

台南市東區大同國小 103 學年度第一學期家庭教育教學活動設計

二年級

教學者：

主題 名稱	家庭教育	單元 名稱	異國飲食之旅	適用年級	二年級
				教學節數	3 節
分段能力指標					
語文領域					
5-3-4-4 能將閱讀材料與實際生活經驗相結合。					
3-3-3-3 能有條理有系統的說話。。					
3-3-2-1 能具體詳細的講述一件事情。					
2-3-2-1 能在聆聽過程中，有系統的歸納他人發表之內容。					
2-3-2-4 能簡要歸納所聆聽的內容。					
2-2-1-2 能養成喜歡聆聽不同媒材的習慣。					
5-2-4-2 能讀出文句的抑揚頓挫與文章情感。					
3-2-1-2 在看圖或觀察事物後，能以完整語句簡要說明其內容。					
社會領域					
1-2-1 描述居住地方的自然與人文特性。					
1-3-2 瞭解各地風俗民情的形成背景、傳統的節令、禮俗的意義及其在生活中的重要性。					
1-3-1 瞭解生活環境的地方差異，並能尊重及欣賞各地的不同特色。					
家政領域					
1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。					
1-2-5 製作簡易餐點					
1-1-2 察覺飲食衛生的重要性。					
1-3-4 瞭解食物在烹調、貯存及加工等情況下的變化。					
自然與生活領域					
2-1-1-1 運用五官觀察自然現象，察覺各種自然現象的狀態與狀態變化。用適當的語彙來描述所見所聞。運用現成的表格、圖表來表達觀察的資料。					
3-1-0-1 能依照自己所觀察到的現象說出來。					
2-1-1-2 察覺到每種狀態的變化常是由一些原因所促成的，並練習如何去操作和進行探討活動。					
5-1-1-2 喜歡將自己的構想，動手實作出來，以成品來表現。					
1-3-4-1 能由一些不同來源的資料，整理出一個整體性的看法。					
1-4-1-1 能由不同的角度或方法做觀察。					
1-2-2-1 運用感官或現成工具去度量，做量化的比較。					
1-1-1-1 運用五官觀察物體的特徵(如顏色、敲擊聲、氣味、輕重等)。					
藝術與人文領域					
2-1-6 體驗各種色彩、圖像、聲音、旋律、姿態、表情動作的美感，並表達出自己的感受。					
健康領域					
2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。					
2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點。					
2-2-3 瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。					
教學目標					
1. 認識世界各國的風俗民情。					
2. 增進探索世界各國美食的樂趣。					
統整相關領域					
語文、藝術與人文、自然與生活、社會、家政、健康教育					

教學活動	教學時間	指導要點	教學資源	評量方式	六大議題
<p>準備活動：</p> <p>世界地圖海報(附件 1-1) 世界上最長的壽司繪本簡介(附件 1-2) 日本壽司的由來 (附件 1-3) 日本壽司米的調配方法 (附件 1-4) 捲壽司 (附件 1-5) 握壽司 (附件 1-6) 散壽司 (附件 1-7) 新桃太郎歌曲 (附件 1-8)</p> <p>《『桃太郎』的飯糰》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 教師在黑板上張貼「世界地圖」，引導學童欣賞與觀察。(附件 1-1)</p> <p>(二) 接著，教師詢問學童：地圖中，你知道哪些國家呢？名稱？為什麼會知道？</p> <p>(三) 鼓勵學童自由發表想法。</p> <p>(四) 教師說明： 近年來，臺灣有許多來自外國的人口，為了可以更加認識與了解不同國家的風俗民情與文化，因此我們要藉由這一系列的活動，來窺看多元的國際世界。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)來自東瀛的美食</p> <p>1.教師利用繪本故事，向學童講述「世界上最長的壽司」(三之三)，並請學童猜一猜，全世界最有名的壽司，出自哪一個國家</p>	<p>10</p> <p>15</p>	<p>可約略說明台灣的地理位置，然後再引導學童觀察和認識其他國家</p>	<p>電腦、單槍設備、世界地圖海報 (附件 1-1)</p> <p>繪本：世界上最長的壽司(三之三) (附件 1-2)</p>	<p>專心觀察</p> <p>口頭發表</p> <p>專心聆聽</p> <p>口頭發表</p>	<p>社會領域 1-2-1 1-3-2</p> <p>語文領域 2-3-2-4 3-3-2-1</p> <p>語文領域 3-2-1-2 3-3-2-1</p>

<p>？ (附件 1-2)</p> <p>2.隨即，展示亞洲地圖，讓學童觀察日本與台灣之間的地理位置。</p> <p>3.接著，教師介紹日本國旗及美食”壽司”的背景，和相關種類食材 (附件 1-3)</p> <p>※教師說明：因壽司的樣式不同，所以壽司的包法也會跟著不同。亦介紹捲壽司、握壽司、散壽司。</p> <p>4.並找幾位自願者上台，請學童依隨機零散的壽司圖片，找出相關字卡配對。</p>	15	說明日本地理位置，因四面環海，所此壽司的食材以海鮮為主	<p>亞洲地圖</p> <p>電腦、單槍 (附件 1-3)</p> <p>壽司圖片及相關字卡</p>	<p>觀察比較</p> <p>上課參與度</p> <p>肢體動作</p>	<p>家政領域 1-3-1</p> <p>自然與生活 3-1-0-1 5-1-1-2</p>
<p>(二)DIY 一我的壽司</p> <p>1.教師事前將上列介紹的壽司圖片，逐一張貼在黑板上供學童們欣賞。</p> <p>2.然後，告訴學童在介紹這些壽司之後，我們也要來自己製作喔！</p> <p>3.學童依喜好選擇想要製作的壽司類型，並分成三組，其示範操作步驟如下：</p> <p>※全班先一同參與製作壽司米的調配。(附件 1-4)</p> <p>(1) 捲壽司 (附件 1-5)</p> <p>(2) 握壽司 (附件 1-6)</p> <p>(3) 散壽司 (附件 1-7)</p> <p>4.各組學童完成壽司的製作，並展示成品供大家欣賞。</p> <p>5.最後，師、生及家長，大家一起分享壽司。</p> <p>(搭配撥放桃太郎的歌曲，讓學童融入情境氣氛/附件 1-8)</p>	30	教師事前請家長入班協助進行製作	<p>壽司圖片</p> <p>如附件 1-5、1-6、1-7 的材料</p> <p>(附件 1-8) 電腦</p>	<p>動手做</p> <p>依正確步驟製作</p> <p>完成成品</p>	<p>語文領域 2-3-2-4</p> <p>家政領域 2-1-6</p> <p>藝術與人文 2-1-6</p>
<p>三、綜合活動</p> <p>1.請學童回座。</p> <p>2.環境整理與收拾。</p>	10				

