

九、向下紮跟：113 學年度月津國小附設幼兒園健康促進

1. 節慶活動-用健康少油少鹽少糖製作冰心月餅及湯圓

佐證資料(照片)



說明：用鮮奶製作冰鮮月餅



說明：自己包月餅



說明：無添加色素的麵皮



說明：聞一聞食材本身的味道



說明：下水煮湯圓



說明：捏捏麵團搓湯圓

2. 食農教育-走出教室到農場到認識植物生長及體驗農事

佐證資料(照片)



說明：認識藕粉及刨藕粉



說明：認識製冰過程及體驗做冰沙



說明：自己做的冰沙沒加糖，很健康



說明：動手剥玉米，認識玉米的生長



說明：動手壓檸檬汁，認識原型食物



說明：採洛神花製作果醬

3. 認識健康食物-知道吃早餐重要性，認識健康早餐型態

佐證資料(照片)



說明：均衡飲食故事分享



說明：到早餐店認識健康的早餐類型



說明：老闆介紹黑豆漿基本原料



說明：黑豆磨完的黑豆渣



說明：大家一起品味健康美味早餐



說明：學習單分享健康早餐的製作及心得

4. 多吃蔬果好健康-製作蔬果果凍

佐證資料(照片)



說明：幼兒表示菠菜聞起來的味道好像青草



說明：洗菜切菜我可以



說明：紅色番茄做果凍



說明：用胡蘿蔔增加顏色及營養



說明：做出來的蔬菜果凍顏色很美麗



說明：品嚐看看蔬果果凍的味道

5. 營養課程—自己做飯糰

佐證資料(照片)



說明：到農會採買健康新鮮食材



說明：認識白米及紫米，體驗一包米的重量



說明：觀察白米的樣子



說明：體驗用電鍋煮一鍋飯



說明：動作包自己喜歡吃的材料



說明：我的紫米飯糰完成了

6. 餐前教育-我會自己盛飯，把飯吃光

佐證資料(照片)



說明：分享飲食教育繪本



說明：我把飯和湯都吃完了



說明：練習自己午餐的份量



說明：自己盛飯自己吃光



說明：認識食物金字塔



說明：早晚補充一份牛奶

8. 每天三十分鐘戶外出汗性大肌肉運動

佐證資料(照片)



說明：連續跳及跳環遊戲



說明：跳躍運動增加心肺呼吸



說明：向上跳躍 2，跳過障礙物



說明：夾球跳跳跳，好好玩



說明：搖呼拉圈運動



說明：跳顏色方塊，增強下肢肌力

9. 在地文化課程-做意麵

佐證資料(照片)



說明：練習鋪排意麵



說明：參觀鹽水製麵廠



說明：觀察食物發霉，認識食物安全



說明：動作自己做意麵



說明：捲面皮及切麵



說明：再次實驗做麵的樂趣

10. 異國料理體驗-越南春捲及法式輕食

佐證資料(照片)



說明：放上自己喜歡的材料



說明：每一樣食物我都願意嘗試



說明：越南春捲的皮是用米做的



說明：切法國麵包



說明：放上火腿、起司

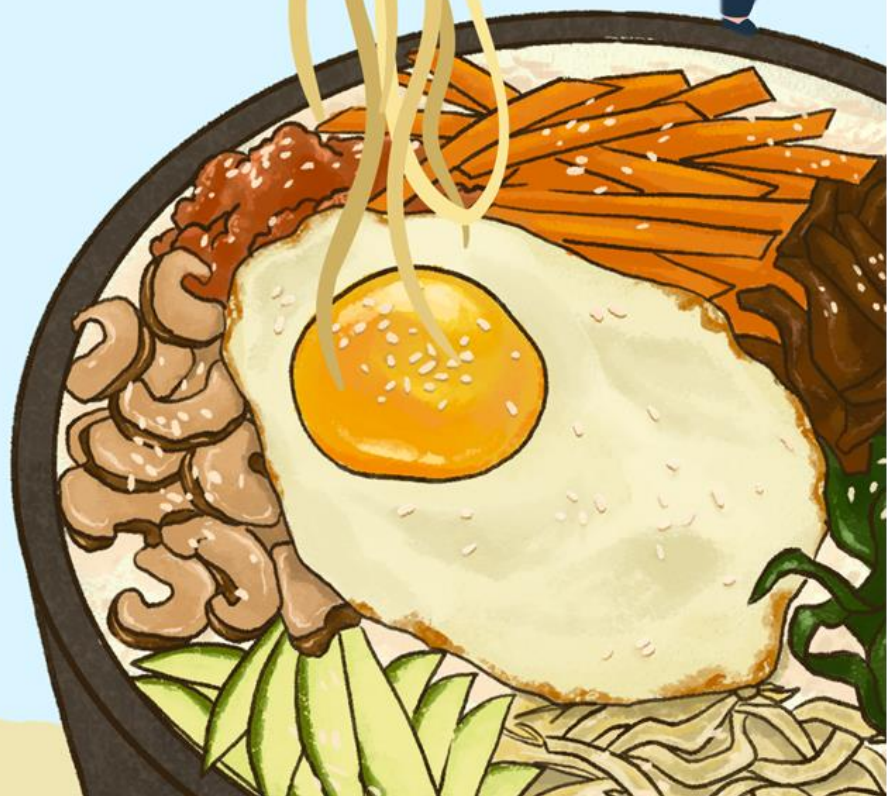


說明：大家一起享用法式輕食



意鳴津人

一月津小玩客



企劃概要

企劃主題+小組名稱

「意」鳴「津」人 + 月津小玩客

發現問題

社區踏查時，幼兒發現社區很多意麵店；團討晚餐經驗，幼兒說：「沒吃過意麵。」好奇鹽水意麵怎麼做的呢？為什麼學校附近有這麼多意麵店呢？

解決方案

教育場域從學校到社區，以孩子的「意麵」經驗出發，透過社區踏查、五感體驗、團體討論、參觀實作、親子共作、創意行動，與幼兒一起玩「意麵」的「食」驗行動。

行動規劃

計畫預定進行一個學期，課程概念如下：

意麵之緣-發現鹽水意麵的由來與歷史、認識意麵製作方法、體驗製麵、曬麵的工作及調查家人對意麵的感覺與故事，透過具體行動認識家鄉意麵產業與文化。

麵麵俱到-透過五感體驗與實驗遊戲認識麵粉的成分、特性、麵食的種類、與食品添加物，學習選擇健康食材觀念，累積良好飲食力。

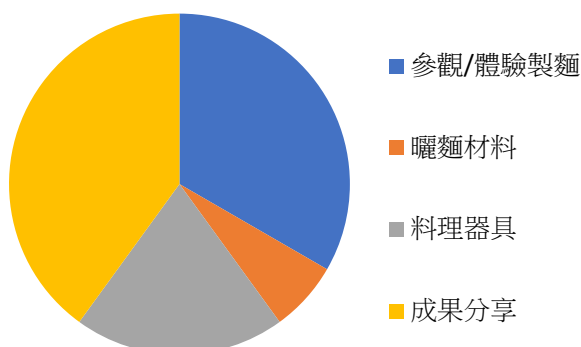
意麵饗宴-以意麵連結家庭與社區，透過親子料理意麵、認識媽媽家鄉的麵食、親師生共創健康意麵，將健康意麵推廣到社區，讓大家都吃到意麵的好滋味，增進對家鄉文化的關懷。

預期目標

- (一)幼兒認識意麵的由來與歷史，瞭解在地意麵文化，提昇對家鄉的關懷力。
- (二)幼兒體會一日做麵的辛勞，學習尊重自然與珍惜食物。
- (三)幼兒認識食物安全及均衡飲食，學習選擇健康的食物。
- (四)透過活動提昇幼兒家庭烹煮餐點的機會，累積幸福餐桌的記憶。
- (五)透過活動讓社區民眾看見幼兒學習意麵的歷程，增進社區民眾對意麵的關懷，多多支持在地農產品。
- (六)透過活動促進學校與社區的連結，資源共享，營造社區共好氛圍。

