



彰化縣民權華德福  
實驗國民中小學  
教學分享



~與我們一起實踐善美真~

## 二年級養生課教學分享

分享者：蔡佳琪老師

養生課程的主要目標有四，其一是能透過實物操作，學習運用雙手及身體工作，培養生活的能力；其二是結合季節、節慶、節氣及大自然的產物，透過料理經驗這個世界；其三是認識食物的合成、分解，建立正確的飲食觀念，其四是過程中所運用到的計量方法及工作技巧，能作為學習的基礎。這學期我們總共進行了五次養生課程，從一年級開始一次次的養生課程進行，到了這個學期，明顯看到孩子們清楚知道怎麼工作，看到孩子們的進步與轉變，每次養生課程，從準備工作到收拾工作，孩子們能自動自發的進行工作，並且能細心、細緻的完成任務。其中，杯子蛋糕的課程最讓老師印象深刻，我們在一年級曾經有過製作八吋蜂蜜蛋糕及杯子蛋糕的經驗，然而當時僅只有五個孩子，在與孩子們討論工具及課程的過程，佳琪老師問了「孩子們你們知道蛋糕裡有什麼材料嗎？」，有經驗的孩子能準確地說出低筋麵粉、糖、蛋等等所有食材，佳琪老師覺得很驚訝，經過了一年，孩子們仍記得這麼清楚，因此在製作過程，分成三組，有經驗的孩子，能耐心、細心的引領同學一起工作，慢慢找到適合他們的工作方式。此外，鬆餅及蛋餅的課程也相當有趣，第一次嘗試讓孩子們使用火，學習如何「煎」，孩子們都能記得開始以前老師叮嚀的火源使用方式，這兩次養生課程，最有趣的地方在於，一次是用低筋麵粉、一次用中筋麵粉；一次蛋黃及蛋白需要分開、一次是使用全蛋打蛋；一次用奶油、一次用沙拉油；一次是甜的、一次是鹹的，兩個完全不同的食材準備方式，卻有著相同的料理方式，孩子





古早味蛋餅及香蕉鬆餅，打蛋、切菜、煎餅都難不倒我們！



通力合作，團結力量大！

美好的食物與最敬愛的師長們分享，大家一起享用美時最好吃！