<p>3.教師歸納：</p> <p>(1)因國家地理位置不同，所以會有不同的美食特色。</p> <p>(2)日本的壽司遠近馳名，製作容易且方便攜帶，唯保存期限不久。</p> <p>4.教師統整：中國人在歷史記載上，是個很會發明的民族，然而往往最後經由它國的改良與設計，便成為極具特色的成品。因此，當在探討異國典故時，可以多加留意演變的過程喔！</p> <p>-----第一、二節結束-----</p>					<p>社會領域 1-3-1</p> <p>家政領域 1-3-4</p>
<p>準備活動：</p> <p>故事：巫婆最愛吃什麼(附件 2-1)</p> <p>《『浪漫之都』的甜蜜》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 老師講述故事「巫婆最愛吃什麼？」，讓學童聆聽與欣賞。</p> <p>(二) 根據故事內容，教師提問問題：</p> <p>1.胖巫婆騎著掃把到哪些地方？</p> <p>2.這些地方有哪些受歡迎的食物呢？</p> <p>3.為什麼？胖巫婆覺得這些食物噁心呢？</p> <p>(三) 學童自由發表對故事內容的想法或感受。</p> <p>(四) 鼓勵學童發表最喜歡吃什麼食物？為什麼？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)起司的故鄉</p> <p>※教師根據上述故事內容「法國起</p>	<p>15</p> <p>20</p>		<p>故事書：巫婆最愛吃什麼（小天下）（附件 2-1）</p>	<p>專心聆聽</p> <p>口頭發表</p>	<p>語文領域 2-3-2-4 5-2-4-2 2-3-2-1 5-3-4-4</p>

<p>司」，進行討論與延伸。</p> <p>1.教師依台灣目前進口的起司類型，向學童介紹幾個常見的起司。</p> <p>2.發表與討論：</p> <p>(1) 請學童想一想，起司的發源地是哪裡？</p> <p>(2) 起司的營養成分？製作過程？</p> <p>(3) 要如何保存？有哪些注意事項？</p> <p>3.說一說，你吃過哪一種類型的起司，或相關起司製品呢？</p> <p>(二)動手做甜點—法式吐司</p> <p>1.教師告訴學童：要利用起司，來製作簡單的法式早餐吐司。</p> <p>2.事前邀請家長提供四組相關器材，包括瓦斯爐、平底鍋、白吐司、起司、砂糖等材料。</p> <p>3.其製作步驟如下：</p> <p>(1) 首先，將雞蛋、糖、鹽、牛奶倒在一個大盆裡，用打蛋器攪拌均勻（備料）。</p> <p>(2) 放入白吐司，吸付蛋汁等備料</p> <p>(3)平底鍋放入奶油（起司）用中火加熱。</p> <p>(4)當奶油開始冒泡時，把吐司放入平底鍋裡。</p> <p>(5) 將吐司下鍋煎至兩面成漂亮的金黃色，即可起鍋。</p> <p>4 動手做甜點開始囉！看哪一組進行最順利。</p> <p>5.活動結束後，全班一起品嚐法式吐司。</p> <p>6.分享製作的過程和想法。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 環境整理與收拾。</p> <p>2. 請學童回座。</p>	<p>35</p> <p>教師展示世界地圖歐洲國家地理位置</p> <p>邀請家長入班協助</p> <p>說明工具的使用方法</p> <p>引導擺放簡單水果，讓法式吐司這道甜點更加豐富</p> <p>10</p>	<p>教師展示世界地圖歐洲國家地理位置</p> <p>邀請家長入班協助</p> <p>說明工具的使用方法</p> <p>瓦斯爐、平底鍋、白吐司、起司、砂糖、雞蛋、鹽、牛奶、打蛋器、鍋子、盤子、</p>	<p>上課參與度</p> <p>口頭發表</p> <p>參與討論</p> <p>參與活動</p> <p>和同儕合作</p> <p>參與體驗活動</p>	<p>社會領域 1-2-1 1-3-2</p> <p>自然與生活 2-1-1-2</p> <p>家政領域 1-2-5 1-1-2 1-3-4</p> <p>自然與生活 5-1-1-2</p>
--	--	--	---	---

