

一、課程設計構想

1.米好的前情提要

延伸主題「社區趴趴GO」--芯彤阿婆在冬天教導孩子用在來米漿+蘿蔔絲作出蘿蔔糕、在清明節用糯米漿+艾草漿做出年艾版、社區發展協會邀請孩子參加新丁版節做新丁版；主題「峰遇雞緣★豐裕機緣」中，孩子用生米成功吸引雞群的注意力、用穀殼、稻草鋪設布置剛出生的小雞窩與母雞孵蛋窩；龍年過年後，孩子假期繪圖分享自己家的年夜飯裡也有許多好吃的米作美食。於是，老師協助孩子串聯、統整並且用米發想，玩出一連串「米好的味道」。



2.米好的開展

孩子們從最簡單的米飯開始研究，發現不同的水量煮出來的米飯，軟硬度竟然不一樣！接著融入客家文化—過年吃甜版(年糕)，如果一樣的食譜，但原料呈現模式不一樣，吃起來還會一樣嗎？孩子透過實作→五感觀察→比較異同→口感評鑑→紀錄最好吃的食譜，再繼續類化玩其他米做食譜實驗，一次次堆疊經驗，一次次加深拓廣知識庫，讓孩子有更想玩更多的好奇心與動力！

而收集許多米做食譜的孩子，有時還是會忘記或看不懂食譜上的內容，於是老師陪著孩子觀察網路上有哪些方式可以呈現食譜，我們收集到有影音、圖片、文字的方式…，曼寧說：「可不可以用錄音的呢？」當然沒問題！孩子運用聽點讀筆經驗，在自己畫的食譜上貼點讀貼紙、錄音，在烹飪時，如果忘記步驟就可以使用點讀筆聽聽；分享給其他人也不怕別人看不懂，因為可以「聽」食譜！孩子們也從中練習怎麼說，別人才聽得懂，將語句說順暢、說完整，也順便將食譜記住囉！

身為原住民重點學校的我們，泰雅的米食文化也環抱著我們的日常，泰雅長老帶領我們隨著節氣-櫻花盛開時節，種下主要糧食—小米，並請孩子們要共同努力「開墾田地」清理雜草、整疏細苗，期待小米能順利豐收。並在感恩月母親節邀請泰雅文化傳承者古屏生老師教導孩子用糯米等食材製作香蕉飯與獵人飯包，體驗泰雅傳統使用糯米做出好吃的美食。



3.米好的感恩

在許多次米料理之後孩子經歷烹飪過程有許多繁瑣的步驟，且要注意衛生不能馬虎帶過；在種植小米活動中做了鬆土、取小米種子、播種、除草、疏苗、等待小米成熟，孩子感受到農夫耕作與耐心等待的辛苦。孩子才知道原來每天吃到的每樣食物是如此的得來不易。以前唸餐前感恩都是老師帶領著，孩子不一定會唸；現在都很主動唸出：「感謝上天、感謝農夫、感謝廚師阿姨煮飯給我們吃，萱萱老師請吃飯、雅芳老師請吃飯，大家慢慢用開動。」才開始吃飯，已經不需要老師提醒了呢！

米好的味道



米好玩實驗

◆ **玩煮白米飯**
教案一

- ◇ 在來米粉做紅板
- VS 在來米漿做紅板
- ◇ 蓬萊米粉做甜板
- VS 蓬萊米漿做甜板

米好玩節慶



◆ **新丁板慶新生兒**
教案二

- ◇ 泰雅小米祭
- ◇ 吃甜板好過年



小廚師養成營

◆ **手繪語音食譜**
教案三

- ◇ 米食譜收集中
- ◇ 小小主廚秀

三、課程目標

身體動作與健康	身-2-2 熟練各種用具的操作
認知	認-1-1 蒐集生活環境中的數學訊息 認-1-2 蒐集自然現象 的訊息 認-2-3 整理文化產物訊息間的關係
語文	語-1-4 理解生活環境中的圖像符號 語-1-7 理解文字的功能 語-2-5 運用圖像符號
社會	社-3-3 關懷與尊重生活環境中的他人
美感	美-1-2 運用五官感受生活環境中各種形式的美

