

# 草莓班(中)

編輯紀錄：廖秋雯・鄭秋蘭老師

主題活動：健康的食物

活動名稱：米從哪裡來？

活動內容：

※欣賞農夫種稻的影片，討論米的不同種類？利用圖卡請幼生排序種稻的順序。

請小朋友分享米生長過程～

耀傑：看過機器插秧和機器收割。      哲睿：太陽公公照它們長大。

渝愷：稻米要用水灌溉，照顧它長大。

唯楓：稻米收割要曬太陽，等乾了載送到賣場。

羿淳：稻米快成熟的時候，農夫會放稻草人，小鳥就不會過來吃稻米。

※請小朋友來學習當一位小農夫，如何種植稻米的過程？

鬆土～種植植物前，需要將泥土弄鬆軟，才能讓植物生長。



插秧～我們是一群小農夫，正在種植稻米，我們都很認真種植～



稻草人～因為稻米成長過程中，會有鳥類來吃稻穗，所以農夫會用稻草做出稻草人來趕走鳥類。





※米做成的食物有什麼？

子琪、聿謙：湯圓。  
 喬瑄、庭瑜：麵包。  
 久程、唯楓：稀飯。  
 從喻：糙米飯。  
 可璿：義大利麵。  
 榕恩：米可以磨成粉。

宸樑：蛋捲。  
 意翔：白飯。  
 渝愷：吐司。  
 尚宸：麻糬。  
 佩靜：可以做成油條要加一點鹽。  
 耀傑：牛角麵包還可以做成蛋糕。  
 哲睿：米可以做成麵包。

侑真：米苔目。  
 沅絜：油飯。  
 鎧耀：米飯。

※發表自己最喜歡的米製品？

老師：喜歡餐白米飯一餐可以吃2-3碗的白米飯。

榕恩：喜歡糙米飯。  
 宣樺：喜歡吃湯圓。  
 耀傑：喜歡吃麵包。  
 子琪：有吃過米做出來的果汁到出來是白色的ㄟ。  
 唯楓：媽媽都煮粉紅色的飯我喜歡。  
 久程：喜歡吃壽司郎。  
 昱荃、喬瑄：喜歡吃飯。  
 佩靜：喜歡吃壽司配稀飯。  
 沅絜：喜歡吃很多水果的飯。  
 尚宸：喜歡吃阿嬤做的壽司。

可璿：喜歡吃壽司。  
 從喻：喜歡吃稀飯。  
 庭瑜：喜歡吃草莓。  
 依彤：喜歡吃海苔壽司。  
 宸樑：喜歡吃紫米飯糰。  
 睿綸：喜歡吃飯團和麻糬。  
 聿謙：喜歡吃豆皮壽司。  
 喆嶸：喜歡吃龍蝦圓圓的壽司。  
 哲睿：我喜歡吃飯糰和壽司。  
 善凱：喜歡吃玉米和肉鬆的壽司。

羿淳：喜歡吃肉鬆飯。  
 意翔：喜歡吃飯配魚和菜。  
 妍熙：喜歡吃草莓冰淇淋。

※老師準備白米飯和肉鬆以及小朋友的餐碗，教導小朋友回家如何和家人一起來動手做做看。



活動名稱：甜蜜蔬果村

活動內容：※想一想；蔬果是從哪裡來的？ 耀傑：我的阿公有種香蕉樹。

哲睿：水果是重農田裡重出來的。

羿淳：是重農夫種出來的

宸傑：草莓是農夫種出來的。

久程：蔬菜買來的。

宣樺：蘋果是從樹上摘下來。

依彤：玉米是農夫種出來的。

尚宸：水果是用買的。

從喻：蔬菜是農夫種出來的。

意翔：葡萄是農夫種的。

妍熙：草莓是農夫種出來的。

昱荃：水果我們可以自己在家裡種。

聿謙：可以拿種子在家裡種。

子琪：農夫辛辛苦苦種的蔬菜給我們吃。

沅絮：農夫在農田裡種了又大又圓的紅西瓜。

渝愷：農夫將種子種在泥土裡還要澆水，每天照顧它。蔬菜長大長高，長出很多玉米。



※老師展示斗笠和相關的農具，這時老師聽到聿謙、耀傑，還有其他小朋友紛紛的說我有看過這個帽子…等，接著請小朋友來扮演蔬果農辛苦的種植還有收成好的蔬果來練習做包裝的體驗。