<p>3. 教師歸納：</p> <p>(1)因氣候與產地的緣故，所以會有不同的食材和烹調作法。</p> <p>(2)歐洲國家大部分主食以乳製品居多。</p> <p>4.教師統整：利用小小的食材，可以設計許多不同的菜色，即便是一道甜點，也可以很講究喔！</p> <p>-----第三、四節結束-----</p>					<p>社會領域 1-3-1</p>
<p>準備活動：</p> <p>影片：料理鼠王（附件 3-1） 義大利麵的由來（附件 3-2） 義大利麵條的種類（附件 3-3）</p> <p>《『義』國風情的窺探》</p> <p>一、引起動機</p> <p>（一）教師利用 DVD 撥放「料理鼠王」的影片，讓學童欣賞並引發其好奇心。</p> <p>（二）詢問學童影片內容以及感受</p> <p>二、發展活動</p> <p>（一）「義」式料理</p> <p>1.教師介紹歐洲國家「義大利」—最著名的「義大利麵」及其風俗民情（地理位置、國旗標誌）。</p> <p>2.說明義大利麵的緣由、來源和特色。（附件 3-2）</p> <p>3.學童自由發表吃過義大利麵的經驗。</p> <p>（二）「麵」面俱到</p> <p>※教師事先利用 B5 夾鏈袋，收集若干種不同造型的義大利麵條，供學童觀察與比較。（附件 3-3）</p> <p>1.教師提問，並請學童自由發表：</p> <p>(1)這些麵條的外型、顏色？</p>	<p>15</p> <p>15</p> <p>15</p>	<p>教師事前擷取法式餐廳料理片段</p> <p>透過單槍設備，將電腦連接到維基百科—義大利</p> <p>事後教師可以</p>	<p>影片：料理鼠王(附件 3-1)、DVD 機</p> <p>電腦、單槍設備</p> <p>各式義大利麵、B5 夾鏈袋</p>	<p>專心欣賞</p> <p>口頭發表</p> <p>上課參與度</p> <p>口頭發表</p> <p>觀察比較</p> <p>體驗活動</p>	<p>語文領域 2-2-1-2</p> <p>社會領域 1-2-1 1-3-2 1-3-1</p> <p>自然與生活 1-3-4-1 1-4-1-1 3-1-0-1</p>

<p>(2)它們摸起來的感覺像什麼？</p> <p>(3)你吃過哪些類型的麵條？名稱呢？</p> <p>2.發「麵條大探險」學習單，讓學童進行。(附件 3-4)</p> <p>3.自由發表喜歡哪種的麵條？為什麼？</p> <p>(三)烹飪活動—料理小廚師</p> <p>※體驗進行製作奶油白醬義大利麵。</p> <p>1.教師針對烹飪活動內容，事前分成 3 組：醬汁組、麵條組、配料組。</p> <p>2.讓學童依喜好參與活動，其組別工作如下：</p> <p>(1)醬汁組：將相關材料進行調配，並完成白醬的工作。</p> <p>(2)麵條組：將事先準備的義大利麵條，放入煮沸的開水裡烹煮</p> <p>(3)配料組：利用塑膠刀，將火腿片切成絲狀備妥。</p> <p>3.待各組的烹煮工作完畢後，請學童將食材統一放置在用餐區。</p> <p>4.師、生共同一起採自助餐的方式，進行義大利麵的品嚐。</p> <p>5. 學童自由發表烹飪感受。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>※教師統整：藉由不同的飲食文化，讓學童進而去進行體驗與烹飪，其所帶來的感受，遠比死記書本上的知識來的更加深刻！</p> <p>-----第五、六節結束-----</p>	<p>30</p> <p>5</p>	<p>將相關夾鏈袋資料，彙整做成一張大型海報，張貼在教室空白處供學童欣賞</p> <p>事前邀請家長入班協助指導</p>	<p>學習單(附件 3-4)、筆</p> <p>奶油、鮮奶油、奶粉、麵粉、鹽、瓦斯爐、鍋子、湯勺</p> <p>各式義大利麵條</p> <p>塑膠刀、火腿片</p>	<p>口頭發表</p> <p>完成學習單</p> <p>參與活動</p> <p>完成成品</p> <p>口頭發表</p>	<p>語文領域 2-2-1-2</p> <p>家政領域 1-2-5 1-1-2 1-3-4</p>
<p>準備活動：</p> <p>東南亞國家特色飲食圖片(附件 4-1)</p> <p>泰式酸辣雞肉沙拉(附件 4-2)</p>					

<p>東南亞各種香料圖片(附件 4-3)</p> <p>《『暹羅王朝』的料理》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 教師帶一道清涼爽口的「涼拌木瓜絲」，邀請班上學童品嚐。</p> <p>(二) 邀請學童說說品嚐後的感覺。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)認識東南亞飲食</p> <p>1. 教師利用單槍設備向學童介紹：東南亞國家特色飲食圖片（附件 4-1）</p> <p>2. 詢問學童：這些食物的特徵有哪些？（辣的、酸的、烤的、涼拌的……）</p> <p>3. 怎麼吃？（用手抓、筷子……）</p> <p>4. 學童自由發表吃過的經驗。</p> <p>(二)體驗活動一烹飪</p> <p>※以泰式酸辣雞肉沙拉為主。</p> <p>1. 首先，教師將學童依食材分成三組（撕雞胸肉；香料調配；擺盤）。</p> <p>2. 其製作過程如：（附件 4-2）</p> <p>3. 提醒各組活動的注意事項。</p> <p>4. 師、生一起分享品嚐完成的佳餚。</p> <p>(三)聞一聞：香料對對碰</p> <p>1. 教師展示東南亞常使用的香料圖片（例如：黑胡椒粉、肉桂粉、八角粉、迷迭香葉、百里香葉、薑粉……）。（附件 4-3）</p> <p>2. 介紹各種香料的特色及功用。（附件 4-3）</p>	<p>10</p> <p>15</p> <p>30</p> <p>20</p>	<p>教師事前準備與製作</p> <p>請東南亞國籍媽媽入班，介紹該國飲食特色和習慣。例如：馬來西亞：肉骨茶、沙撈越/泰國：辣味海鮮咖哩、涼拌木瓜絲/越南：河粉、檸檬魚/印尼：椰汁肉菜、咖哩雞</p> <p>邀請東南亞籍媽媽，到班指導學童進行簡易料理活動。</p>	<p>涼拌木瓜絲</p> <p>東南亞國家特色飲食圖片（附件 4-1）</p> <p>肯德基原味炸雞 4 塊（雞胸部位較佳）、小辣椒數根、5 茶匙萊姆汁、些許香菜根+1 根薄荷莖+4 片薄荷葉、泰式魚露、一杯紅葡萄，去子並剖半一杯薄荷葉、5 茶匙醋、一杯切片檸檬草、半茶匙黃糖。</p> <p>電腦、（附件 4-3）</p>	<p>品嚐體驗</p> <p>口頭發表</p> <p>上課參與度</p> <p>專心聆聽</p> <p>參與體驗</p> <p>完成成品</p> <p>共同討論</p> <p>口頭發表</p>	<p>語文領域 3-2-1-2 3-3-3-3</p> <p>家政領域 1-3-1 1-1-2 1-3-4</p> <p>健康領域 1-3-4</p> <p>語文領域 3-3-2-1</p> <p>家政領域 1-2-5</p> <p>健康領域 2-2-5 2-1-4</p> <p>自然與生活 3-1-0-1 1-3-4-1 1-2-2-1</p>
--	---	--	--	--	--