預算規劃

預算總額15,000元





一、企劃主題名稱：「意」鳴「津」人

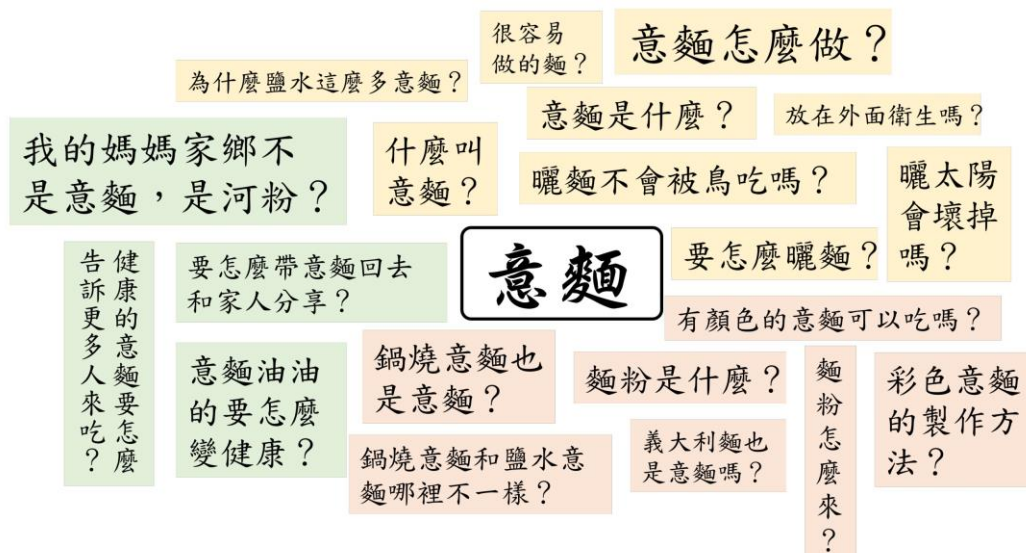
月津國小附設幼兒園鄰近鹽水區月津親水公園(昔為月津港)，清朝時期有著「一府、二鹿、三艋舺、四月津」的諺語流傳下來，月津港當時繁榮風華，現今留下許多名勝古蹟與美食，鹽水意麵就屬其中一項。鹽水是意麵的發源地，相傳在明鄭時期，鄭成功的福州伙頭兵在鹽水所製的，俗稱鹽水意麵，因為意麵加蛋不加水的特質，使得麵糰比較硬，所以需使出吃奶力氣，發出「噫」的聲音，所以稱為意麵。來鹽水除了看蜂炮、古蹟，在地美食也不少，街道上四處可見鹽水意麵店，飄香一甲子，來鹽水沒吃過意麵，可不算真正來過喔!!

這學期開始，幼兒園課程結合在地文化，將社區設為教室，踏出學校，走訪街道，幼兒發現有很多意麵店和曬麵廠，有不少孩子表示自己沒吃過鹽水意麵，實為可惜!身為在地鹽水囡因應該認識解鹽水歷史與文化，因此以「意麵」作為課程主題，透過踏查、參觀、發現問題、討論學習、實作體驗、行動合作的歷程，引導幼兒認識在地意麵由來與文化、從麵食學習健康飲食，結合親師生共創健康意麵，推廣意麵的好滋味，烙印在每個人的味蕾記憶裡。

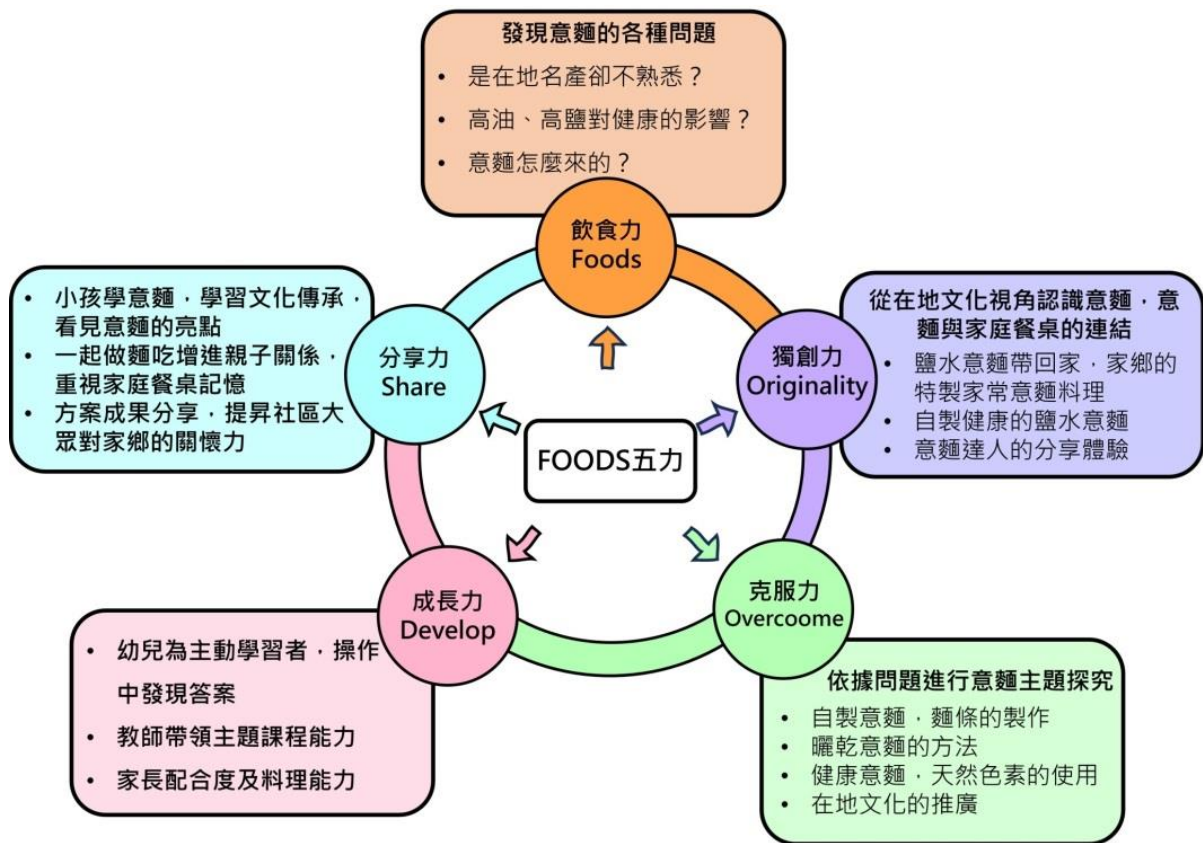


二、發現的問題說明

課程中討論到「昨天晚餐吃什麼？」發現大多幼兒家庭都吃外食，以麵食占多數，幼兒說自己「沒吃過鹽水意麵」，也有小朋友說「鹽水有很多賣意麵的店，想吃吃看」...，幼兒好奇意麵怎麼來的呢？一連串有關意麵的提問不斷從腦袋瓜跑來出來，以下是幼兒對意麵的想法：



幼兒對意麵發現許多可以探討的飲食議題，以五力分析來看，如下圖：



三、解決方法規劃

Just do it! 做就對了，以「意麵」為起點，利用社區踏查、參觀實作、五感體驗、實驗遊戲、親子共作、行動合作等方式實行課程計畫，可能會遇到下面的問題，解決問題的方法大致如下

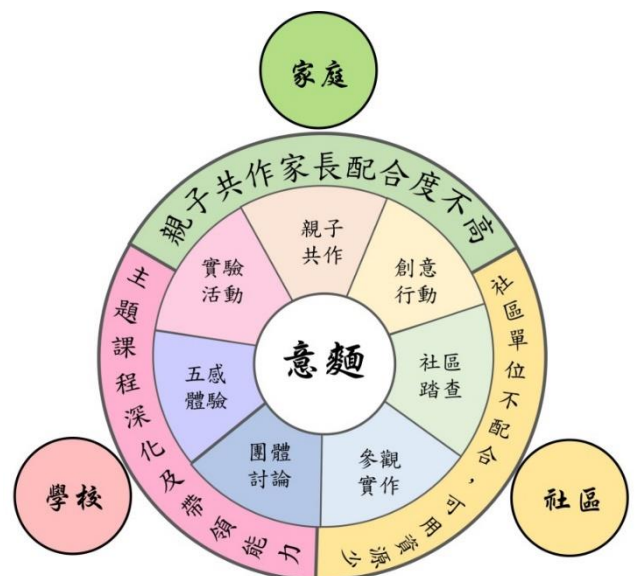
(一)考驗教師課程實踐力

幼兒時期屬運思前期，須以具體經驗來學習知識，課程安排要融入各種感官體驗、實驗遊戲、具體操作經驗，來吸引幼兒學習興趣，學習健康飲食相關觀念，相對也考驗著教師課程深化與帶主題教學的能力。