※那我們要如何謝謝感恩辛苦的他們呢？

耀傑：謝謝農夫種出很多水果。

佩靜：頭低低謝謝農夫。

沅絮：謝謝農夫種出好吃的水果。

喆嶠、可璿：說謝謝。

宣樺：謝謝農夫種出好吃的草莓。

依彤：謝謝農夫種出好吃的蔬菜。

唯楓：農夫種的玉米很好吃，謝謝農夫種出好吃的玉米。



※利用蔬果圖卡師生共同團討分享介紹蔬果生長的环境？如樹上、泥土上、泥土裡棚架上（爬藤）利用大賣場廣告單上的水果圖片，讓幼兒來進行分享分類。

\*樹上~~思元、尚宸、宸傑：香蕉。

睿綸：藍莓。

庭瑜：柳丁。

耀傑：水果長在樹上。

哲睿：橘子。

可璿：西瓜。

唯楓、子琪：蘋果。

妍熙：芒果。

沅絮：櫻桃。

意翔：葡萄。

老師：葡萄不是長在樹上，是長在藤架上的。



\*藤架上~~耀傑：蕃茄。

沅絮：茄子。

侑真：小黃瓜。

老師：提示在學校有吃過但小朋友都不喜歡吃的，看起來胖胖長長、摸起來皮是粗粗的、外觀是綠色的，全班小朋友說是絲瓜嗎？老師說答對了！草莓班小朋友好聰明呀！



\*泥土上~~耀傑：空心菜。 宣樺：西瓜。 可璿：西瓜。  
 \*泥土裡~~哲睿：蘿蔔長在泥土裡面。 久程：竹筍長在地底下。  
 聿謙：馬鈴薯長在泥土裡面。 昱荃：想了很久花生長在泥土裡。  
 老師：小朋友都很棒會將自己知道的和大家分享，其實還有很多的蔬果都是長在哪裡呢？我們一起來發現吧~~。