<p>3.將不同的香料分別裝入若干的底片盒，請幼生聞一聞，並將一樣的配對在一起，即完成。</p> <p>4.學童自由練習味覺配對。</p> <p>5.學童自由發表體驗活動的想法。</p> <p>6.環境整理與收拾。</p> <p>總結 透過這一系列的家政課程，希望每位學童可以在做中學的當中，多認識到各國的文化、飲食、進而意識產生對本土探索的動機。</p> <p>-----第七、八節結束-----</p>	5		底片盒、香料	<p>參與體驗</p> <p>口頭發表</p>	<p>自然與生活 1-1-1-1 2-1-1-1</p> <p>健康領域 2-2-3</p>
---	---	--	--------	-------------------------	--

家政教育課程 ~ 資料來源

* 資料來源：

順序	網站名稱 \ 教材	來源	參考資料
1	維基百科	http://zh-yue.wikipedia.org/wiki/%E5%A3%BD%E5%8F%B8	壽司
		http://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%BE%A9%E5%A4%A7%E5%88%A9	義大利
2.	起司的種類	http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1306030104661	
3.	起司的由來	http://www.cses.tcc.edu.tw/~s06c33/52.htm	
4.	義大利麵種類圖解大賞	http://www.venice168.com.tw/pasta.htm	

附件

附件 1-1 (世界地圖海報)

* 圖片資料來源：<http://www.tripshop.com.tw/index/map01.html>

附件 1-2 (世界上最長的壽司繪本介紹)

* 繪本資料：作者/宋承洙/著 譯者/張琪惠/譯 出版社/ 三之三

* 故事內容：

有一隻小豬不管什麼事都喜歡單獨行動。喜歡單獨吃飯，單獨畫畫，甚至是單獨在公園裡玩耍。不管是誰想要幫忙，他都說：「不用了，沒關係！我可以自己來。」

一天，小豬看了料理節目，突發奇想，想單獨做一個世界上最長的壽司卷，就在準備材料的同時，許多動物熱心又主動的幫忙。原本都是單獨行動的小豬，在大家一起完成世界上最長的壽司後，小豬的想法改變了.....。

附件 1-3 (日本壽司的由來)

壽司的產生

壽司 (Sushi)

壽司在公元 7 世紀由中國傳入，最初有關壽司的文字紀錄，是在 2 世紀末中國的一部字典當中，由於當時並未發明冰箱，被活捉回來的魚會被宰割洗淨後，用大量的鹽醃製以便收藏。而當時中國的壽司就是用這些鹹魚包在米飯裡面一起進食，還有的是那時候的米飯當然不像現在的經過打磨哦！之後輾轉經中國沿海流傳到日本，直到公元 700 年，日本人改良了吃法，他們將米飯用醋拌勻，再加上魚生一起吃，就成為今天賣相吸引，味道極佳的壽司囉。壽司在日文的漢字又作「鮓」及「鮓」，自 16 世紀末開始有將生魚放在醋飯上的嘗試起，型態和食材不斷變化，至今儼然成為日本人的主食之一，每當有慶祝會或是舉行儀式時也會外叫「宅配壽司」表示隆重。

壽司的種類

在日本料理，壽司可算是半正式的餐點，不含在套餐的菜餚中，比較像中國北方的水餃或義大利的披薩，並有豐富的變化。常見的壽司料理有握壽司、捲壽司、手卷三種，另外還有散狀的散壽司、壓成方形的壓壽司、以完整小魚或蝦製成的姿壽司、模仿粽子形狀製成的粽壽司，以及常見的豆皮壽司等。除了最常運用到的醋飯和海苔外，生鮮魚貝及雞蛋、魚卵、生蔬菜甚至水果都是常見的素材。

握壽司 (O Nigiri Sushi)

又名江戶前壽司。是指在醋飯上放有(魚、蔬菜或漬物)食材的手捏壽司。大小約一口可食。菜單上常見的有鯛(DAI)、鮪(MAGURO)、TORO(鮪魚的腹肉)、海老(AEBI，即蝦子)、海膽(UNI)、TAKO(章魚)、玉子(蛋)、還有貝類、魚卵(IKURA)及醃製的蔬菜都可作成握壽司。



卷壽司(Maki Sushi)

是指以海苔包裹醋飯，內部再作素材的變化。例如常見「鐵火卷」是指夾有鮪魚的海苔卷，「河童卷」指的是小黃瓜卷等等。也有以海苔包成錐形以利手拿的「手握壽司」。



散壽司(Chirashi Zushi)

又稱為「五目壽司」或「花壽司」。是一種混合數種生魚和蔬菜的什錦醋飯，素材的種類通常加起來要有 9 種，因為 9 是日本的吉祥數字。



壽司禮儀

- 1.吃壽司可以用手拿或用筷子夾，但是切記以肉面沾醬，免的飯粒吸了過多醬油而太鹹，而調味盤中遺落飯粒也不雅觀。
- 2.為了吃出每一種壽司的美味，建議順序上可以先吃清淡的白肉或蛋壽司，然後是紅肉，最後才是重口味的貝類或易飽的捲壽司。

