

【三】教案摘要與理念

1. 教學背景說明：

緣起是基於對幼兒日常餐點反應及飲食互動的細緻觀察。我們發現孩子們對於食物不僅抱持著關心與好奇，更具備了覺察與選擇的能力。例如，孩子們會主動詢問當天的菜單與食材內容，並對綠色蔬菜表達偏好或抗拒。

在這些觀察中，我們特別聚焦於「蔥」這個食材。儘管幼兒園的午餐美味可口，但我們發現「蔥」是大多數孩子會優先挑選出來，且嘗試意願非常低的蔬菜。孩子們會說「老師，這個我真的不敢」、「我不喜歡吃這個」。然而，透過他們對每日餐點的記錄與歸納，孩子們也驚訝地發現「蔥」頻繁出現在各種料理中，卻很少被寫進菜名。這引發了孩子們對「蔥」的強烈好奇，包括它未經料理時的樣貌、觸感、味道，以及「為什麼有的菜餚裡面要放『蔥』？放『蔥』作用是什麼？不放可以嗎？我想放『蔥』可以嗎？」等一連串的疑問。

因此，本教案選擇以「蔥」作為主題，旨在引導孩子們從最初對蔥的拒絕態度，轉變為願意嘗試、接受，甚至喜愛蔥料理，並進一步探究蔥在食物中的意義與價值。本課程於112學年度海豚班進行，該班級由18位大班及8位中班幼兒組成，其中包含2位融合生。

2. 教學創新策略：

在「我們和蔥」的主題探究歷程中，運用了多項創新且實用的教學策略，以深度培養幼兒的食農素養：

- **五感體驗為核心的探索式學習：**

- 課程鼓勵孩子們透過視覺、嗅覺、觸覺、聽覺，甚至推測味覺來探索生蔥，從「看」到蔥的顏色（綠、淺綠、白、咖啡）和形狀（彎彎的、像吸管、像一把劍），到「聞」其酸澀或像檸檬的味道，再到「觸摸」其

軟硬、空心與否，以及「聽」到葉子摩擦的聲音。

- 這種多感官的直接體驗，不僅提升了孩子的學習興趣和投入度，更從感官發現中激發了他們進一步探究的念頭，讓原本拒絕蔥的孩子也開始認識蔥不一樣的一面。

- **問題導向的實作與循環式學習：**

- 課程鼓勵孩子們從實際操作中發現問題（如油鹽量拿捏、工具使用、翻面技巧等），並允許他們嘗試錯誤。
- 面對問題時，孩子們會主動向專業人士（如廚房叔叔阿姨）或有經驗的同儕請教。
- 透過「計畫—執行—討論省思—再計畫—再執行—再討論省思」的循環實驗歷程，孩子們逐步修正與調整做法，積累了實踐經驗，並養成了動手做、與人溝通和堅持的韌性。

- **連結在地資源的跨場域學習：**

- 積極引導孩子們走訪社區的市場與商家（如菜市場、超市、麵店、魚丸湯店、甜甜圈店）。
- 孩子們不僅在市場中學習辨識蔥與蒜苗的差異，也透過與攤販和店家老闆的互動，了解蔥在不同料理中的文化意涵與功用（如增加風味、營養、甚至是「變聰明」的文化說法），並學習如何選擇食材。
- 跨場域的學習，不僅拓展了孩子們的生活視野，更深化了他們與社區的連結和關懷。

- **同儕互動與合作學習：**

- 從個人獨立製作蔥蛋到小組合作完成，孩子們學習在團隊中協商、分工與共同解決問題。
- 透過彼此的提醒、協助和經驗分享，孩子們不僅克服了操作困難，更從中學習到同理他人、關懷合作，並共同體會完成任務的成就感。

- **多元圖像記錄與表達：**

- 運用學習單、圖表、繪畫等方式，引導孩子們記錄觀察所得、整理蒐集到的資訊（如蔥的特徵、蔥蛋食譜、餐點中的蔥樣貌），並進行比較與歸納。
- 孩子們將整個學習歷程與對蔥的認識，透過共同創作繪本《綠寶石之劍》的形式，以圖像與口語具體呈現，展現了統整學習的成果。