※分享喜歡吃什麼蔬果呢？ 唯楓：草莓和大白菜；因為很健康。

玄恩：喜歡吃香蕉；因為吃起來軟軟甜甜的。

久程：西瓜、玉米、空心菜；這些食物都很營養。

善凱：喜歡吃玉米、香蕉、紅蘿蔔、蘋果；因為吃了會變健康。

鎧耀：喜歡吃鳳梨、葡萄、哈密瓜、花椰菜；因為會很健康。

昱荃：葡萄因為可以補血，是大哥哥告訴我的，因為哥哥說他的學校有教。

妍熙：西瓜、紅蘿蔔、草莓、有圓圈的蔬菜都喜歡吃；因為會讓我變漂亮。

沅絮：蓮霧和橘子、香蕉、娃娃菜、大白菜、白蘿蔔；因為會讓我身體健康。

耀傑：我喜歡吃玉米、紅蘿蔔、地瓜葉、青蘋果；因為他有很多維他命C和水份。

哲睿：橘子、蘋果、玉米、飯、大白菜；還有很多的青菜；因為他會讓我長大和健康。

榕恩：櫻桃、番茄、橘子、高麗菜、花椰菜、青椒；因為這些都很健康有維他命C。

喆峻：水梨和芭樂；因為吃起來脆脆的很甜，只要農夫種的青菜我都喜歡吃，因為會讓我長高長大。

宸樑：藍莓和芒果，大白菜和高麗菜；這些很多營養吃了會長高，不會讓身體生病。

庭瑜：鳳梨、芒果、香蕉；紅蘿蔔、花椰菜、高麗菜；因為我喜歡吃會讓我變可愛和漂亮。



※老師拿出神秘箱將不同的模型蔬果放入，並請幼兒摸一摸說出蔬果特徵。

庭瑜：不知道（白蘿蔔）。 佩靜：摸起來尖尖的滑滑的～芭樂（青蘋果）。

侑真：不知道（蘆筍）。 從喻：摸起來感覺是綠綠小小的～（香瓜）。

鎧耀：摸到軟軟的～（橘子）。 沅絮：摸到圓圓的有點凹凹的～（柳橙）。



- 聿謙：摸到細細長長的～（蔥）。尚宸：摸到刺刺長長的～（小黃瓜）。
- 妍熙：摸到軟軟的滑滑的～（大南瓜）。
- 喆嘜：摸起來刺刺的圓圓的～（榴槤）。
- 善凱：摸到滑滑的粗粗的蒂頭～（柚子）。
- 思元：摸到胖胖圓圓的有一點滑滑的～（香瓜）。
- 可璿：摸到有一點圓圓的、滑滑的～（小花生）。
- 久程：摸到有葉子刺刺的，身體也是刺刺的～（鳳梨）。
- 羿淳：摸起來滑滑又溜溜的，有點短短的梗～（葫瓜）。
- 榕恩：摸到有一個小洞，有一個葉子的感覺～（絲瓜）。
- 依彤：摸起來感覺摸到洋蔥的形狀是綠色的～芭樂（西洋梨）。



※觀察摸一摸蔬果有何不同？並切開蔬果請幼兒觀察內部構造不同？再利用蔬果剖面圖片讓小朋友在來尋找做配對，最後展示老師準備好的蔬果乾（如有檸檬乾、芒果乾、芭樂乾、龍眼乾、苦瓜乾…等），這時哲睿說我有吃過火龍果乾，小朋友也分享自己認識的果乾ㄟ。

- 善凱：草莓乾。 尚宸：香蕉乾。 喆嘜：葡萄乾。
- 宸傑：芭樂乾。 宣樺：橘子乾。 昱荃：哈密瓜乾。
- 老師：除了水果可以做成果乾以外，還有哪些蔬菜會做成乾？
- 子琪：吃過馬鈴薯乾。 沅潔：茄子乾。 羿淳：辣椒乾。 喬瑄：小白菜乾。



※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果和剖面以及生長的地方都更加認識了，原來有很多的蔬果也是可以製作成蔬果乾，因疫情的關係所以無法每一樣都讓小朋友品嚐到，小朋友可以和家人進行討論分享且可以吃吃看不一樣的蔬果乾ㄟ。





活動名稱：小廚師

活動內容：

※老師展示麵粉包裝給小朋友看，在家裡是否看過家人拿過這麵粉做什麼呢？老師說明以前家人是如何製作麵茶的。

- 聿謙、久程：我媽媽有拿麵粉做過餅乾。
- 依彤：媽媽有用麵粉做愛心餅乾。
- 渝愷：看過阿公阿嬪用麵粉做過吐司。
- 子琪：麵粉可以做成地瓜球。
- 庭瑜：看過阿嬪用麵粉做過甜甜圈。
- 意翔：看過媽媽用麵粉做鬆餅。
- 榕恩：看過阿公用麵粉做披薩。
- 善凱：我們全家用麵粉有做過吐司。
- 尚宸：有看過阿嬪用麵粉做饅頭。
- 睿綸：有和姨婆用麵粉做過甜甜圈。
- 沅絮：有看過宜蘭的阿嬪做過蘿蔔粉。
- 宸樑：我的土城阿嬪有用麵粉做過白米飯。
- 哲睿：老師上課的時候有看過麵粉可以拿來做冬粉。

※老師將麵粉和水一起加入來攪拌示範給小朋友看變成麵團了，接著請小朋友可以試著用搓、揉、捏、壓…等不同方式進行搓揉麵粉糰囉~，並且摸一摸不同的麵粉會有不同的觸感，分享~~。

- 侑真：我做了一個三角形。
  - 從喻：我要做鬆餅。
  - 久程：我要做麵包。
  - 昱荃：我要做一個湯圓。
  - 喬瑄：做長長的麵條。
  - 善凱：我要做吐司。
  - 思元：我做了一個大球。
  - 可璿、佩靜：我要做甜甜圈。
  - 沅絮：我要做一個飯糰。
  - 鎧耀：我要做的是火龍果的水果。
- 大部分的小朋友都說自己做的是甜甜圈ㄟ。