※資料來源：<http://msl.hcv.s.kh.edu.tw/jkmeirain/i-4.htm>

附件 1-4 (日本壽司米的調配方法)

※材料：蓬萊米 4 杯、白醋 1 杯、白糖 1 杯、鹽半小匙

※做法：

1. 將白糖、白醋和鹽一起拌勻，即為壽司醋。
2. 白米洗淨，放入電鍋中煮熟後，趁熱將壽司醋倒入拌勻，並用電風扇吹涼，使白飯能充分吸收到壽司醋，這就是壽司飯。
3. 壽司飯必須涼透才可以用來包捲，否則海苔遇熱會回軟，產生韌性，壽司便無法達到應有的口感。

※備註：

壽司飯是關鍵。用質量好的大米，飯要煮得比較硬一些。另外，有一種叫壽司醋的原料~~把煮好的飯打鬆，將壽司醋均勻地淋在飯上，拌勻。不要壓飯粒，盡量保持飯粒的完整、鬆軟。

※資料來源：<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1007092909882>





附件 1-5 (捲壽司做法)

※材料：竹簾網、海苔片、小黃瓜、壽司飯、肉鬆、塑膠刀、砧板。

※做法：

1. 竹簾網攤平。
2. 鋪入海苔片。
3. 海苔一端預留 2 公分的寬度，再鋪上平整的壽司飯。
4. 撒上肉鬆，排入小黃瓜及其餘個人喜愛的材料。
5. 大拇指在竹簾下，其餘手指固定住包裹材料，然後往上捲起。
6. 再以大拇指為支撐點，其餘手指緊緊握住捲成圓筒狀的壽司捲。
7. 竹簾網反蓋住捲好的壽司，並用雙手推整兩端飯粒。
8. 將刀身用醋水沾濕，切薄塊盛入盤中即可。

※壽司製作流程

			
把料撲好，要一層一層鋪好！	把壽司捲起來，用一些飯固定。	切開來。	完成了！

※資料來源：http://proxy.jsps.hlc.edu.tw:8000/rice/index_2_9_1_2_1_1.html

附件 1-6 (握壽司做法)

※材料：壽司飯 2 碗、蝦仁與生花枝片各 3 小片、芥末醬 1 大匙、紫菜 3 小片

※做法：

1. 兩手均沾點醋水，使米飯不會沾黏在手上。
2. 用手抓約 20 公克的壽司飯，輕輕壓捏成橢圓形的飯糰。
3. 左手放一片生魚片，右手指沾少許芥末醬塗於生魚片中央，再將捏好的飯糰放在生魚片上，並用右手手指將飯糰輕輕壓平。
4. 再用右手大拇指和食指夾住飯糰兩側，然後輕輕地翻轉過來，使生魚片在上方，

※資料來源：<http://www.blogid.com/32>

附件 1-7 (散壽司做法)

*材料：壽司飯 1 碗、魚子 1 大匙、蛋 1 個、野菜海苔少許

*做法：

- 1.將蛋加少許鹽打散，入平底鍋中，以小火煎成蛋皮，待涼，切細絲。
- 2.將壽司飯和蛋司絲和勻，放入盤中，灑上野菜海苔，加上魚子即可。

※資料來源：[&articleId=32&blogId=2](#)

附件 1-8 (新桃太郎歌曲)

※資料來源：<http://www.youtube.com/watch?v=GbPrfeiSXLQ>

附件 2-1 (巫婆最愛吃什麼繪本介紹)

*繪本資料：作者/鄭如晴 /著 繪者/張瀛 出版社/ 小天下

*故事內容：

愛吃美食的胖巫婆，決定找出什麼是世界上最好吃的食物，她騎著掃把出發，到各地去訪問其他的巫婆。日本的生魚片、韓國的泡菜、印度的咖哩、法國的起司、北極的海豹肉，這些在當地最受歡迎的食物，胖巫婆不但不敢吃，反而覺得噁心，到底什麼才是世界上最好吃的東西呢？

附件 3-1 (料理鼠王影片介紹)

*影片資料： 出版社/博偉

*故事內容：

小米是一隻生長在巴黎鄉間的小老鼠。某天，為了躲避人類的追殺，小米和家人走散，獨自一鼠跑到了巴黎地下水溝，正當牠一籌莫展之際，赫然發現，自己已身處食神古斯多的五星級法國餐廳，而食神古斯多正是牠心目中的超級偶像！一次偶然小米在食神餐廳巧遇清潔工小林，而小林在小米的”輔佐”下，烹調出令讚嘆不已的料理。不幸的是，對於一間知名的高級法國餐廳而言，老鼠絕對是天敵！小米對料理的極度熱情，竟然演變成眾人鬧翻天的抓鼠追逐戰…。

附件 3-2 (義大利麵的由來)

※資料來源：<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1004122402503>

附件 3-3 (義大利麵條的種類)

 <p>Farfalle 蝴蝶麵</p>	 <p>Angle Hair 天使髮絲</p>	 <p>Shells 小貝殼麵</p>
 <p>Penne 斜管麵</p>	 <p>Pasta Lunga 長形義大利麵</p>	 <p>Macaroni 義大利水管麵</p>
 <p>Fagiolini 小水管通心麵</p>	 <p>Fusilli 螺旋麵</p>	

* 圖片資料來源：<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1007102703663>

附件 3-4 (學習單：麵條大探險)

麵條大探險學習單

年 班 號 學生姓名：

親愛的小朋友：

香 QQ 的義大利麵條，有許多不一樣的形狀和樣式喔！請你將你印象最深刻或喜歡的造型，畫或剪貼到下面的框框裡。記得寫上名稱喔！

名稱：	名稱：
名稱：	名稱：

附件 3-5(白醬義大利麵的製作)