3. 教學成效評估：

透過一系列的食農教育探究活動，本教案達成了顯著的教學成效，尤其體現在孩子們對「蔥」的態度轉變、能力的提升及情意發展上：

- **對「蔥」的態度轉變與接受度提升：**課程初期，多數孩子會將蔥挑出或表示不敢吃。然而，經過多感官的探索、烹煮前後的對比（辣味減少，甜味香氣增加），以及親手製作蔥料理的體驗後，孩子們漸漸開始接受，甚至喜愛在食物中出現的蔥。家長也回饋，孩子不再像以前那樣直接拒絕蔥，而是願意練習嚐一口。這份勇於嘗試的態度，也延伸到面對其他不喜歡或未接觸過的事物。
- **動手操作與問題解決能力的培養：**孩子們從獨立製作蔥蛋的初次嘗試，到學習拿捏食材份量、使用工具、控制火候等技巧，培養了高昂的動手操作意願。面對遇到的困難和挑戰，孩子們學會了主動發現問題、推測原因，並透過詢問（廚房叔叔阿姨、同儕）和反覆實驗來修正與調整，逐步建構出屬於自己的解決問題方法。
- **同理他人與關懷合作的情操建立：**從個人作業轉向小組合作製作蔥蛋，孩子們在分工中學習聆聽與理解他人的困難與需求。學會了在團隊中協商、調整工作分配，並在製作過程中互相支援、打氣，共同達成目標，展現出分工合作中更深一層的關懷之舉。透過為老師們製作不同口味的蔥蛋，以及與弟弟妹妹分享蔥蛋，孩子們學會了尊重他人對食物的不同喜好與需求，並體驗到服務與分享的樂趣。

- **訊息整理與表達能力的提升：**孩子們在觀察、採買、訪問、烹飪過程中，持續以圖像和口語記錄與整理資訊，逐步培養出有條理的訊息整理能力。最終，透過共同創作《綠寶石之劍》繪本，孩子們將整個課程的學習軌跡、對蔥的認識，以及與蔥的互動過程，整合為有意義的故事並自信地分享，展現了高階的統整學習成果。

- **生活視野拓展與社區連結深化：**走出教室，走進社區的菜市場和商家，孩子們對生活中的人與環境有了更深一層的關注與關懷。他們不僅認識了社區的資源，也透過與攤販和店家老闆的互動，拓展了生活經驗並習得了實用的生活知識。

整體而言，從主題課程的實踐過程中成功提高了孩子們對「蔥」的接受度，更重要的是，在探究蔥的過程中，培養了孩子們的覺察、選擇、動手操作、問題解決、合作、同理、感恩與分享等多方面的能力與情操。

4. 教學對象

- ☒ 幼兒園 ☐ 國小低年級 ☐ 國小中年級 ☐ 國小高年級 ☐ 一般市民
☐ 國中生 ☐ 高中(職)生 ☐ 大專學生 ☐ 特教生 ☒ 親子團體
☐ 其他_____

5. 教案內容及實施方式

實施場域	幼兒園、家庭	活動時間	約二個月	適合人數	26人
設計理念	源於對幼兒餐點反應及飲食互動的細緻觀察，發現孩子對食物不僅充滿關心與好奇，更具備了覺察與選擇的能力。課程特別聚焦於「蔥」，因觀察到多數孩子初期對其抱持抗拒態度。透過一系列的探索，旨在引導孩子從最初對蔥的拒絕，轉變為願意嘗試與接受，甚至喜愛。核心理念在於：				

