨安：蛋包飯。

峻皓：白飯

宥翔：雞肉飯

宥鈞：紅龜粿。

分享喜歡吃的米製品？

宇澤：爆米香。

芸彤：米麵包。

馨巧：米漿。

亦紜：發糕。



## ※米食天地

請幼兒運用五官仔細觀察常見的白米、糙米、紫米有何不同？生米與熟米的差別在哪裡？討論如何運用電鍋煮白飯？邀請小朋友分組練習洗米、電鍋內外加水、按下開關、等開關跳起來~煮好白飯等步驟，老師發現小朋友太能幹了，煮飯的初體驗成果~白飯粒粒晶瑩飽滿~大大成功喔！

孟宸：米生摸起來圓圓的和硬硬的。

允辰：米生是橢圓形。

宥妍：熟米聞起來好香好香。

丞勛：熟米吃起來軟軟QQ的、味道是甜甜的。



## ※美食 DIY-飯糰小丸子

老師準備白米飯與配料，讓幼兒清洗好雙手，戴上手扒雞手套，拿取少量的白飯，將白飯搓成小圓球狀，動手製作好玩又好吃的飯糰小丸子，分享自己的成品並品嚐其滋味，每一位小朋友看到自己的成果壽司捲，開心地快要流口水了。

宜岑：我做的壽司有玉米、肉鬆、和雞蛋。



奕昊：我做的壽司有玉米、海苔片和肉鬆。



晨安：我做的壽司有好多好多玉米和肉鬆。



謙睿：我做的壽司有玉米和肉鬆。



宇澤：我做的壽司有肉鬆、蛋和玉米。



詠翔：我做的壽司有肉鬆、海苔片、蛋和玉米。



## 活動名稱：蔬菜點點名

活動內容：※藉由《蔬菜躲貓貓、蔬菜花兒》圖書和幼兒進行分享討論，以及相關的蔬菜故事繪本分享，並請幼生發表最愛吃的蔬菜？

詠淇：喜歡吃胡蘿蔔和綠色花椰菜；因為胡蘿蔔有葉黃素、花椰菜煮起來鹹鹹的好吃。

馨歲：喜歡吃紅蘿蔔和高麗菜；因為紅蘿蔔甜甜的眼睛會變漂亮看得很清楚、高麗菜吃起來軟軟的好吃。

亦紜：喜歡吃竹筍和金針菇還有香菇；因為香菇吃起來軟軟的好吃，竹筍喜歡煮湯的好喝。

子睿：喜歡吃玉米和花椰菜；因為玉米可以做玉米濃湯好喝，花椰菜吃起來鹹鹹的。

馨巧：喜歡吃白色花椰菜和小黃瓜；因為吃起來軟軟脆脆的香香的。

宥翔：喜歡吃番茄和小黃瓜；因為番茄有甜甜的味道可以做成番茄炒蛋和番茄湯麵好吃，小黃瓜吃起來脆脆的涼拌冰起來更好吃。

若妘：喜歡吃玉米和番茄；因為玉米可以做爆米花和玉米濃湯，番茄可以做番茄炒蛋。

柏宇：喜歡吃馬鈴薯和玉米；因為馬鈴薯可以做薯條，玉米可以做玉米濃湯好喝。

謙睿：喜歡吃番茄和青菜；因為番茄可以做番茄炒蛋，青菜可以做蔬菜沙拉在加甜甜的醬我喜歡。



※展示蔬菜剖面圖，讓幼兒猜猜是何種蔬菜？並進行配對遊戲。以及搭配九宮格的教具請小朋友來進行蔬菜闖關活動。

允辰：我有看到青椒和蓮藕的圖。

芋萱：我有看到杏包菇和南瓜的圖。

奕昊：我有看到番茄和辣椒的圖。

亦紜：我有看到花椰菜和苦瓜的圖。

沅郁：我有找到青椒和洋蔥的圖。

宜岑：我有找到蓮藕和紅蘿蔔的圖。

宥鈞：我有找到南瓜和花椰菜的圖。

宇澤：我有找到大白菜和秋葵的圖。

丞勛：我有找到苦瓜和地瓜的圖。

碩宸：我有找到番茄和玉米還有杏包菇的圖。





※小朋友舉手表決選出最愛與不愛吃的蔬菜有哪些？一起製作蔬菜手環。

◎結果出爐小朋友愛吃的蔬菜有玉米、高麗菜、紅蘿蔔、馬鈴薯..等。

◎結果出爐小朋友不愛吃的蔬菜有苦瓜、茄子、青椒、蔥..等。



※老師提供蔬菜食材(花椰菜、紅蘿蔔、小黃瓜、櫛瓜、番茄)，並介紹使用工具的安全注意事項，接著開始製作美味料理~蔬菜糖葫蘆和蔬菜沙拉以及品嚐蔬菜果乾。

※經過一連串的團討分享介紹後小朋友對於自己喜歡吃的蔬菜和剖面以及生長的地方都更加認識了，原來有很多的蔬菜也是可以製作成蔬菜糖葫蘆和蔬菜沙拉以及品嚐蔬菜果乾，尤其是幼生親手製作的蔬菜糖葫蘆最好吃了，小朋友都說要回家還要再做一次，且教家人怎麼製作好吃的糖葫蘆ㄛ。