※作法步驟：



1. 奶油置鍋中加熱融解，倒入麵粉混勻。
2. 一直加熱至鍋內醬汁起泡為止。
3. 牛奶分數次，一點一點倒入混和。
4. 儘量不要結塊小心拌勻後撒上鹽、胡椒。
5. 以小火熱煮偶爾加以攪拌，靜靜地煮成糊狀。
6. 待煮成黏糊狀醬汁時，加入鮮奶油。

* 圖片資料來源：<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1007102703663>

附件 4-1(東南亞國家特色飲食圖片)

泰國菜



圖一：泰國咖哩雞



圖二：椰子冰淇淋



圖三：青木瓜沙拉



圖四：泰國雞墊

越南菜



圖九：檸檬魚



圖十：越南河粉

印尼菜



圖五：亞洲雞與檸檬香蕉葉



圖六：豬肉椰漿



圖七：椰漿雞、蝦、煎餅條



圖八：蟹肉與椰子醬在香蕉葉

馬來西亞菜



圖十一：肉骨茶排骨



圖十二：沙爹

* 圖片來源：圖片一、二、三、四

http://translate.google.com.tw/translate?hl=zh-TW&langpair=en|zh-TW&u=http://thaifood.about.com/od/thairecipes/ig/Thai-Food-Photo-Gallery/&prev=/translate_s%3Fh1%3Dzh-TW%26q%3D%25E6%25B3%25B0%25E5%259C%258B%25E9%25A3%259F%25E7%2589%25A9%25E5%259C%2596%25E7%2589%2587%26s1%3Dzh-TW%26t1%3Den

* 圖片來源：圖片五、六、七、八

http://translate.google.com.tw/translate?hl=zh-TW&langpair=en|zh-TW&u=http://www.fotosearch.com/photos-images/indonesian-food.html&prev=/translate_s%3Fh1%3Dzh-

TW%26q%3D%25E5%258D%25B0%25E5%25B0%25BC%25E9%25A3%259F%25E7%2589%25A9%25E5%259C%2596%25E7%2589%2587%26s1%3Dzh-TW%26t1%3Den

* 圖片來源：圖片九、十

[http://translate.google.com.tw/translate?hl=zh-TW&langpair=en|zh-TW&u=http://steamykitchen.com/3136-crock-pot-
pho.html%3Fpid%3D54&prev=/translate_s%3Fhl%3Dzh-TW%26q%3D%25E8%25B6%258A%25E5%258D%2597%25E6%25B2%25B3%25E7%25B2%2589%25E5%259C%2596%25E7%2589%2587%26s1%3Dzh-TW%26t1%3Den](http://translate.google.com.tw/translate?hl=zh-TW&langpair=en|zh-TW&u=http://steamykitchen.com/3136-crock-pot-
pho.html%3Fpid%3D54&prev=/translate_s%3Fhl%3Dzh-TW%26q%3D%25E8%25B6%258A%25E5%258D%2597%25E6%25B2%25B3%25E7%25B2%2589%25E5%259C%2596%25E7%2589%2587%26s1%3Dzh-TW%26t1%3Den)

* 圖片來源：圖片十一、十二

http://translate.google.com.tw/translate?hl=zh-TW&langpair=en|zh-TW&u=http://www.fotosearch.com/photos-images/indonesian-food.html&prev=/translate_s%3Fhl%3Dzh-TW%26q%3D%25E5%258D%25B0%25E5%25B0%25BC%25E9%25A3%259F%25E7%2589%25A9%25E5%259C%2596%25E7%2589%2587%26s1%3Dzh-TW%26t1%3Den

附件 4-2(泰式酸辣雞肉沙拉做法)

※材料：

肯德基原味炸雞 4 塊（雞胸部位較佳）、小辣椒數根、5 茶匙萊姆汁、些許香菜根+1 根薄荷莖+4 片薄荷葉、泰式魚露、一杯紅葡萄，去子並剖半一杯薄荷葉、5 茶匙醋、一杯切片檸檬草、半茶匙黃糖。

※作法

- 1.將肯德基原味炸雞去骨並撕成不規則粗絲備用。
- 2.將小辣椒、香菜根、薄荷莖、薄荷葉、醋一起搗碎，攪拌均勻。
- 3.將前者與魚露、黃糖、萊姆汁調和。
- 4.將混合好的醬汁倒上備用的雞絲，再灑上檸檬草與紅葡萄並將之均勻混合，再於盤子的周圍放上薄荷葉作裝飾。