※老師提供了麵粉、木薯粉、太白粉，請小朋友摸一摸感覺哪一種比較舒服？拿著黃色的圓點貼紙貼在紙板上，麵粉有 13 票、木薯粉有 6 票、太白粉有 10 票，老師將這 3 種粉加入白開水來攪拌讓小朋友來觀察摸摸看，請孩子來投票哪一種好玩？麵粉加水有 20 票、木薯粉加水有 15 票、太白粉加水有 18 票。



※假如在家中有麵粉你想做哪一道美食？

- 喬瑄：想和爸爸、媽媽做蛋糕。
- 榕恩：想和爸爸、媽媽做彩色蛋糕。
- 聿謙：想和爸爸、媽媽做餅乾。
- 羿淳：想和爸爸、媽媽做海綿蛋糕。
- 唯楓：想和爸爸、媽媽做甜甜圈。
- 子琪：想和爸爸、媽媽做草莓鬆餅。
- 可璿：想和姐姐做一起做鬆餅。
- 沅絮：想和爸爸、媽媽做彩虹軟軟糖。



睿綸：想和爸爸、媽媽做鬆餅。      庭瑜：想和爸爸、媽媽做草莓蛋糕。  
 渝愷：和爸爸、媽媽做。      耀傑：想和爸爸、媽媽做鬆餅，全家一起吃。  
 久程：想和奶奶做海綿蛋糕。      喆峻：全家人還有阿嬤來我們家一起做大披薩。  
 哲睿：全家人一起做蛋糕。      善愷：想和爸爸、媽媽和弟弟做噴火龍的蛋糕。  
 妍熙：想和爸爸、媽媽做彩虹蛋糕裡面放巧克力。  
 依彤：想和爸爸、媽媽做鬆餅，和大家一起吃。  
 意翔：想和爸爸、媽媽做鬆餅，全家一起吃。  
 昱荃：想和爸爸、媽媽和哥哥一起做海綿蛋糕。  
 佩靜：想和爸爸、媽媽做海綿蛋糕裡面可以加紅豆，全家人一起吃。  
 宸樑：想和爸爸、媽媽做水果蛋糕，上面很多的水果還有放汪汪隊上去，全家人一起吃。