活動名稱	玩煮白米飯		
活動概念	米好玩實驗	教學對象	小中大混齡蝴蝶班
學習指標	1. 認-大-1-1-3 辨識生活環境中數字符號的意義 2. 認-小中大-1-2-2 觀察自然現象特徵的變化 3. 認-中-2-3-2 與他人討論生活物件特徵間的關係		
活動目標	1. 能說出米杯上數字代表的意義 2. 用五官觀察三杯米飯的差別 3. 能說出並與他人討論三杯米飯的口感、外觀、觸感		
活動方式	<input checked="" type="checkbox"/> 團體 <input type="checkbox"/> 分組 <input checked="" type="checkbox"/> 學習區 <input type="checkbox"/> 個人	活動時間	120 分鐘(約三天)

引導重點及活動歷程

◎飯該怎麼煮？

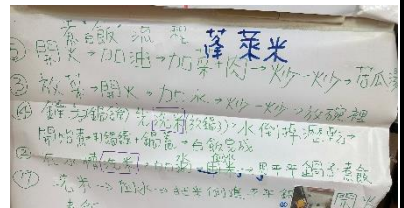
1. 米最簡單、最常見的料理應該就是煮白飯了！不過班上的承宸並不喜歡吃白飯，希望可以透過洗米→煮飯的過程引起孩子的興趣，進而享受食用白米飯。

2. 詢問孩子家中煮飯的經驗，煮飯流程是什麼呢？

芯彤：開火→加油→放菜+肉→加水→炒一炒→放碗裡

承宸：放菜→開火→加水→炒一炒→放碗裡

等等…孩子們分享的「煮飯」流程，比較像是「煮午餐或晚餐」的流程，應該跟家長常用語「我要去煮飯囉！」有關，於是老師請孩子回家訪問「煮白飯」的流程。



◎一起做實驗：玩煮白飯！

1. 隔天曼寧跟宥潤帶著跟媽媽拍的煮白飯流程來分享，煮白飯要先洗米→裝米的鍋子要裝水→放進電鍋→電鍋也要加水→要按下開關→跳起來就煮好了！

老師：請問裝米的鍋子要加多少水呢？ 曼寧聳聳肩：媽媽沒有告訴他。

彥程：我知道！我媽媽說不用加水！ 芯彤：我阿婆都加一杯水 宥潤：媽媽好像有加一點點水…

老師：那你們家煮出來的飯好吃嗎？ 小孩異口同聲地說：很好吃！

好喔！我們在學校試煮看看！

2. 與孩子一起規劃實驗的控制變因：米量一樣、電鍋一樣、電鍋水量一樣；應變變因：米鍋裡的水量分別是 1 杯水、半杯水、沒有水。

3. 開始實驗：先洗米→分別加水到米鍋裡→進電鍋、電鍋裡加一杯水→按開關等煮好→測量每一變因可以產生的米飯量→觀察實驗結果。

◎是硬硬的？還是軟軟的？

1. 品嚐並講評實驗產物：一杯水的飯、半杯水的飯、沒有水的飯
2. 使用五官與手觀察並說說看每杯米飯的異同。
承宸：沒有水的飯摸起來好硬，吃起來也好硬喔！但是我喜歡！
曼寧：一杯水的飯跟半杯水的飯吃起來很像，可是一杯水的軟一點...
3. 投票最喜歡的一杯飯。