- **解決方法：**建立專業社群，邀請課程專家、社區工作者提供教學資源與建議，支持教師推動課程想法。

(二)擔憂家長配合度不高

食的教育應全面化，不單只有學校推行，應推廣到家庭面，推動活動有安排親子共作料理活動，擔心家長配合度不高，回饋率低。



- **解決方法：**利用期初班親會分享「意麵」課程理念與精神，事先預告需要家長配合事項，請家長多多支持課程活動。

(三)社區單位及產業的配合度

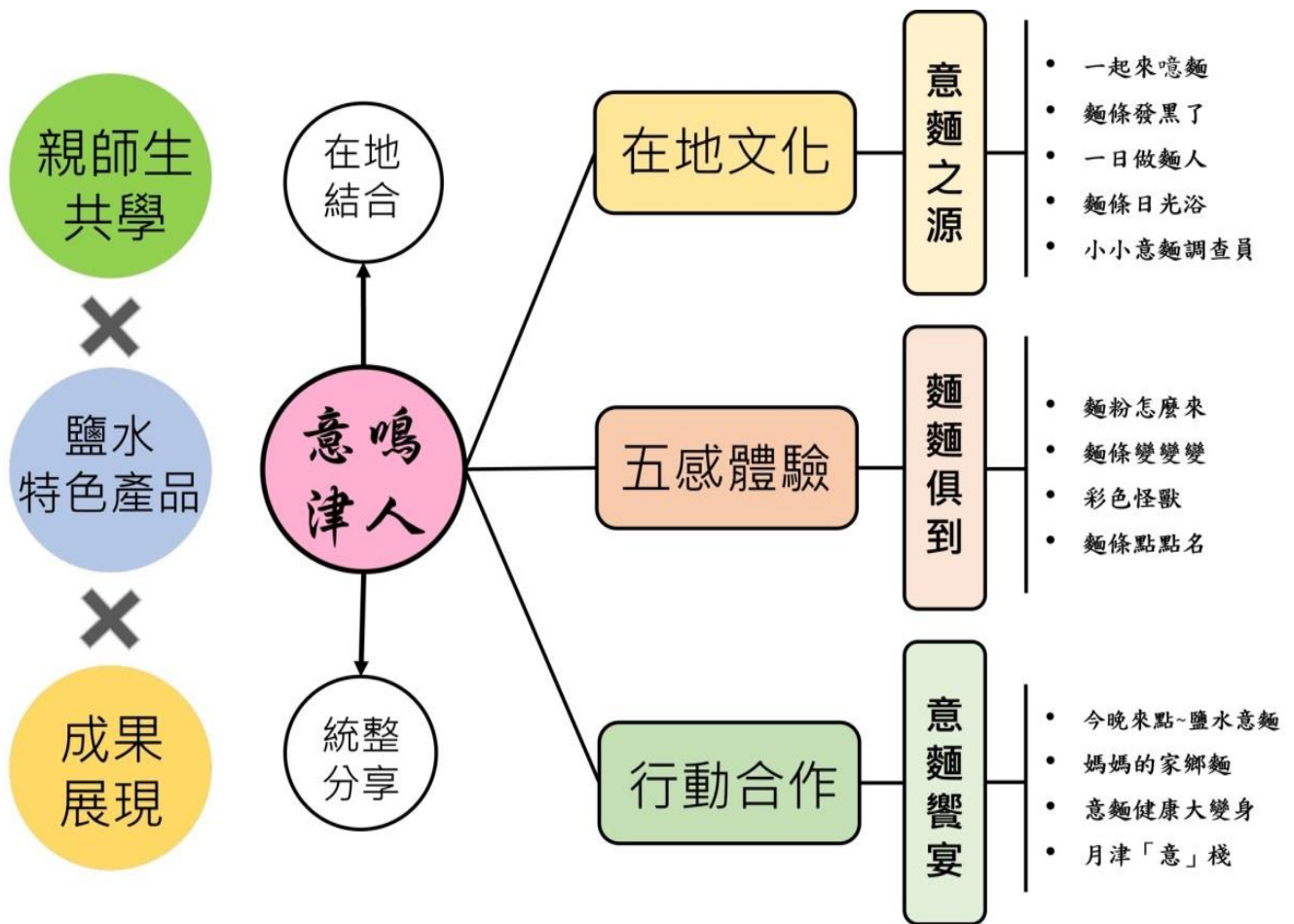
教育場域從學校到社區，擔憂社區相關單位及產業配合度不高，推行計畫窒礙難行。

- **解決方法：**結合校方行政單位，主動拜訪社區可協助單位(如.農會、里長)；善用家長資源尋找提供可用資源商家(如.麵店、曬麵廠、在地食農)；善用社群網站，分享課程實踐歷程，讓社區民眾感受學校推動意麵課程的用心。



四、行動計畫說明

(一)課程架構與概念圖：以在地「意麵」為食材，課程架構如下：



(二)課程概念說明：

將課程分成三概念進行：

意麵之緣 發現鹽水意麵的由來、製麵方法、體驗製麵樂趣及調查家人與意麵的情感，利用社區踏查、實作體驗及調查記錄，認識家鄉意麵產業與在地文化。

麵麵俱到 認識麵粉的成分、特性、麵種，透過感官體驗與實驗遊戲認識麵食的種類與食品添加物，建立食材選擇觀念，累積良好飲食力。

意麵饗宴 連結意麵與家庭活動，認識不同文化的麵食故事，透過家庭親子任務及學習區烹飪活動創造健康意麵，並辦理推廣意麵活動，結合意麵與創意，讓更多人認識與品嚐家鄉意麵好味道。

(二)主題課程行動歷程

概念一：「意麵」之源

活動1 一起來嘖~麵

為什麼社區有很多間賣意麵的店和製麵廠？

引起動機

認識鹽水意麵歷史與由來

發展活動

體驗動手壓捍麵糰

綜合活動

分享壓意麵感受與發現



社區踏查幼兒發現很多間賣鹽水意麵的店家和製麵廠，邀請社區製麵達人介紹鹽水意麵名稱的歷史典故，引導幼兒體驗壓麵、擀麵，覺察感受製麵所需施力的力量，觀察自己在捍麵時是否也發出「噫~」的聲音嗎？從體驗中學習意麵歷史與在地文化，連結意麵的情感。

活動2 麵條發黑了

麵為什麼要曬太陽呢？這樣麵會壞掉吧？

引起動機

觀察曬過麵條和濕麵條的不同

發展活動

實驗將乾濕麵條放在室內五天，觀察結果

綜合活動

發霉食物食安問題，學習正確食物保存方法



幼兒：「看到很多麵放在盤子上面曬，為什麼要曬太陽呢？我媽媽說：食物曬太陽會臭掉」。從孩子的提問出發，引導幼兒觀察乾麵條、濕麵條的不同處，討論麵條為什麼要曬呢？不曬會發生什麼事情呢？利用實驗活動，將乾溼麵條放在不同容器中5天，觀察其變化結果，判斷麵條是否發霉，並認識發霉的食安問題，學習不同食物正確保存方法，將正確保存食物的觀念落實到生活教育中。

活動3 一日做麵人

意麵怎麼做出來的呢？

引起動機

討論意麵的可能作法

發展活動

參觀意麵製麵工廠，觀察製麵方法及體驗製麵工作

綜合活動

分享體驗一日作麵人的心得與發現



幼兒：「意麵怎麼做出來的呢？」、「先搓成一條一條嗎？還是用割的呢？」幼兒玩過黏土的經驗，覺得做出一條麵需要慢慢搓揉，做這麼多意麵會不會很辛苦？實際帶幼兒走訪意麵製麵廠，邀請店家介紹以前製麵方式及現在機器製麵的便利，透過觀察機器製麵的歷程，體驗人工柳麵、摺麵、搬麵的工作，體會製作辛勞，學習尊重自然及食物的愛惜。