## 活動名稱：奇妙的滋味

活動內容：※師生討論食物中那些是酸的、甜的、苦的或辣的？老師準備了酸甜苦辣不同滋味的食物，請幼兒表演酸甜苦辣的表情，並挑選一些食物進行品嚐，分享幼兒最喜歡與不喜歡的味道。

碩宸：我吃到酸酸的梅子。

宥妍：我吃的是梅子糖有點鹹鹹的。

詠淇：我喝的汽水有一點苦苦甜甜的。

若妘：汽水喝起來有點像辣椒的味道。

奕昊：我愛吃鹹鹹的雞腿、不愛吃苦苦的青菜。

孟宸：我愛吃香香鹹鹹的雞腿、不愛吃辣辣的肉。

丞勛：我愛吃香香甜甜的水果、不愛吃酸酸的鳳梨。

宥鈞：我愛吃苦苦的青菜、不愛吃乾乾甜甜的紅蘿蔔。

亦耘：我愛吃香香甜甜的香蕉、不愛吃辣辣的辣椒。

馨巧：我愛吃香香鹹鹹的茶葉蛋、不愛吃辣辣的魷魚絲。

柏宇：我愛吃香香的茶葉蛋、不愛吃苦苦的青菜。

允辰：我愛吃香香甜甜的火鍋料、不愛吃苦苦的青菜。

謙睿：我吃到的是酸酸甜甜的。

芋萱：我吃的是泡麵餅乾鹹鹹的。

宜岑：我喝的是汽水有一點酸酸的。

晨安：我吃的是辣辣的餅乾。



※彩色麵土～老師提供了紅蘿蔔和綠色蔬菜的食材，邀請奕昊和允辰兩位按下打蔬果汁的機器按鈕/啟動，讓小朋友學習如何使用蔬果機將蔬果打成汁？老師拿出白色的麵粉糰，請小朋友觀察麵粉加水後成粉狀至黏稠狀.. 變化，再加上胡蘿蔔汁、蔬菜汁變成彩色麵糰的過程，並且利用麵糰進行捏塑遊戲並分享自己的作品。

芸彤：我做的是好吃香噴噴的餃子超級好吃的。

馨巧：我用麵糰做了湯包裡面包肉、起司還有蔬菜很好吃ㄛ。

孟宸：我麵團做了小湯圓煮一煮拿來吃。

宥鈞：我做的是煎餃裡面有包菜和肉。

子睿：我做的是水餃裡面是包肉鬆ㄛ。

允成：我做的是瘦瘦長長的蛇。

奕昊：我做的是長長的繩子。

馨歲：我做的是可愛的烏龜。

碩宸：我做的是好吃的湯圓。



宥翔：我要做一隻小兔子。

亦紜：我用麵糰做小兔子還有紅蘿蔔要給牠吃。

宇樂：我做的是薯條和漢堡，還有我愛吃的貢丸。

亦紜：我用麵糰做小兔子還有紅蘿蔔要給牠吃。



※麵食點點名～藉由影片/圖片認識小麥研磨成麵粉的過程，師生討論並分享自己吃過的麵食名稱，全班共同完成「麵食點點名大海報」，張貼在班上情境佈置。透過親子學習單討論麵粉可以做成那些食品（中西式）？每一位都說得好有趣，全班哈哈大笑呢！