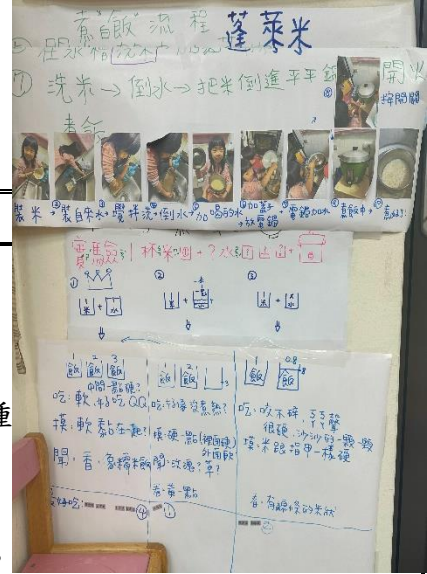
◎還要玩其他米實驗！

1. 繼續探索其他有趣的米作食譜。



學習評量

1. 老師活動中進行觀察：孩子能正確指出半杯水的刻度為4、一杯水的刻度為8、沒有水量就是0，並且倒入正確水量。
2. 孩子們可以使用五感(視覺-眼睛看、嗅覺-鼻子聞、味覺-嚐味道、觸覺-摸捏壓、聽覺-耳朵聽)觀察並口述分享。



教學省思

一開始孩子們說出煮飯流程時，讓老師感到一頭霧水，不過老師還是讓大家都分享一輪後開始討論，一方面是想讓孩子回顧舊經驗，也同時收集孩子們在家的烹飪經驗。原來口頭禪的「我要去煮飯囉！」讓孩子誤會這麼深，也算是趣事一談。而煮米飯的實驗原先老師設想是煮「不一樣的米」，來辨別每一種米的口感。當我們聽到孩子分享煮米水量不同時，我們馬上調整方向來解決孩子們的疑惑。沒有想到也是有孩子喜好「沒加水的米飯」明明就是超硬的啊！最後將整個活動流程以海報方式呈現，孩子就可以用空白時間去察看回顧。

活動名稱	新丁版慶新生兒		
活動概念	米好玩節慶	教學對象	小中大混齡蝴蝶班
學習指標	社-小中大-3-3-2 尊敬長輩，喜愛與感謝家人 美-小-1-2-1 探索生活環境中事物的色彩、形體、質地的美 美-中大-1-2-1 探索生活環境中事物的色彩、形體、質地的美，感受其中的差異 身-中-2-2-2 綜合運用抓、握、扭轉、揉、捏的精細動作		
活動目標	1. 感受與感謝新生命誕生的美好情誼 2. 欣賞瑞蘭老師提供的紅版壓模 3. 製作出烏龜形狀的新丁版		
活動方式	<input type="checkbox"/> 團體 <input checked="" type="checkbox"/> 分組 <input type="checkbox"/> 學習區 <input type="checkbox"/> 個人	活動時間	180分鐘(約1-2週)

引導重點及活動歷程

◎承宸媽媽肚子裡有小寶寶！

1. 在過年後已實驗：分別用蓬萊米粉、蓬萊米漿做甜版(年糕)，孩子可以分辨-蓬萊米粉做的甜版口感較為硬彈；蓬萊米漿作的甜版較軟、延展性較好。孩子開始好奇其他米作食物是否也能像紅版一樣做米粉、米漿的實驗。
2. 於是老師設計「好吃的米作食物有哪些？」學習單，邀請家長分享自家的米作料理。
3. 承宸分享：「我媽媽肚子裡面有小寶寶喔！」曼寧：「我有看過小桃妹！裡面說生小寶寶要吃千金版或是新丁版！」宥希：「我媽媽說新丁版就是紅版！也是紅龜粿！」宥潤：「紅版也可以做米粉、米漿實驗嗎？」老師：「好問題！說不定我們可以去圖書館借書來參考喔！」