海上香料



胡椒、乾薑、小豆蔻



辣椒、胡荽、蒔蘿籽



茴香、芥菜子



肉桂、番紅花、洋茴香、薑黃



葫蘆巴、丁香、肉豆蔻

活動一學習單

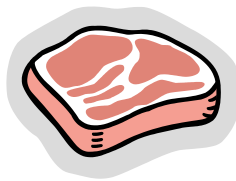
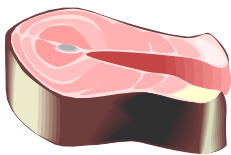
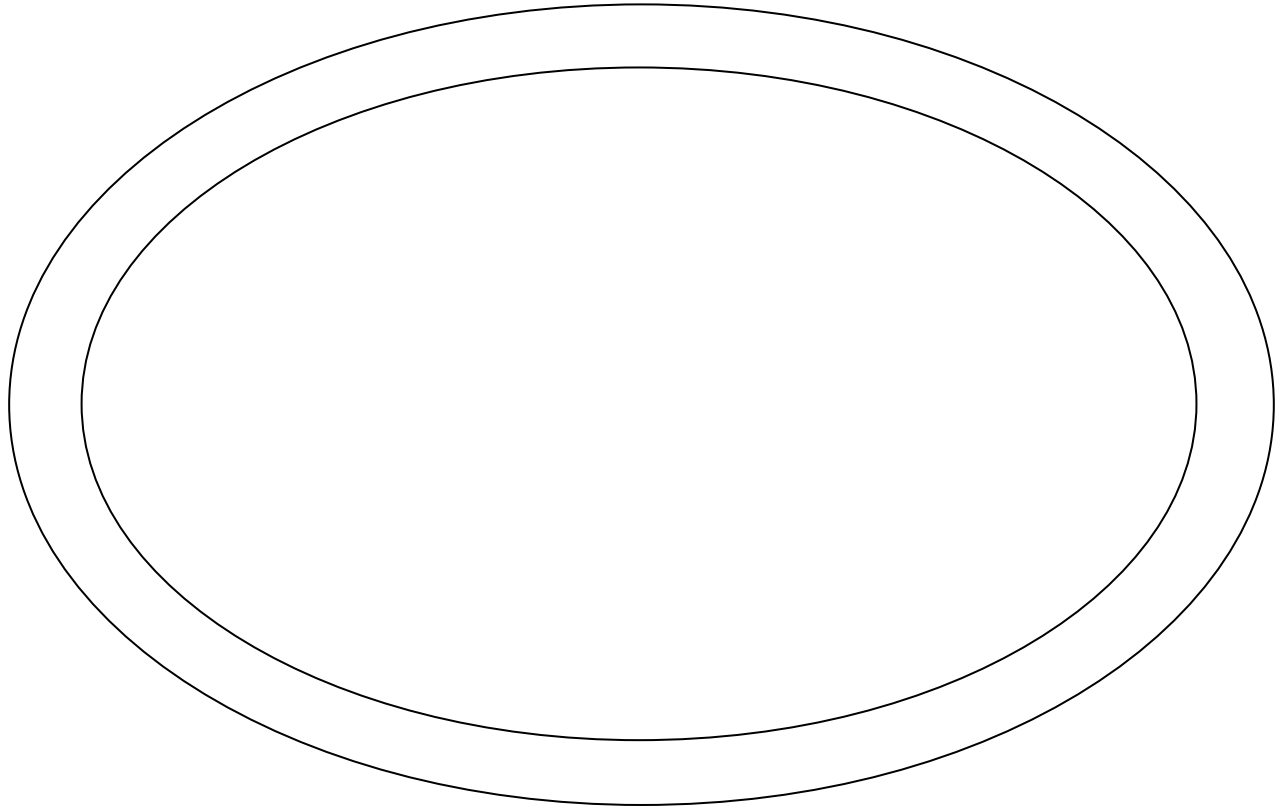
📖活動名稱：壽司的設計

📖班級：

📖學生姓名：_____

📖家長簽名：

📖小朋友，桌上的盤子裡空空的，想要請你利用黑色色紙當作壽司皮，並根據以下提供的食物照片進行剪貼組合。做出一盤好吃的壽司。最後將作品貼到盤子裡！



活動二學習單

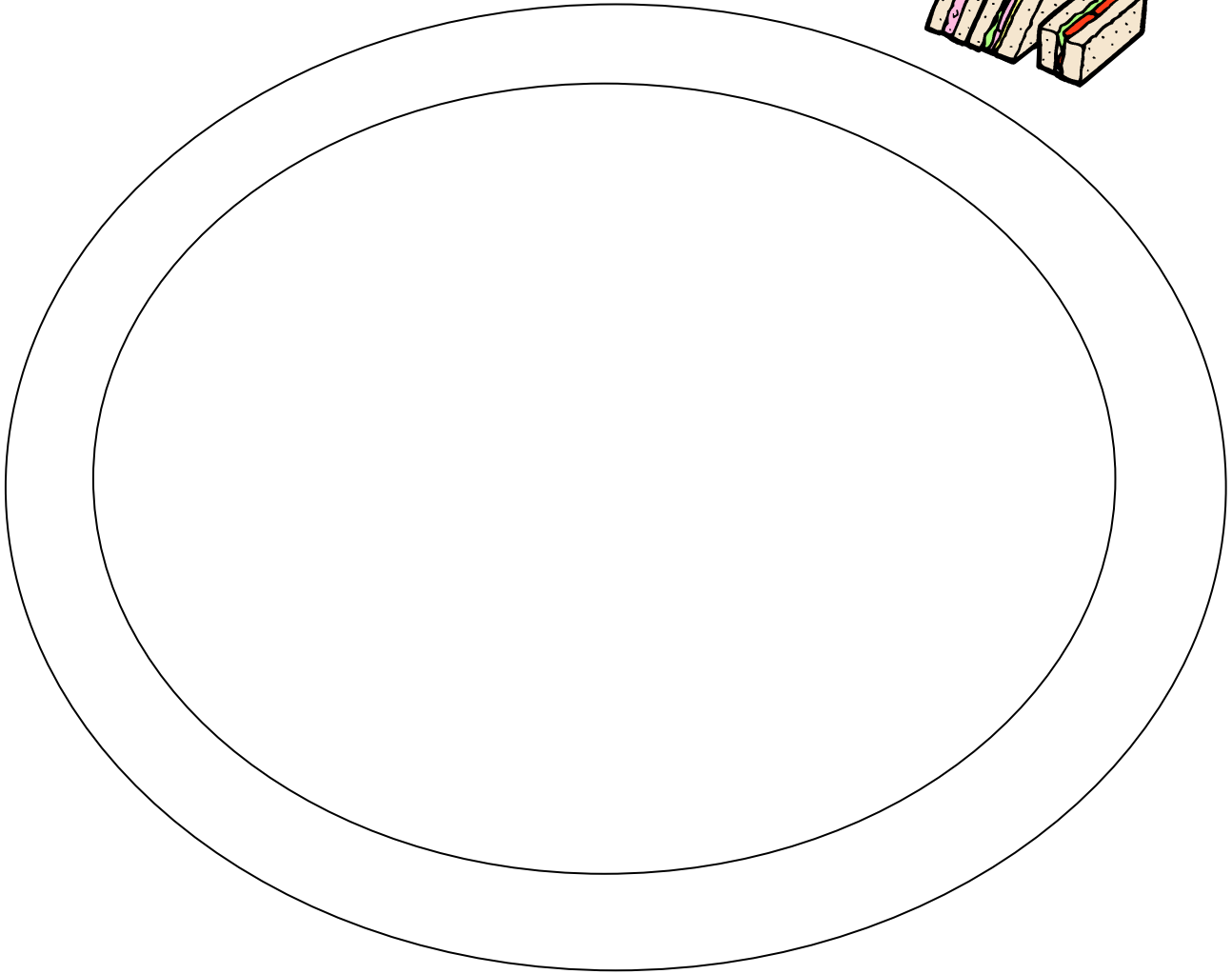
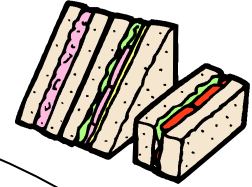
📖活動名稱：動手做三明治