※透過活動讓孩子認識麵粉並且摸一摸，感受不同的麵粉，最後也讓孩子進行揉麵糰的活動，孩子從中也瞭解麵粉可以做出許多不同好吃的食物。



活動名稱：(一) 牛奶補給站

活動內容：※詢問幼兒喜歡喝牛奶嗎？有什麼好處？ 侑真：喝1杯牛奶對身體有營養。

玄恩：喜歡喝牛奶一天會喝兩杯。 喆嶸：早上起床的時候喝，會變成大力士。

宣樺：喜歡喝牛奶，會讓我長高。 妍熙：喝一杯牛奶對身體會有活力、健康。

意翔：早上起床的時候喝，會幫助快長大不會中暑。

唯楓：喝一杯牛奶是在喝晚上睡覺的時候喝，對我們身體會長高。

依彤：喝兩杯牛奶，早上起床的時候和下午回家的時候喝，會長高有營養。

耀傑：喝3杯牛奶早上的時候喝和中午喝，第3杯是晚上喝牛奶會健康。

渝愷：中午睡覺起來喝和下午上課回家的時候喝牛奶對身體有營養而且會保護我們身體不會讓你生病。

榕恩：喝3杯牛奶第一杯是早上起床、第二杯是中午喝、第三杯是晚上喝，對我們身體會長高，放假在家的時候中午也會喝一杯。

依彤：我喜歡喝牛奶，早上起床的時候就是喝一杯牛奶，會去散散步給太陽公公曬一曬，就會長高。

※想一想；牛奶從哪來？ 宸樑：牛擠出來的。 哲睿：是從肚子擠出來的。

善凱：costco買回來的。 佩靜：再用桶子裝起來。 唯楓：冰箱拿出來。

子琪：牛的肚子有奶奶的地方擠出來的。 喬瑄：從牛身上來的。

榕恩：牛牛尿尿的地方來的來我們再買回來。 睿綸：從超市買回來。

佩靜：牛擠出來，從肚子裡面擠出來。 鎧耀：從牛尿尿的地方擠出來的。

妍熙：從牛的屁股擠出來的。 久程：從牛的身體出來的。

尚宸：農場裡面的牛擠出來的。 從喻：便利商店買回來的。

意翔：那個擠牛奶的人，擠出來之後再把它賣到商店是賣商店。

昱荃：是從農場裡一個養牛的人，老闆給牛喝了很多的水之後會有牛奶出來，我們就牛奶可以喝。

羿淳：養牛的人從牛的肚子裡面擠出來的，擠出來之後在去實驗室檢驗一下看看牛奶有沒有合格能喝。



※請孩子說一說；想一想，有哪些的水果可以和牛奶打成在一起變成好喝的果汁牛奶呢？

哲睿：蘋果加牛奶，打成蘋果牛奶和西瓜牛奶。

老師~哲睿很棒說了蘋果牛奶以後小朋友都紛紛的說出其他的水果牛奶呢！

可璿：葡萄牛奶。 宸樑：木瓜牛奶。 聿謙：草莓牛奶。

唯楓：柳橙牛奶。 尚宸：柚子牛奶。 善凱：榴槤牛奶。

佩靜：楊桃牛奶。 睿綸：芒果牛奶。 宣樺：葡萄變成葡萄牛奶。

羿淳：可以跟香蕉打在一起，變成香蕉牛奶。 妍熙：水梨牛奶。

久程：把全部水果打在一起變成綜合水果牛奶。 耀傑：火龍果牛奶。

※分享提問幼兒牛奶可以製成哪些乳製品與點心？泡杯香醇的牛奶來聞一聞，並說出感覺如何？ 喆嶸：很香的味道。 喬瑄：溫溫的味道。 久程：摸起來熱熱的感覺。



子琪：香香溫溫的。    玄恩：很香的味道。    耀傑：香香濃濃、脆脆的味道。  
 依彤：香香甜甜有想喝的感覺。    意翔：很甜很香的味道。  
 宸樑：溫溫的喝起來很舒服的感覺。    思元：香香的柔柔暖暖的。  
 佩靜：香噴噴的味道有冒泡泡。    唯楓：有牛奶的味道很香。



活動：(二) 神奇的豆子

※詢問幼兒豆子的家藏在哪裡？種籽是怎麼長大的？故事動畫：「傑克與魔豆」和「子兒，吐吐」進行探討各種不同種類的種籽，老師將事先準備好的種籽和堅果類（如有~橘子、葡萄、絲瓜、小白菜、哈密瓜、玉米粒、紅豆、綠豆、檸檬、柿子……等）種類，讓幼兒們來進行觀察並比較各種種籽的差異。

耀傑：豆子長在泥土裡面。    久程：豆子藏在水果裡。    庭瑜：西瓜裡面也有籽籽。  
 昱荃、羿淳：草莓有籽。    子琪：藏在泥土裡。    依彤：藏在泥土裡會發芽長大。  
 侑真、善凱：百香果裡面有籽籽。    喬瑄：籽籽藏在泥土裡會長高長大。  
 聿謙：種草莓跟泥土在一起長大之後變一棵一棵草莓長大成熟。



※最後老師提供塑膠杯來種植綠豆做觀察，並附上一張親子學習單，請小朋友帶回家與家人一起來觀察綠豆的生長過程記錄下來，完成後在帶至班上與老師、小朋友做分享。  
 ※一連串的探討牛奶和各種不同種類的種籽和堅果，讓幼兒進行觀察並比較各種種籽的差異和泡牛奶喝牛奶的好處多多，以及圖畫書和故事動畫欣賞介紹分享，小朋友都精彩熱絡的參與活動表現都很棒！