活動4 麵條日光浴

麵條怎麼曬乾呢？會不會被小鳥偷吃？

引起動機

討論曬乾方法

發展活動

實際體驗曬麵工作與可能遇到問題

綜合活動

分享曬麵連日心得與發現



實驗發現曬乾的麵條保存較久，曬麵過程會遇到什麼問題呢？透過實際曬麵行動，引導幼兒體驗曬麵、發現可能遇到問題(如下雨了怎麼辦、髒空氣、螞蟻鳥類襲擊...)、如何怎麼解決問題的歷程(如請教製麵所達人)，體驗曬麵辛勞，學習職人精神。

活動5 小小意麵調查員

意麵是鹽水特色，家人也喜歡吃嗎？

引起動機

分享自己對意麵的喜好與感覺

發展活動

引導幼兒利用調查表學習單瞭解家人對意麵的感覺與故事

綜合活動

分享調查的結果與食物的故事



你對麵條的印象是什麼呢？我對意麵的印象是颱風天父親會用魚罐頭、雞蛋及麵條煮一碗麵，

在風雨交加的夜晚，全家人圍坐在餐桌前，那碗麵凝聚全家人的平安與對未來的期盼。透過學習單方式，引導幼兒學習調查家人對鹽水意麵感覺與印象，鼓勵家長分享自己與麵的故事，透過食物連結家人的食物記憶，對意麵的情懷。

概念二：麵麵俱到

活動1

麵粉怎麼來？

意麵用麵粉做，麵粉是什麼呢？

引起動機

介紹小麥成長圖
及觀察小麥

發展活動

體驗將小麥磨
成粉

綜合活動

分享觀察小麥
粉末的心得與
分享



幼兒好奇：意麵是用麵粉做的？麵粉是什麼呢？一堆白色麵粉是從土裡長出來呢？小麥是圓是扁？透過圖片介紹小麥成長歷程，引導幼兒用感官觀察小麥外貌、味道、觸感，再體驗用搗碎器把小麥磨成粉末，觀察小麥粉末，認識小麥來源，學習愛惜土地。

活動2

麵粉變變變！

我喜歡吃義大利麵，那也是麵粉做的嗎？

引起動機

討論麵粉可以做
哪些食物？

發展活動

麵粉加水、加雞
蛋揉麵的實驗

綜合活動

發現麵粉可變化
多用，將麵糰做
其他不同料理



幼兒好奇麵粉可以做些什麼呢？利用揉麵糰實驗活動，在各小組麵粉內各自加入不同毫升數的水、不同顆數的雞蛋，混合成麵糰後，利用感官覺察各種麵糰的軟硬度、觸感、味道，並將麵糰做成不同料理(餃子、麵條、饅頭)，從實驗中發現麵粉的變化性，體驗玩麵糰的樂趣。

活動3

彩色怪物

有顏色的麵、饅頭可以吃嗎？

引起動機

觀察色素糖果泡
水遊戲，認識色
素對身體的影響

發展活動

討論可用蔬果來代
替色素，體驗天然
色素製作麵糰活動

綜合活動

品嚐利用天然色素所做
的意麵與饅頭，動手做，
學習「食」的安全



幼兒看過有顏色麵條和饅頭，好奇是怎麼做的呢？透過實驗，將色素糖果泡水觀察其結果，引導認識色素雖美，但對身體健康有害，若想讓吃有顏色的食物可以怎麼做呢？引導認識蔬果顏色，善用天然色素製作食品，體驗蔬果打汁(菠菜、火龍果、薑黃)混合麵糰，共同創作有顏色且健康的點心，動手做認識「食」的安全，學習選擇健康的食物，建立良好健康飲食觀念。

活動4 麵條點點名

鍋燒意麵比較好吃，可以多吃嗎？

引起動機

觀察常見麵條外型，認識常見麵條的作法與熱量比較

發展活動

川燙麵條體驗、品嚐活動

綜合活動

分享對不同麵條的口感與發現



麵食是台灣人最喜歡的主食之一，可快速料理，成為許多家庭常見的餐點之一。透過活動認識台灣常見的麵條(意麵、炸意麵、麵線、通心麵)，引導幼兒覺察各種麵條外型、顏色和營養價值，再引導小組汆燙麵條，學習判斷麵條生熟度、學習料理食物的經驗、品嚐自己煮的麵，好玩有成就感。

活動1 今晚來點~鹽水意麵

我家沒煮過鹽水意麵，可以帶麵回家煮看看嗎？

引起動機

討論晚餐都吃些什麼呢？

發展活動

透過親子料理學習單，家長與幼兒在家體驗煮一回意麵料理

綜合活動

幼兒分享與家人料理意麵的心得



以在地鹽水意麵為材料，透過週末親子料理任務，鼓勵家長讓幼兒參與烹飪家事，如洗菜、擺碗筷、打雞蛋、在旁觀察…等，善用家中既有食材或在地食材，親子共同料理一碗麵，累積幸福的餐桌記憶，串聯家庭與在地文化的經驗。

活動2 媽媽的家鄉麵

媽媽說在他的故鄉不吃鹽水意麵，是吃河粉

引起動機

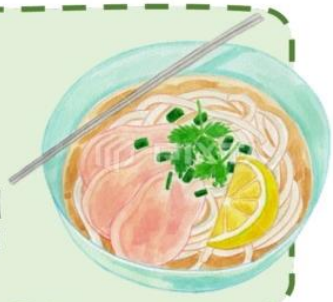
幼兒分享媽媽的家鄉

發展活動

邀請家長入班介紹家鄉麵及食材

綜合活動

全班品嚐來自不同地方的麵食，學習認識不同文化食物



班上有來自越南和馬來西亞的家長，邀請家長入班分享家鄉麵食與鹽水意麵不同之處，示範越南河粉與馬來西亞的肉骨茶麵的煮法，讓幼兒可以品嚐異國的麵食，分享對不同飲食文化的想法，學習尊重異國飲食。

活動3 意麵健康大變身！

意麵好吃，可以再變更好吃更健康嗎？

引起動機

分享對鹽水意麵的想法

發展活動

融入六大類食物，親師生共創新意麵，把意麵變得更健康

綜合活動

小組實際烹煮健康意麵料理，幼兒品嚐後分享心得



鹽水意麵加上油蔥肉燥，香氣四溢，美味令人無法招架，若油膩與鹹度可做調整，再加上多一些配料，更為健康完美。透過六大類食物飲食概念，引導幼兒討論可加入哪類食材增加意麵的變化，並利用學習單集結家長的巧思，親師生共創「健康意麵」食譜，透過學習區烹飪活動，帶幼兒創作健康意麵料理，從中學習健康飲食概念。

活動4 月津「意」棧

健康意麵料理好好吃，可以告訴別人一起來吃

引起動機

親師生共創好吃的意麵料理，想分享給大家

發展活動

討論分享意麵方法及可行性(①邀請家人來吃 ②試吃大會 ③分享健康意麵食譜)

綜合活動

實際實踐方法，並分享心得



一連串的發展意麵體驗活動，幼兒累積許多意麵的知識與健康飲食觀念，想將健康意麵的好滋味分享給大家，實踐主題活動成果。預定先從邀請家長入班品嚐小朋友做的健康意麵；或利用國小朝會或下課時段，準備意麵料理邀請小學的哥哥姐姐試吃與評價，並將印製健康意麵食譜分享給更多人，透過成果行動讓更多人知道鹽水意麵的美味，認識在地意麵文化，培養對在地家鄉關懷力。



五、預期目標

歷經一學期的意麵活動，預期達成目標如下：

- (一)幼兒認識意麵的由來與歷史，瞭解在地意麵文化，提昇對家鄉的關懷力。
- (二)幼兒能體會一日做麵的辛勞，學習尊重自然與珍惜食物。
- (三)幼兒能認識食物安全及均衡飲食觀念，學會選擇健康的食物。
- (四)透過活動提昇幼兒家庭烹煮餐點的意願，累積幸福餐桌的記憶。
- (五)透過活動讓社區民眾看見幼兒學習努力的歷程，增進社區民眾對意麵的關懷，支持在地農產品。
- (六)透過活動促進學校與社區的連結，資源共享，營造社區共好氛圍。