◎是千金版還是新丁版呢？

1. 曼寧很主動約媽媽去圖書館幫忙借小桃妹，不過媽媽表示小桃妹不能外借，可以拍圖提供蝴蝶班參考。
2. 孩子們從繪本小桃妹裡得到千金版的食譜，並了解生兒子做的新丁版是烏龜的形狀；生女兒做的千金版是桃子的形狀。
3. 老師協助將食譜畫在白板上提供孩子們參考，孩子總共製作三次：
 - 第一次— 依照食譜使用在來米粉，由老師協助孩子記憶食譜步驟、孩子依序排隊參與烹飪過程。
 - 第二次— 老師與孩子一起討論調整米漿食譜步驟。同時烹飪米漿、米粉紅版，待紅版出爐後邀請美食鑑賞家教導主任、會計主任、護理師、廚師梅華阿姨，一起品嚐並選出最喜歡的食譜。最後由-米粉紅版勝出！
 - 第三次— 我們請承宸先回家詢問媽媽肚子裡面的是男寶寶還是女寶寶，再決定是要做新丁版還是千金版。承宸回報是的弟弟！那我們就來做烏龜形狀的新丁版！



〈孩子們依小桃妹故事裡的新丁版食譜製作送給承宸家的寶寶，認真地壓一壓再小心的脫模...〉

◎送給寶寶最好的祝福~

1. 孩子很認真地將烏龜的形狀、紋路壓出來，並設計、製作祝福卡片希望承宸媽媽與小寶寶可以平安健康。
2. 邀請承宸媽媽來學校接受大家的祝福。

◎「藝」起來做手繪食譜吧！

1. 紅版的食譜可以分成「米漿做紅版」與「米粉做紅版」，如果都畫出來應該就可以提供給大家參考呢！



學習評量

1. 孩子能選擇適合的祝福語詞寫畫在卡片上，送給承宸媽媽。
2. 用手撫摸壓模雕刻的紋路與眼睛欣賞紅版呈現壓模的形狀。
3. 在製作紅版時，能嘗試將紅豆餡包入紅版中，並放入壓模壓出形狀。

教學省思

「新丁版慶新生兒」這個節慶不管在閩南人或是客家人都有此習俗，只不過閩南人稱為「紅龜粿」。不過身在客家庄的我們，難得遇到這種不定時的節慶，一定要入境隨俗一下的！還好曼寧已經有看過繪本小桃妹的經驗，可以提供相關常識給同學，真是老師的好幫手！也感謝曼寧媽媽的協助，讓孩子有看電子書的感覺。也因為去年社區曾辦過新丁版節，邀請阿婆教導孩子製作新丁版，孩子們在此次製作新丁版時更能感受用「新丁版慶新生兒」的喜悅，這是相當難能可貴的經驗。

活動名稱	手繪語音食譜		
活動概念	小廚師養成營	教學對象	小中大混齡蝴蝶班
學習指標	語-小-1-4-1 覺察生活環境中常見的圖像符號 語-大-1-4-1 以生活環境中的線索詮釋符號的意義		

語-中大-1-7-2 知道能使用文字記錄與說明
 語-小-2-5-2 運用簡單的圖像符號標示或記錄
 語-中大-2-5-2 運用自創圖像符號標示空間、物件或記錄行動

- 活動目標
1. 能共同討論食譜呈現方式
 2. 能畫出適合食譜步驟的圖示或文字
 3. 為自己的食譜錄音

活動方式 團體 分組 學習區 個人 活動時間 180 分鐘(約兩週)

引導重點及活動歷程

◎食譜步驟好難記

1. 在製作紅版食譜時，由一開始老師主導烹飪流程、安排每位孩子該做的事項，孩子只要聽從指示完成步驟就可以吃到成品。到老師與孩子討論食譜的每一步驟，孩子了解並記憶老師畫的食譜，並嘗試與同儕完成烹飪步驟做出紅版。
2. 等到開始製作紅版時，許多孩子就開始游走，只有曼寧跟彥程很主動並指揮其他孩子來，但是宥希跟宥潤就抱怨自己做到的步驟太少了！另外，曼寧做到第二步驟之後就忘記接下來的流程了！其他小孩就都沒有記住！大家面面相覷了許久，才請老師幫忙…。