📖班級：

📖學生姓名：_____

📖家長簽名：

📖小朋友，盤子裡的三明治被吃光了，請你利用白色餐巾紙（對摺成三角形），及色紙（黃色—蛋黃、綠色—蔬菜、紅色—火腿/裁成三角形），做成 1-2 份美味可口的三
三
明治。最後，記得將餐盤著上顏色或塗鴉喔！



活動三學習單

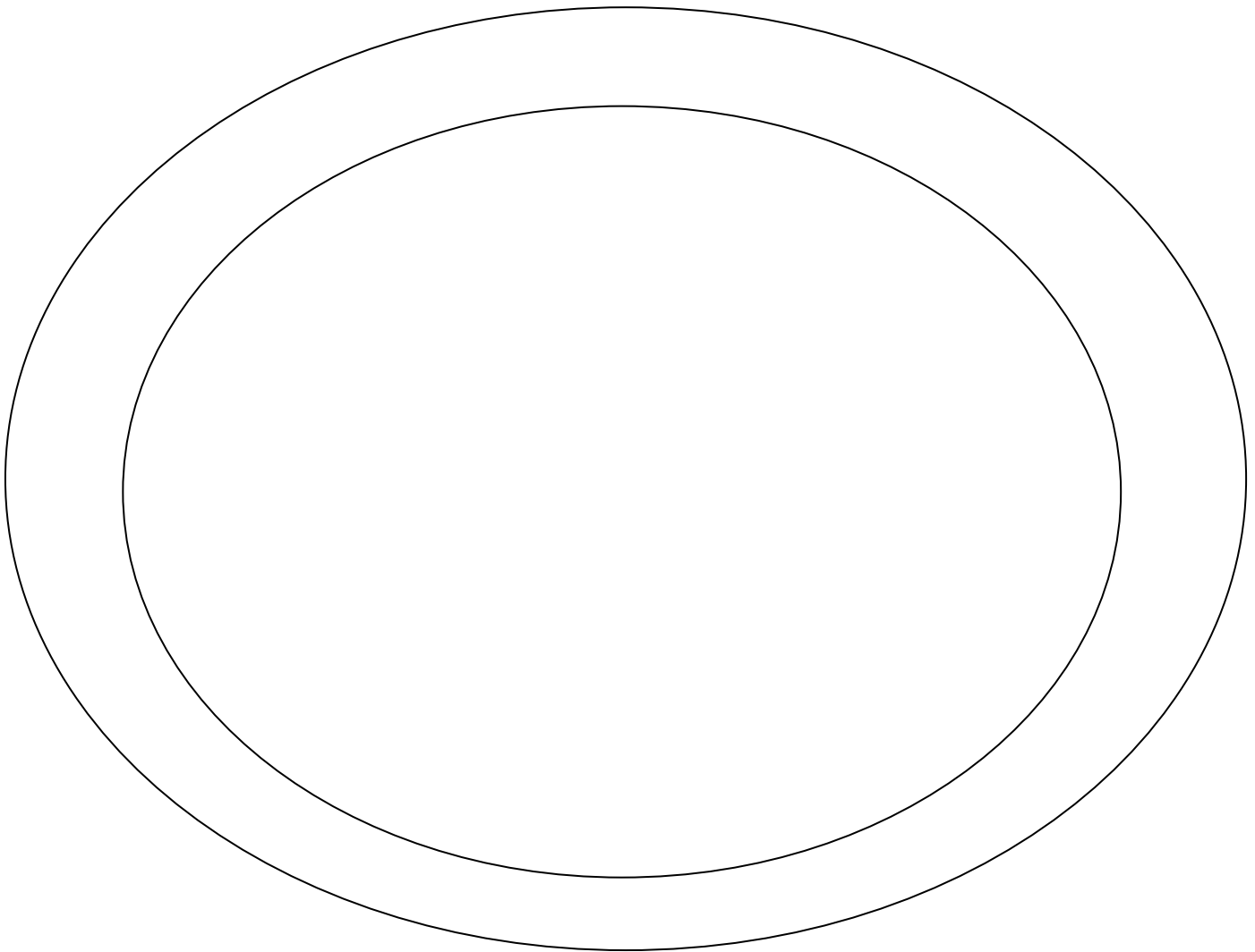
📖活動名稱：好吃的義大利麵

📖班級：

📖學生姓名：_____

📖家長簽名：

📖小朋友，請事前利用碎紙機，將影印紙（白色、黃色、綠色等）裁成絲狀，然後用糝糊將其黏貼到盤子裡，做成一份可口的義大利麵。最後，可以再利用色紙剪成相關食材如：黃色一荷包蛋、紅色一火腿等。



活動四學習單

📖活動名稱：香噴噴的沙嗲

📖班級：

📖學生姓名：_____

📖家長簽名：

📖小朋友，請利用各色色紙（如白色、黃色、綠色…等）裁成小正方形，然後捲起來，

接著使用竹籤將捲起來的色紙，逐一串起來變成烤肉串，最後，貼到烤肉架上即完成作品。