六、預算規劃

編號	項目名稱	項目內容	提報金額
1	製麵工廠參訪	製麵體驗活動費用，包含意麵製作講解、摺麵、曬麵體驗流程(20人*250)	5,000
2	曬麵材料	竹篩 2 個、溼意麵 2 斤、網罩 2 個、烤肉夾*2	1,000
3	料理器具	卡司爐 2 座、鍋具組*2 組	3,000
4	健康意麵成果分享	健康意麵料理(生鮮食材、蔬果食材、意麵) 活動布置、食譜印製、餐桌巾、碗筷組、圍裙	6,000
	合計		1,5000



七、參考資料

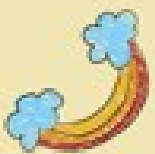
鹽水漫遊網 https://www.yanshui.com.tw/custom_77384.html

高雄市政府農業局 食農教育手冊 2019



意鳴津人

一月津小玩客



課程紀實

第一部分、意麵的定義

【意麵是什麼？】

日期 113/2/22

在鹽水的我們，常常聽到「意麵」，孩子眼中的意麵是什麼呢？有人說是泡麵；也有人說是鹽水意麵；還有人說是鍋燒意麵……，到底意麵是什麼？透過討論聚焦意麵型態，孩子們口語、文字及圖像表達自己想像中的意麵。

我們發現幼兒對於意麵的不同想法，有細的、有捲的、有軟的、也有孩子表示意麵就是鹽水意麵、很好吃，也有小朋友說「鹽水意麵不好吃！」大家對於意麵都有不同的想法，期待接下來孩子們探索意麵後會迸出的火花吧！

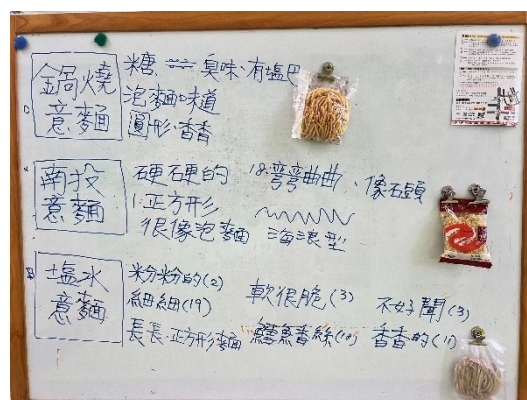


【意麵百百種】

日期 113/2/27

在腦力激盪過後，邀請家長從家裡帶來意麵，孩子們看到三種意麵時(鹽水意麵、鍋燒意麵、南投意麵)，很驚訝說：這都是意麵嗎!?跟我平常吃到的麵不一樣耶! 孩子少有看過未煮的意麵，大多是吃過已經料理過的麵，所以對未烹飪的意麵感到好奇。

更有趣的是，老師請小朋友猜猜看哪一種是鹽水意麵呢?孩子大部分判斷錯誤，平日耳聞的鹽水意麵在孩子眼中變為最陌生的麵款，因此透過感官行動，嗅、聞、觸摸、觀察引導幼兒比較三種意麵差異，將孩子觀察意麵的想法記錄下來，並意麵放入學習區供幼兒自由觀察，孩子們期待下次可以吃吃看不同意麵的味道。



【煮麵來試吃】

日期 113/3/1

看完三種不同意麵的樣子後，老師分別介紹三種麵的成分，當孩子聽到鹽水意麵成分是麵粉、鴨蛋時，很驚訝的問：「鴨蛋是什麼？」，老師解釋鴨蛋是鴨子生的蛋，和雞蛋不一樣，孩子好奇其他兩種麵也是加鴨蛋嗎？(南投意麵成分是麵粉加鹼水、鍋燒意麵成分是麵粉加雞蛋和水)

搭配學校營養午餐的鶴鶉肉燥，老師的協助幼兒下麵，引導幼兒分享品嚐後的感想、口感，幼兒反饋如下：

鹽水意麵

奕凱：「煮麵的時候好香，吃起來軟軟的」

家淳：「有甜甜的味道，麵條是直線」

彥皓：「鹽水意麵和鍋燒意麵的味道不一樣，但我兩個都喜歡」

鍋燒意麵

安均：「我最喜歡鍋燒意麵，很香」

韋辰：「吃起來味道好像泡麵」

睿辰：「我覺得鍋燒意麵要加配料比較好吃」

南投意麵

子甯：「麵條捲捲的，但是是扁的」

胤騏：「咬起來比較硬」

後記：

1. 孩子品嚐後偏愛南投意麵，覺得吃起來比較像泡麵，味道很香，以及燒意麵，麵體比較軟，僅有少數孩子喜歡有鴨蛋味的鹽水意麵。

2. 幼兒先前有玩過食物紅綠燈的遊戲經驗，品嚐時孩子問老師：鍋燒意麵是屬於什麼燈的食物呢？大家都猜測是紅燈食物，推測鍋燒意麵有用油炸過，屬於紅燈，孩子對麵食與健康的敏感度逐漸提昇。



【我好奇的麵麵之事】

日期 113/3/6

吃完意麵後，孩子好奇「鹽水意麵」是怎麼做出來的呢？有人說是像黏土一樣滾成條狀、也有人說用刀子切麵…等，對於做意麵有一連串的想像與問題，老師預告將到製麵工廠參觀，訪問製麵專家製麵知識，鼓勵孩子分享自己對意麵的好奇之事…，一起來看看幼兒好奇麵麵之是與你好奇的觀點有一樣嗎？

小妤：鹽水意麵是怎麼來的呢？

貴貴：意麵怎麼變成圓圓的形狀？

韋辰：做完麵後要撒麵粉，因為我看到乾的麵上有麵粉

小騏：為什麼老闆會想要做麵呢？不做麵包？

烜烜：你怎麼做麵的呢？

函恩：揉麵怎麼揉的呢？

靜宜：做麵很辛苦嗎？很累嗎？

苡靚：你是用手搓麵嗎？我看過媽媽用手揉麵糰做饅頭

韋辰：做麵是先切一塊塊再搓出形狀嗎？

甯甯：做麵會加什麼呢？

安均：怎麼樣做麵才會健康和衛生呢？

小妤：誰教你做麵的呢？

浩浩：你做麵之前是不是要先種小麥呢？

淳淳：做完麵要曬嗎？要怎麼曬呢？

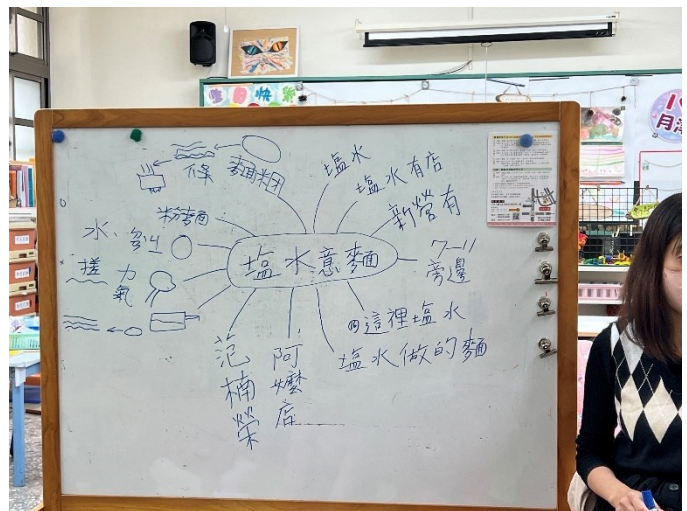
函恩：麵要曬乾是用手把水擠出來嗎？

騏騏：做麵有加蛋嗎？是什麼蛋呢？鴨蛋嗎？

恬恬：做麵加了多少麵粉和水呢？

烜烜：做好的麵有放烤箱嗎？

孩子對麵的想法很多，為了日後順利訪問，引導孩子把問題畫下或寫在卡片上提醒自己，以便日後的訪問順利進行。



【製麵廠參觀】

日期 113/3/11

太陽班走出去一起參觀了製麵廠，沿路發現了 11 家賣鹽水意麵的店家，孩子像是發現寶藏一樣，驚奇連連，覺察到鹽水意麵很熱門。

參觀製麵廠，大家發揮觀察力及行動力，採訪范楠製麵廠老闆-范楠爺爺，老闆說自己十七歲就開始做麵，已經做了六十多年，鹽水意麵有很久的歷史，自己的三個小孩都是吃鹽水意麵長大，還開玩笑地說鹽水意麵是聰明麵唷！