◎有系統的規劃烹飪流程！

1. 老師請孩子回顧自己在烹飪中遇到的難題：

宥潤：我昨天做到的步驟很少！曼寧做的比較多…

曼寧：我哪有！那是因為你跑去別的地方啊！（快吵起架來了！）

老師：我昨天有看到曼寧很專心的在秤重，而宥潤也有在旁邊幫忙看，只是量太久了，宥潤跑去上廁所了，對嗎？（宥潤點頭）除了工作分配的問題，還有其他的嗎？

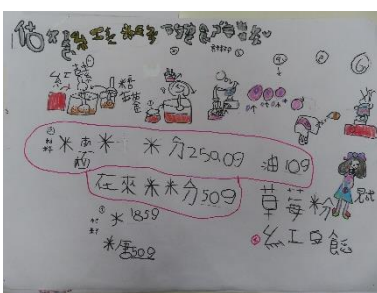
彥程：我們測量完材料就忘記接下來要做什麼了…。

老師：可是白板上也有步驟可以參考呀！ 彥程：可是我們看不懂…。

2. 沒關係，我們一起審視每個步驟！

老師：不然我們每個人都練習畫下紅版食譜步驟，再來看看怎樣子畫大家才看得懂。

每個人每畫到一段落就邀請大家一起討論需要增加哪些說明會更看得懂。孩子們一起努力，一起察看審視其他人不足的地方一起進步！



〈看不懂老師畫的?! 沒關係我們一起討論，把每個步驟畫仔細，就不怕會忘記!〉

◎語音食譜上線！

1. 老師提供 IPAD 讓孩子上網搜尋食譜呈現方式，孩子輸入關鍵字「紅版食譜」，立即跑出影片、圖片食譜。

彥程：有影片可以看怎麼做紅版耶！ 芯彤：對呀！好清楚喔！就像老師在教我們一樣！

老師：所以我們要錄食譜影片嗎？ 曼寧：蛤~~那也太難了！我不敢…。

老師：沒關係~我們一樣畫食譜，用說介紹食譜給大家。 彥程：啊！我們可以用點讀筆錄音呀！

老師：可以請你在說更清楚一點嗎？

彥程：我們可以將每一頁的步驟，我們說然後用點讀筆錄起來，之後就可以用點讀筆撥放來聽！

曼寧：好主意耶！這樣就算看不懂，用聽的也可以！

2. 老師特別到竹東圖書館借米作食譜回來讓孩子們參考，孩子從中選了四個料理：米布丁、芋圓、豆皮壽司、米蛋糕。孩子們選擇自己要操作的步驟繪製圖片、增加文字說明、最後反覆練習步驟說明→錄音！
3. 經過自己繪製食譜加錄製食譜語音，孩子們都能在烹飪時說出步驟裡的流程，並且順利的完成步驟，料理過程相當順利！
4. 在多次食譜繪製之後，孩子更能畫出大家都懂的圖示與文字，語音也越錄越快越流暢！

◎說不定我們可以舉辦食譜展呢！敬請期待~。



〈孩子們自己選擇食譜步驟手繪，自己錄音說明！〉

學習評量

1. 在共同審視食譜中，可以提出適合同學的建議。
2. 為料理步驟設計出適合的圖示與使用文字提示。
3. 在練習之後可以錄音食譜。

教學省思

我們都很習慣為孩子設想好一切，並且讓他們舒服地完成烹飪，只因為擔心不安全。不過這樣的流程孩子沒辦法記住，因為那些都是老師想好的，並不是孩子後設認知建構出來的。於是我們換一種方式—由同儕協助審視自己記憶中的食譜流程：先畫下來大概的步驟，大家一起看一起討論，再各自回位子逐一增加圖像或文字說明。一次次的調整趨近於完整，孩子也從中建构烹飪流程的樣態，以類化到接下的料理步驟中。基礎功夫做好了，烹飪過程也就安全了。



孩子可以互相幫忙
獨立完成烹飪