

社子國小「ECO 生態小玩童，在地食農藝饗家」

校本課程實施成果

課程主軸	米之子	單元名稱	米食小當家
授課教師	洪書蕾	授課年級	一年級
			
說明：好多好吃的米飯繪本導讀	說明：教師介紹常見的米食料理		
			
說明：教師讓學生透過感官來觀察米	說明：介紹煮飯的器具		
			
說明：動動腦，學習計算需要幾杯米	說明：學生動手學習洗米		



說明：自己按下電鍋開始煮飯



說明：我們的白飯煮好囉！



說明：自己煮的飯特別香，把整鍋白飯吃光光。



說明：介紹紫米飯糰和一般白糯米飯糰的材料。



說明：動動小手做飯糰



說明：我們的飯糰成果

教師教學省思

近年來，國人受飲食西化的影響，造成很多小胖子，平時觀察學生在學校用餐時，很多孩子都比較喜歡吃漢堡、PIZZA 和麵食類，有明顯的偏食現象，本課程介紹各國的米食料理及常見的米食料理，並透過動手做飯糰的活動，增進學生對米食的認識與喜好。

本學區的孩子大多生在三代同堂的大家庭，平時家事多由長輩做好，很少有機會接觸洗米煮飯，本課程讓孩子練習計算幾碗飯要洗幾杯米，透過動手操作，意外的發現低年級的孩子也能從中建立了一半、 $1/2$ 的概念，孩子學會如何洗米煮飯後，回到家可以幫忙分擔家事，成為能幹的小幫手。

學生回饋

苙廷：動手做飯糰真好玩，老師教我們做了 2 個飯糰，一個是很多層的彩色飯糰，是要送給媽媽的點心，一個是我最愛的肉鬆蛋飯糰，讓我忍不住一口接一口，好期待下次的課程。

欣于：老師介紹了很多的米食料理，有本國料理還有國外的米食料理，尤其日本的可愛創意便當讓我印象最深刻，讓還沒等到中餐的我肚子早已咕嚕咕嚕叫，今天的課讓我意猶未盡。

子騰：第一次學煮飯，從量米、洗米、加水道按下電鍋開關，就非常期待，最後品嚐到自己煮的飯，真是特別好吃，我總共吃了 3 碗飯，原來煮飯這麼簡單，從今以後我可以在家幫忙煮飯，成為一個小幫手了。

家長回饋