參觀完，我們後步行到鹽水觀光商城，小朋友發現商城外有個小立牌，好奇立牌的內容，立牌寫著鹽水意麵的由來與歷史，小朋友發現到原來鹽水意麵這麼有名氣，也跟著感覺到驕傲。



【製麵廠回顧】

日期 113/3/13

回到教室後孩子們畫下在製麵看到的事物，從孩子的畫中看到大家都觀察入微呢！統整孩子的發現如下：

《形狀》

孩子發現意麵是長長細細的，曬麵時會將麵排成圓形，從中心點開始往外排，不是隨便亂排喔！！剛開始攪拌好的麵糰是碎碎的；長長的麵皮通過機器後就會被切細細的麵；麵皮要把兩層放一起捲，就會變長長的。

《味道》

是鹹鹹、有鴨蛋和麵粉的味、很香。

《顏色》

意麵是黃色又有點綠色、陽春麵是白色；麵糰會被捲到發光

《動作》

排麵時要拿著麵轉 2 圈讓麵自然鋪排在盤上，最後要壓一下代表完成；麵從機器切割下來的時候，要先掛在手上整理成八字形再放到箱子裡；工人會扶著桶子接麵，麵條像瀑布一樣跑出來

《數量》

每一個麵都一樣大、每一搓麵都一樣多、麵盤裡的麵排了很多，小朋友說大概是 22 個吧！

《內容物》

做麵要加麵粉 22 公斤、水 15 公斤、鴨蛋 12 顆，還要記得用磅秤秤重喔！

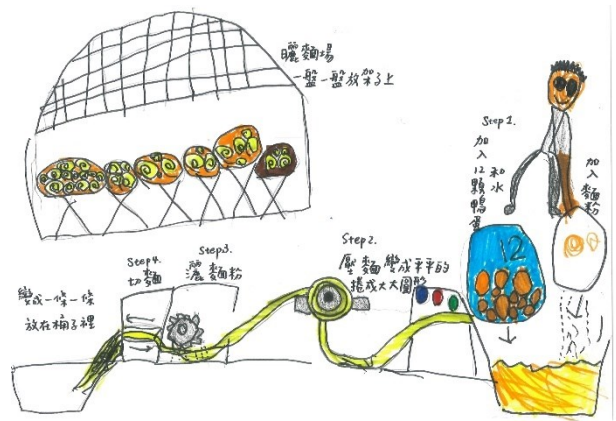
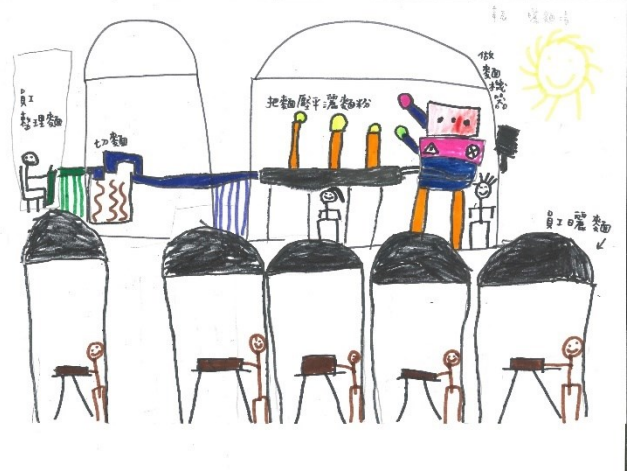
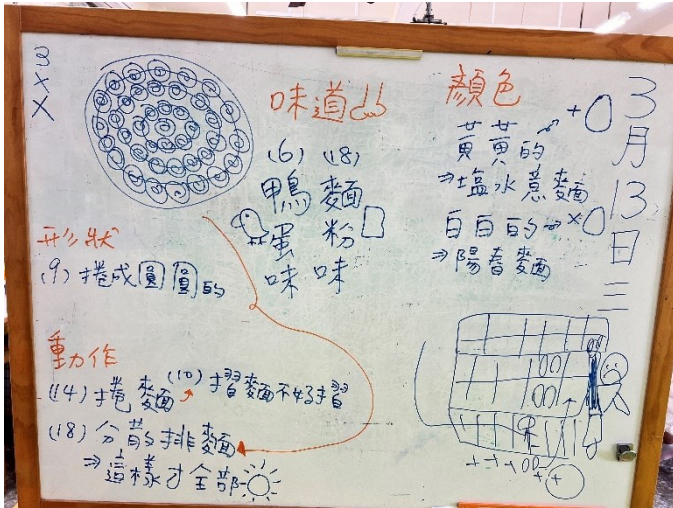
《器具》

發現機器開關、升降機都很酷；曬麵廠四週都是網子，連屋頂都是網子；做麵有3人、裝麵箱子有不同顏色、盤子上有洞洞才會通風。

《感受》

參觀麵廠很好玩、麵條很香、很有趣。

一趟麵廠之旅，開啟了大人和小孩的視野，孩子們的發現很細微，感受很真實，對意麵的認識大大提昇。



第二部分、實驗發現

【敲敲小麥磨麵粉】

日期 113/3/22

孩子從繪本中知道做麵的麵粉是從小麥來的，決定嘗試自己磨出麵粉

老師帶來了一包小麥種子，聞一聞，看一看小麥的樣子

彥皓說：「好像米喔！」

函恩說：「但是米比較白，小麥是黃色的。」

學習區時間，小朋友一起磨小麥，來聽聽看小朋友摸麥的發現與感受。



【麵條黑掉了！】

日期 113/3/25

我們從製麵廠回來後，帶回了幾條沒曬乾的麵條，麵條上出現了綠綠、黑黑的色塊

孩子們說：「發霉了！」

欸？我們自己買回來的鹽水意麵都沒有發霉，怎麼帶回的麵條會發霉呢？

大家一起來探究發霉的原因



【黴菌寶寶】

日期 113/4/2

我們跟自然老師借來了放大鏡、顯微鏡以及培養皿，仔細觀察了麵條上發霉的樣子

麒恩：好像雪地一樣，上面都白白的

安均：有綠色，有白色，還有很多毛

將原本應該要丟掉的食物，變成了我們課程學習的一部份

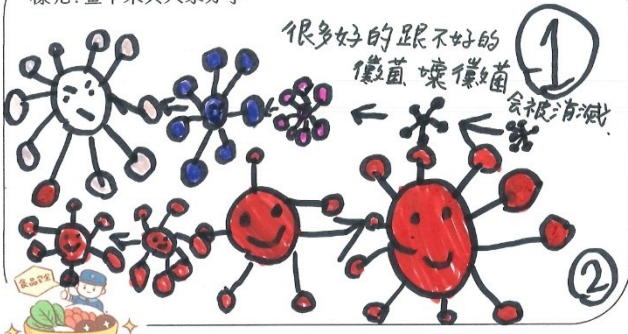
近距離觀察的黴菌，發揮實驗精神，看到的黴菌不一樣面貌，讓我們一起來看看孩子的發現~GO!