宇澤：我愛吃拉麵。 子睿：我愛吃辣椒麵。

詠淇：我愛吃香菇麵。 若紜：我愛吃蝴蝶麵。

碩宸：我愛吃魚花麵。 宥妍：我愛吃蔬菜麵。

柏宇：我愛吃牛肉麵。 宥鈞：我愛吃牛肉麵。

馨歲：我愛吃拉麵。 亦紜：我愛吃花朵麵。

馨巧：我愛吃拉麵。 奕昊：我愛吃泡麵。

謙睿：我愛吃王子麵。 丞勛：我愛吃動物泡麵。

晨安：我愛吃花花麵。

允辰：我愛吃義大利麵。

芋萱：我愛吃花朵麵。

宜岑：我愛吃彩虹麵。

宥翔：我愛吃王子麵。

孟宸：我愛吃五角麵。

宇樂：我愛吃雞蛋麵。

峻皓：我愛吃牛肉麵。



## 活動名稱：牛奶補給站

活動內容：※詢問幼兒你喜歡喝牛奶嗎？有什麼好處？

柏宇：喝牛奶身體會長高，我喜歡喝牛奶。

若妘：喜歡喝牛奶；因為會長高，每天要喝兩杯牛奶。

馨葳：喜歡喝牛奶；因為會有很多的維他命C長高。

孟宸：喝牛奶身體會變很健康長高，我最愛最喜歡喝牛奶了。

允辰：喝牛奶會身體會變強壯，我媽媽告訴我的。所以我喜歡喝牛奶。

宥鈞：牛奶裡面有很多蛋白質和鈣質，晚上喝一杯會睡好覺，我喜歡喝牛奶。

詠翔：喝牛奶會健康對身體好，每天喝牛奶會長得跟大人一樣高，所以我愛喝牛奶。

※請孩子發表想一想；牛奶從哪來呢？ 碩宸：牛奶是從全家便利商店買來的。

亦紜：老闆從牛的身上擠下來我們才可以新鮮的牛奶已。

宜岑：牛奶是從乳牛身上擠出來的，我們才有很香的牛奶可以喝。

馨巧：牛奶是從乳牛身上擠下來的，還要消毒我們才有牛奶可以喝。

※分享提問幼兒牛奶可以製成哪些乳製品與點心？

宇澤：牛奶可以做成起司。

芋萱：牛奶可以做成牛奶的優格。

晨安：牛奶可以做成牛奶蛋糕。

子睿：牛奶可以做成巧克力牛奶。

宥妍：牛奶可以做成小baby的奶粉。 詠淇：牛奶口味的杯子蛋糕。

※泡杯香醇的牛奶來品嚐，並說出感覺如何？

宥翔：牛奶喝起來甜甜的溫溫的好喝。

丞勛：有香香濃濃的味道好喝。

峻皓：牛奶很好喝也有香香的味道已。

謙睿：牛奶喝起來涼涼的很好喝。

芸彤：牛奶喝起來甜甜的香香的超級好喝。 奕昊：我不敢喝牛奶所以我沒有喝。

※小朋友對於牛奶踴躍地和老師一起團討分享，也都知道一天要喝兩杯牛奶才會長高身體變強壯呢！



## 活動名稱：種籽分享報

活動內容：※故事動畫：「子兒，吐吐」進行探討各種不同種類的種籽，種籽的種類可分為豆類、花卉、樹木、水果、蔬菜，以及相關的種籽故事繪本一一的和小朋友做分享。



※詢問幼兒種籽的家藏在哪裡？ 宥鈞：水果的種子長大會變成一棵大樹。

詠翔：草莓的種子放在泥土裡，就會長大變成草莓。



宇澤：種子藏在火龍果裡面，種子是黑色有很多顆。

宥翔：柳丁裡面有籽籽，把籽放在泥土裡會長大就變成柳丁樹了。



宥妍：種子藏在泥土裡面；因為種子才會長大。番茄裡面也有種子

宜岑：種子藏在蘋果裡面；然後把種子拿出來種在泥土裡面澆水有陽光就會長大了  
又有蘋果可以吃了。

小朋友很棒都會說出種籽藏在哪裡？這時老師提示還有種籽會藏到一個地方~~~

亦紜及時想到說種籽會藏在蔬菜的玉米裡面。 老師：答對了！好聰明。

馨巧：種籽也會藏在綠色毛豆裡面。 峻皓：種籽藏在大黃瓜裡面。

奕昊：種子藏在綠色青椒裡面ㄛ。 宥翔：種子也有藏在櫛瓜裡。

※種籽是怎麼長大的？ 宥鈞主動舉手說種籽要有水份和陽光才會長大。

老師運用圖片與小朋友一起團討分享種籽是如何長大的？

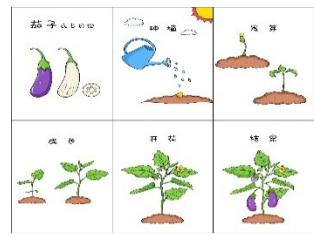
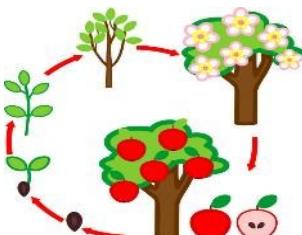
芸彤：有太陽的光種籽就會長大。 鑫蕊：還有每天澆水種籽就會長大。

老師說有時候種籽需要一點點的什麼？就會長比較大或是快一些呢？

宇澤主動舉手說要施肥種籽就會長大變漂亮了。 老師：答對了~好棒！



※老師將是準備好的種籽有「蘋果、柚子、南瓜、綠豆、紅豆、黃豆…等」，還有現在盛產期的洛神花裡面也藏了籽籽ㄛ，小朋友紛紛的說在哪裡？這也是小朋友沒有看過的感到好奇，老師也一一的做介紹，接著讓小朋友來觀察種籽囉~





※進行捉迷藏的小豆豆「請幼兒使用湯匙或是學習塊將米盤中裝有豆子挑(舀)夾出來放在另一個花盤中，活動結束後放置操作區讓小朋友來自由的操作這個教具，最後老師將事先準備好的堅果食品小點心邀請孩子們一起做品嚐囉～。

※透過一連串的團討分享後小朋友更加認識到原來種籽也有藏在水果和蔬菜裡面呢！也知道種籽除了需要陽光和水以及空氣外，還需要施肥和除蟲，種籽才會健康的長大ㄛ。



万物  
可爱  
一粒  
种  
子  
的  
故  
事