	<ul style="list-style-type: none"> • 引導孩子主動探索生活中的食物：從孩子對每日菜單的好奇與記錄中，發現蔥在多數料理中頻繁出現，卻常被忽略，激發孩子對其形貌、口感及烹飪用途的探究慾望。 • 提升對食物的多元感知與價值認同：透過五感體驗未烹煮的蔥，並觀察烹煮後蔥的變化，讓孩子理解蔥的益處，並願意嘗試不同蔥料理。 • 促進實作與解決問題能力：從製作蔥料理（例如蔥蛋）的過程中，讓孩子實際操作，體驗從個人嘗試到團隊協作，並在過程中解決問題、調整做法，積累經驗與能力。 • 涵養關懷、珍惜與分享的情操：透過與師長、同儕、家人及社區商家的互動，了解不同人對蔥的喜好與需求，並將所學所感回饋與分享給他人。最終，將探究經驗轉化為故事創作，傳遞對蔥的認識與對健康飲食的正面態度。 		
學習目標	<p>本主題預設的學習目標包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 覺察辨識蔥與其他類似蔬菜的特徵 • 促進蒐集與整理資料的能力 • 培養關懷與珍愛生活中人事物與環境的情操 		
主題內容流程說明		時間	教學資源
<p>一：蔥的初探與感官覺察</p> <p>從日常餐點中覺察「蔥」的存在，透過多感官直接體驗，初步建立對生蔥的認知，進而培養其辨識能力並引發對食物的好奇與探究慾望。</p> <div data-bbox="173 1682 528 1946" data-label="Image"> </div> <p>階段一：餐桌上的「綠色小精靈」：蔥的初相遇與蹤跡搜查</p> <p>活動一：餐點回憶與初步感受</p>		<div data-bbox="544 1682 901 1946" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> • 實物：新鮮生蔥、蒜苗。 • 圖片：幼兒園餐點照片、家庭餐點照片、市場/超市照片。 • 工具：白板或紀錄紙、筆、學習單（用於記錄感官發現和採買清單）。 • 場域：幼兒園廚 	

<p>引導幼兒分享幼兒園午餐時對綠色蔬菜（特別是蔥）的反應與感受，如「這個我要少一點」、「不喜歡吃這個」、「感覺辣辣的」或「有點香香的」。</p> <p>活動二：「蔥」的五感探索（生蔥） 提供新鮮生蔥，鼓勵親子透過視覺（看形狀、顏色）、嗅覺（聞味道）、觸覺（摸質地）、聽覺（聽聲音），甚至推測味覺，記錄下對蔥的初步印象與問題，例如：綠色、淺綠色、白色、咖啡色；彎彎的、像吸管、像一把劍；聞起來像檸檬酸酸的；摸起來滑滑的、中間空空的。</p> <p>活動三：蔥的蹤跡大搜查 展示幼兒園餐點照片或請親子回家觀察自家餐點、外面餐館的餐點，找出「蔥」的蹤跡，意識到蔥在生活中出現的次數很高。孩子們發現蔥常在料理中出現，卻很少被寫進菜名。</p> <p>階段二：廚房與市場「蔥」探險：誰是「蔥」的好朋友？</p> <p>活動一：廚房「尋蔥」記 帶領親子參觀幼兒園廚房，向廚房叔叔阿姨借蔥，了解廚房如何使用蔥，開啟對蔥來源的探索。</p> <p>活動二：採買清單設計與市場實踐 根據對蔥的初步認識（例如「長得長長的」、「有綠色、淺綠色、白色」、「很像一把劍」），親子共同討論並制定一份「買蔥」的特徵清單。分組前往社區市場或超市，依清單尋找並購買「蔥」。</p> <p>活動三：「青蔥」與「蒜苗」大比拼 回到教室，比較各組買回來的食材，特別是可能買到與蔥相似的「蒜苗」。透過看、摸、聞、嚐等多感官體驗，覺察蔥與蒜苗的差異（如蔥的葉子「像吸管一樣，有圓圓的洞」；蒜苗扁扁的，味道更辣更酸）。</p> <p>活動四：「老闆教我們」：請買錯的組別再次前往市場詢問老闆，獲得明確的辨識指引，加深對蔥的認識，了解葉子形狀是判斷蔥與蒜苗的重要差異。</p> <p>時間：共約 5 小時（分 3-4 次活動進行，每次約 1-2 小時）</p>	<p>房、社區菜市場/超市。</p> <p>• 人力：廚房叔叔阿姨、市場攤販老闆（作為學習的專業引導者）。</p>
<p>二：蔥在料理中的魔法與意義 協助幼兒深入觀察蔥在烹飪前後的變化，理解蔥在食物中扮演的角色與意義，並透過社區訪問，拓展對蔥在飲食文化中價值的認知。</p> <p>• 階段一：午餐「蔥」觀察與紀錄</p> <p>活動一：每日「報食」與觀察約定 師生共同約定每日午餐前的觀察事項，如老師念菜單、觀察哪道菜有蔥、拍照記錄、午休後共同紀錄。</p> <p>活動二：餐點「蔥」樣貌大解析 持續觀察每日營養午餐中蔥的呈現方式（如短短圓圓、一小片一小片、一段一段），並紀錄其在食物中的樣貌與位置。討論蔥在煮熟後的口感與味道變化（例如辣味減少，甜味香氣增加，食物更好吃）。</p>	<p>• 工具：紀錄表/學習單、拍照工具（手機/相機）、白板。</p> <p>• 場域：幼兒園用餐區、社區麵店、魚丸湯店、甜甜圈店等。</p> <p>• 人力：幼兒園護士阿姨（了解菜單設計）、社區店家老闆（提供料理經驗）。</p>