麵條長毛了

15

教室的鹽水意麵發霉了，用放大鏡及顯微鏡看看，黴菌寶寶長怎樣呢？畫下來與大家分享



麵條長毛了

16

教室的鹽水意麵發霉了，用放大鏡及顯微鏡看看，黴菌寶寶長怎樣呢？畫下來與大家分享



【製造黴菌實驗】

日期 113/4/3

小朋友發現黴菌讓麵條變黑了，那黴菌怎麼來呢？讓我們來做個製造黴菌實驗

小朋友說要有水會長黴菌、放在悶熱地方

準備三個容器，各自分別放入鹽水意麵一枚

一個容器加水+意麵、一個容易不加水只放意麵、一個容器加水+意麵(放入冰箱)

連假回來，結果如何呢？

《實驗發現》

一早進入教室小朋友聞到一股酸味，發現室溫加水的意麵發霉了

放冰箱的意麵沒有發霉，沒加水的意麵也好像沒有壞掉

但放冰箱的意麵就永遠都不會壞掉嗎？

芷芷：一直放冰箱的食物還是會壞掉，因為我媽媽上次說放太久的肉粽都臭了，放太久了

恬恬：食物不吃就要冰起來，最好可以快點吃完



【不能吃的食物】

日期 113/4/10

我們發現「室溫加水」的鹽水意麵發霉的最嚴重，發霉的食物就不能吃了。

那...除了發霉的食物不能吃，什麼樣的食物也不能吃呢？

我們和孩子們一起集思廣益

苡靚說：掉地板的食物沾到灰塵不能吃了

靜宜說：發霉的、長毛的

我們也發現只要食物和原來長的不一樣，就不能吃

函恩說：過期的食物

嗯？過期的食物，那什麼是過期呢？

觀察仔細的函恩，知道食物上面有寫上數字，代表是可以吃的時間

因此我們一起觀察了食物的有效期限，建立幼兒食品健康安全的重要觀念

另外，討論時均均分享最近電視一直播放食安新聞-寶林麵店事件，不少孩子表示自己也有看新聞，事件與課程發霉實驗相關，更加提昇孩子們對食物安全的敏感度。



【做麵實驗遊戲】

日期 113/4/17

看完製麵廠製麵後，太陽班的孩子說要自己也來試試看，於是全班討論做麵需要哪些材料和怎麼做，大部分孩子覺得麵粉加蛋再加水揉一揉桿一桿，切成一條條的就可以

孩子想的做麵方法可行嗎？讓孩子自己來試試看唄！

躍躍要試的第一批人馬組成，跑到烹飪區集合

一組說要加了鴨蛋，堅決不加水；一組說要加了鴨蛋和水

至於要加多少麵粉和水呢？不知道，孩子憑著感覺和做餅乾的經驗開始實驗

只加鴨蛋組，先打一顆蛋，再一匙一匙的加麵粉，共加了 7 匙，實驗發現只加鴨蛋的麵糰比較黃，比較硬，容易成糰，味道(鴨蛋)比較重

加水加蛋組也是一匙一匙加麵粉，最後共加了 15 匙麵粉，從會滴落的麵粉糊直到成糰的麵糰，花費很多時間在實驗，如何判斷麵粉成糰，孩子依捏黏土的經驗來判斷

接著技術活-捍麵，但孩子一直喊手好黏啊！原來麵糰都黏在捍麵棍上，一位小孩發現多用一些麵粉就不黏手，發現麵粉成為防沾法寶

體力活-壓麵，把麵糰放入加麵機，人工捲麵，來回幾次，孩子從嘻嘻哈哈的搖著機器說好好玩，變成無奈喊好了沒~~~~

藝術活-切麵，孩子發現機器切出來的麵都黏在一起，於是孩子拿起麵粉繼續撒，把黃麵條變成白麵條，學著模仿排麵，最後完成了第一批意水意麵

開開心心拿出去曬麵

問題來了~為什麼做起來的麵硬梆梆、顏色怪怪的

有個孩子問：這真的可以吃嗎？

瞬間，大家看著彼此，笑了出來。



【鴨蛋】

日期 113/4/18

戶外教學日我們一起去參觀位在台南官田的鴨莊，一起認識我們製作鹽水意麵的重要原料——鴨蛋，近距離觀察鴨子生活的環境，也觀察了鴨蛋，孩子們發現，鴨蛋綠綠的，和雞蛋不一樣

專家也告訴我們分辨生蛋和熟蛋的方法

第一種方法是透光性，生蛋的透光性較好，用手電筒照會發光；另一種方法是旋轉，熟蛋因為重量的關係，旋轉時是站立的，特別的小知識分享給大家！



【做麵實驗心得分享】

日期 113/4/19

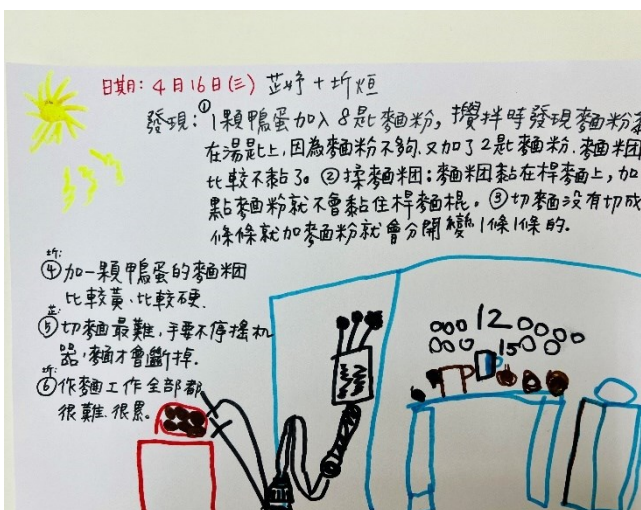
做完麵後，孩子們用圖像紀錄自己做麵實驗步驟並分享自己的心得(如圖)

*攪麵糰要很大力，很累

*切麵很累，手要不斷搖機器，麵才會掉下來

*全部做麵的工作都很累、很辛苦

一趟做麵實驗有發現也有體悟，更珍惜食物得來不易



【來去學做麵】

日期 113/4/23

在製麵實驗後，發現從沒做過麵的我們遇到了好多問題，於是我們決定拜訪專家，請專家教我們做麵，我們步行到社區月津懷舊食堂，老闆教我們手工製作鹽水意麵的方法，介紹材料，到揉麵、桿麵、切麵，最後煮麵品嚐，紮紮實實的做了兩個小時的麵，孩子們在桿麵的時候說著好累好累，

體會到做麵很辛苦，最後品嚐自己辛苦努力做出來的麵，都讚不絕的口說：好呷！真正好呷！帶回自己做的**手工鹽水意麵**與家人分享，成就感滿滿呢！



【親子意麵好時光】

日期 113/4/24

帶回自己製作的鹽水意麵後，孩子說想跟家人分享我辛苦做的麵，於是，老師邀請家長利用時間這週親子作業-意麵料理，利用孩子的手作意麵，鼓勵孩子學習參與家務，共創家庭美好餐桌記憶，讓我們來看看親子玩出什麼好料的，家長的反饋又是什麼呢？



【復刻意麵實驗】

日期 113/4/25

上次做麵回來小朋友做麵的手感還在，堅持要在教室自己試做看看，於是老師帶孩子討論製麵的流程，利用圖像紀錄步驟，統整下來發現做麵竟然要八個步驟，於是小朋友想要來挑戰看看，究竟小朋友可以自己復刻在食堂做的麵嗎？口感會一樣嗎？會遇到什麼難題呢？

*發現與遇到難題：

韋辰：老闆說第一回合要捍麵 10 次，我已經沒力氣了。

靚靚：我也捍了很多次都流汗了

小朋友攪拌麵粉及揉麵糰一會兒就沒體力

於是有人提議改用壓麵機來替代捍麵次數

第一組靚靚麵糰壓了 100 次、第二組甯甯的麵糰壓了 80 次、第三組男生麵糰壓了 50 次
最後會成功復刻意麵嗎?口感如何呢?讓我們來看看!!



【復刻意麵品嚐】

日期 113/4/26

各種不同壓麵次數的麵吃起來口感如何呢?加入不同調味料,搭配意麵迸出好味道,小朋友依自己的經驗調味,究竟好吃嗎?自己做的意麵可以吃嗎?吃起來如何呢?哪種味道是小朋友的最愛呢?

讓我們看聽聽看小朋友吃完麵的反應如何呢?



【第三次製麵-50次麵】

日期 113/5/2

繼上次做麵後,小朋友發現壓麵壓 50 次的鹽水意麵吃起來口感最 Q 最好吃,這次小朋友要挑戰自己完成壓麵 50 次的手工鹽水意麵,他們分工合作按照步驟 一步一腳印,一起合作壓麵糰,用盡力氣,最後會成功嗎?有什麼新發現嗎?

讓我們看下去.....