活動三：家庭早晚餐「蔥」蹤跡

鼓勵孩子回家後觀察早晚餐的食物中是否有蔥，持續記錄對蔥的觀察與感受，加深對蔥在生活中存在的意識。



• 階段二：「為什麼要加蔥？」與社區店家大調查

活動一：蔥的益處大猜想

親子討論並歸納食物中加蔥的可能原因，例如「會更有味道，更好吃」、「有營養，可以長高」、「會變聰明」。孩子也可能推測「因為蔥種太多了，所以就都放在食物裡面」。

活動二：社區店家大調查

帶領親子走訪附近麵店、魚丸湯店、甜甜圈店等店家。孩子帶著問題向老闆詢問他們料理中加蔥的原因。透過老闆回饋，驗證並拓展對蔥意義的認知，如讓食物「更香」、「變漂亮」，有鹹味，或讓湯汁更入味。



時間：共約 4 小時（分 2-3 次活動進行，每次約 1.5-2 小時，持續觀察紀錄可貫穿數日）

三：親子蔥蛋大挑戰：從獨立到合作

透過家庭訪問蒐集蔥蛋食譜，首次嘗試獨立製作蔥蛋並覺察問題；

• 實物：蔥、蛋、鹽、油。

<p>進而學習專業廚師的技巧，並透過同儕合作，解決製作蔥蛋時遇到的問題，提升操作熟練度與團隊協作能力。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 階段一：我的第一份蔥蛋：材料、步驟與挑戰 <p>活動一：「家庭蔥蛋大廚」訪問 親子攜帶學習單回家，訪問家人製作蔥蛋所需的材料、工具和步驟。以圖像方式紀錄搜集到的資訊。</p> <p>活動二：蔥蛋「必備」與「可選」大整理 回到教室分享訪問資訊，共同整理出做蔥蛋「一定要有」（蔥、蛋、鹽、油、鍋子、鏟子、湯匙）與「可以有也可以沒有」（如秋葵、玉米、番茄醬、胡椒鹽）的材料工具，以及基本步驟（切/剪蔥、加鹽加蛋攪拌、加油、煎、翻面）。</p> <p>活動三：「我的蔥蛋初試啼聲」 每對親子獨立嘗試製作一份蔥蛋，這是孩子們第一次完整從清洗、整理食材到品嚐的過程。過程中可能遇到如「太鹹」、「油太多」、「蔥太少」、「不會打蛋」、「不知道何時翻面」、「怕燙」等問題。鼓勵孩子品嚐自己的蔥蛋，分享口感與遇到的困難。</p> <div data-bbox="173 853 871 1111">  </div> <ul style="list-style-type: none"> • 階段二：蔥蛋「神助攻」：分工合作與問題解決 <p>活動一：廚房「取經」之旅 再次拜訪廚房叔叔阿姨，觀察他們如何處理大量食材、煎蛋技巧（如油量控制、翻面）。請教遇到困難時如何解決，例如叔叔阿姨提及「可以大家互相幫忙」。</p> <p>活動二：蔥蛋製作步驟優化 根據廚師的建議和上次的經驗，共同討論並調整製作蔥蛋的步驟順序（如洗蔥、剪蔥、打蛋可彈性調整）與細節，例如「洗蔥→剪蔥」、「打蛋」的順序可調整，但後續步驟不可調整。</p> <p>活動三：小組合作「巨無霸」蔥蛋 親子分組，協商分工，共同製作較大份量的蔥蛋（從一人份到全班享用）。學習在團隊中協商、調整、分工（如誰洗蔥、誰打蛋、誰煎蛋），並解決團隊合作中出現的問題（如食材量拿捏、翻面技巧、蛋破損等）。培養互相協助與關懷的能力。孩子們從中體會「動手做、與人溝通和堅持的韌性」。</p> <p>時間：共約 5 小時（分 2-3 次活動進行，每次約 2-2.5 小時）</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 工具：鍋子、鏟子、湯匙、剪刀、打蛋器、學習單。 • 場域：幼兒園烹飪區、廚房。 • 人力：幼兒園廚房叔叔阿姨（提供專業指導）。
<p>四：蔥的創意與美好分享 將先前學習蔥與製作蔥蛋的經驗進行整合，發揮創意製作多元口味的蔥蛋，並將學習成果以口語與圖像方式自信地分享給他人，從中獲得自信與成就感。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 階段一：創意蔥蛋大派對：滿足大家的味蕾 <p>活動一：「老師點餐」</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 實物：蔥、蛋及多種可搭配的食材（番茄醬、玉米粒、九層塔、起司、鮭魚、白胡椒等）。 • 工具：烹飪工

親子小組訪問園內老師們喜歡的蔥蛋口味，紀錄他們的「願望清單」。透過訪問學習聆聽與理解他人不同需求的原因。

活動二：創意蔥蛋研發與製作

依據老師們的願望清單，親子小組規劃並前往社區採買所需食材，製作多種口味的蔥蛋（如原味、番茄醬、玉米、九層塔、起司、鮭魚白胡椒等）。孩子們在合作中學習挑戰服務他人的任務，並深化溝通能力。



活動三：蔥蛋奉獻與分享

邀請老師們品嚐創意蔥蛋，孩子們分享製作心得與口味，從中獲得成就感，並練習服務他人。



• 階段二：「綠寶石之劍」：我們與蔥的故事

活動一：「蔥蛋」菜單設計

共同整理所有創意蔥蛋口味，製作精美的「蔥蛋菜單」。

活動二：與弟弟妹妹分享蔥蛋

帶領親子將蔥蛋菜單和製作的蔥蛋分享給園內其他班級的弟弟妹妹，學習清晰表達和同理他人需求。孩子們從弟妹的好評回饋中獲得成就感，並提升自信心。

活動三：「綠寶石之劍」繪本創作

親子共同回顧與構思課程中的探索歷程，將對蔥的認識、製作蔥蛋的挑戰與收穫，以繪本故事「綠寶石之劍」的形式呈現。故事中可融入孩子對蔥的改變與成長（如從拒絕到願意嘗試），以及透過蔥蛋培養出的合作與解決問題能力，展現統整學習的成果。



具、筆、紙、繪本創作材料（畫紙、色筆等）。

- 場域：幼兒園烹飪區、各班教室。
- 人力：園內老師們、其他班級弟弟妹妹（作為互動對象）。

 	 		
			
<p>↑討論、分工、創作並完成《綠寶石之劍》圖畫書。 時間： 共約 5 小時（分 2-3 次活動進行，每次約 2-2.5 小時）</p>			
<p>其他相關資料 （如活動附件等）</p>	<p>（一）課程前：搜集家長跟飲食相關資源：阿岑阿嬤具丙級廚師證照。 （二）課程中 1. 提供家長參考資源 阿慶師的香煎蔥蛋https://youtu.be/oAg53uI8yJc?si=e-PkusDYwRojiFW9 如何種蔥的好方法！在家種上一盆一年吃不完！ https://youtu.be/evSK88sWwOM?si=f2_UeUG1Cv_pyTov 蔥的農業知識 https://kmweb.moa.gov.tw/theme_data.php?theme=production_m_ap&id=13 蔥類（農業兒童網） https://kids.moa.gov.tw/view.php?func=knowledge&subfunc=kids_knowledge&category=B11&id=62 青蔥文化面概說 https://kmweb.moa.gov.tw/subject/subject.php?id=23517 你知道嗎？就算只是「一根蔥」也可以做出令人感動的料理 https://www.cmmedia.com.tw/home/articles/5869 2. 親子訪問學習單 藉著學習單的家庭訪問，孩子可以藉著口語訪問與圖像紀錄，更清楚知道家中的會料理的人是做了哪些準備，以及如何操作，過程中需要注意的部份，最後完成一道蔥料理。家長亦可了解 （三）課程後：班級報到期中與期末的家長回饋：藉此了解孩子在此課程前與課程後，孩子的表現差異或轉變。</p>		

*如不敷使用請自行增加說明