【太陽班意麵的味道】

日期 113/5/2

50次壓麵完成之後，大家期待這次麵的口感，也很期待可以自己調味，於是決定想調出屬於太陽班鹽水意麵的味道，在老師介紹完調味食材料，大家分工合作洗蔥切蔥，由幾位小朋友代表調出了四種配料，究竟這四種配料和意麵會碰出什麼好滋味呢？哪一種是孩子喜歡的呢？

讓我一起來看看"太陽班鹽水意麵"口味的誕生，還會有什麼有趣的發現嗎？



【曬麵實驗】

日期 113/5/7

上次到范楠爺爺製麵廠有看過曬麵景象，為了開店計畫，我們決定來自己曬麵，討論之前曬的麵為什麼會變黑呢？小朋友觀察比較後推測原因，發現：排麵時需要讓麵有空間和洞洞，風才會吹進去，有的小朋友說像我們每天洗臉的毛巾一樣，要攤開曬才會乾。

透過排麵實驗，幼兒覺察麵條間的空間大小與通風度，你想知道小朋友怎麼排麵的嗎？

曬太陽前的麵摸起來、聞起來是什麼感覺呢？

曬完太陽後的麵變成硬硬的以外，還有什麼發現呢？

究竟這次曬麵會成功嗎？讓我們一起來看曬麵實驗



三、感恩行動

【意麵的印象】

日期 113/4/29

結合這次手做意麵及親子料理，鹽水意麵引起了家長的熱烈回應，家長們彼此讚美各家的意麵料理，意麵也牽起了班級及家長間的網絡，見面都會說：你家的意麵很棒耶！我很喜歡～，那家長對鹽水意麵的印象跟回憶又是什麼呢？透過孩子蒐集家人的回應，讓我們來看看大家對意麵的印象是什麼？

我們也想請問家長，你對鹽水意麵印象是怎麼呢？鹽水在地團仔的你，談到鹽水意麵會有什麼樣的看法呢？看見孩子們自己手工製作出的鹽水意麵，能否勾起你對鹽水意麵的回憶？寫下或畫下你們對鹽水意麵的印象吧，並和孩子一起分享。

記得小時候親友相聚時，擠到雲林四湖的姑物回到鹽水就指名一定要吃意麵，回程甚至打外帶意麵走，當時的我還覺得奇怪，小姑物怎麼這麼愛吃意麵？直到自己離鄉讀大學，回到鹽水的第一餐不巧她亦是吃了意麵，我才知道小姑物吃的是什麼，是回憶。大姑物對吃是出名的挑剔，每次回來吃意麵總是嫌這家煮太爛，那家欠一味，但每次回來還是繼續吃繼續講，我想兩位姑姑的心情都是相似的吧。

我們也想請問家長，你對鹽水意麵印象是怎麼呢？鹽水在地團仔的你，談到鹽水意麵會有什麼樣的看法呢？看見孩子們自己手工製作出的鹽水意麵，能否勾起你對鹽水意麵的回憶？寫下或畫下你們對鹽水意麵的印象吧，並和孩子一起分享。

喜歡孩子們最近就讀著英語每排的一系列意麵課程，昨晚中學校，喜喜鹽水點心城。課程時，跟同學們一起在班上討論意麵種類外食比較的時候，看見「意麵」真是鹽水鹽水成學生課程中的一部分呢！不論是家鄉專門麵店也提供三種：夏日的香滑湯麵，再加上百種特製的家鄉風味，我最愛吃以及風味最足特色的小吃，所以是出訪外地時隨手買的：麵條好才佳。意麵，在鹽水一百多年就是吃取飯的食。看到這次的課程能到鹽水鹽水門一起更認識在地的美食，謝謝學校，真是好呀！



【調查意麵的由來—意麵店踏查】

日期 113/5/9

你們有想過嗎？鹽水意麵為什麼要叫做「鹽水意麵」？意麵又是誰發明的呢？可以賣的東西這麼多，為什麼老闆會想賣意麵呢？

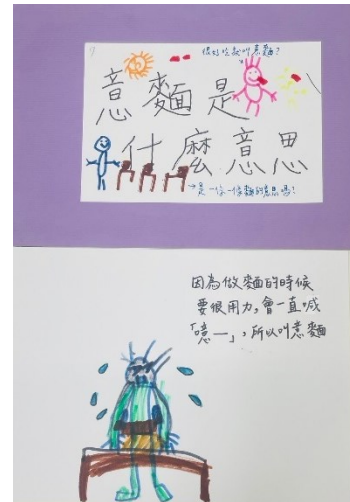
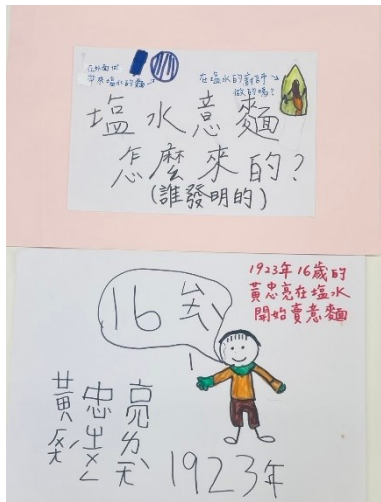
這次我們一起走到鹽水最多意麵的地方——鹽水點心城，拜訪了鹽水意麵店的老闆，熱心的老闆回答了我們的疑問，感謝萬年鹽水意麵、阿姬意麵、阿妙意麵，突擊拜訪，但老闆卻都不吝嗇回答，推廣大家如果到鹽水當地，可以嚐嚐老闆的好手藝喔！



【意麵 Q&A】

日期 113/5/13

- 還記得意麵課程開始前
- 孩子提出一堆對意麵的好奇與想法嗎？
- 經過兩個月多意麵課程探究實驗
- 孩子們找了答案
- 現在就來看看找到的答案跟你想的一樣嗎？



【太陽班意麵店準備中】

日期 113/5/15

決定要開一家意麵店後，才發現有很多事情需要準備，製麵組在製作麵的同時，佈置組負責店的裝飾、招牌，利用學習區時間一起來製作，中班的孩子也練習寫下我們的菜單，大家一起分工合作來開店，甚至，一系列經營麵店的流程，像是：煮麵、端麵、點餐、收餐，孩子也是反覆的練習，為的就是讓我們的太陽班意麵店順利開幕，期待孩子們練習的成果吧！



【太陽班意麵店開幕囉~~~】

日期 113/5/22

太陽班的小朋友做麵、煮麵、曬麵都玩過一輪，還特製太陽班意麵店的口味，小朋友想把這個好味道分享給家人，於是決定開一間意麵店，稱為「太陽班意麵店」

開店當天，小朋友能順利的煮麵不被燙到嗎？能在時間內做出新鮮麵條供給客人吃嗎？曬的麵量足夠給當天客人吃嗎？能成功將麵端到客人桌上不打翻嗎？開店過程他們遇到的問題有順利解決嗎？能順利開店嗎？客人的反應又是什麼呢？讓我們來看小小孩開麵店有什麼精彩的發現...



【開店後的感想】

日期 113/5/28

太陽班意麵店結束後，孩子們畫下自己的感想，孩子們體會到開店的辛勞，但家長一句：「你好棒。」甚至是一個溫暖的擁抱，這樣的肯定讓孩子們覺得充滿了成就感，覺得開店很開心

鹽水意麵讓我們大家的關係更加親近，緊緊的聯繫在一起，鹽水意麵的「意」，或許也有「一起」的意思呢！



【意麵店之後—怎麼讓更多人知道鹽水意麵？】

日期 113/5/31

開完店之後，我們意識到還是有好多人不知道鹽水意麵，那我們可以用什麼方法讓更多人知道呢？

安均說：我們再去外面賣一次→方法一：到外面賣麵

胤騏說：推著推車賣鹽水意麵

韋辰說：邊走邊喊「我們有賣鹽水意麵喔！快來吃喔！」

彥皓說：像我們之前到廟外面打太鼓一樣宣傳→方法二：遊行宣傳

圻烜說：我們就在學校外面貼一條很長的布條，上面寫「幼兒園在賣鹽水意麵」

彥皓說：我們也可以畫我們有賣鹽水意麵的海報，貼在牆上讓大家知道→方法三：海報宣傳

函恩說：我們可以站在校門口宣傳

成雙說：用麥克風聲音比較大聲

智中說：錄音下來，用音響更大聲！→方法四：錄音宣傳

日貴說：畫出來的海報可以拍下來，傳給大家看，大家就可以看到

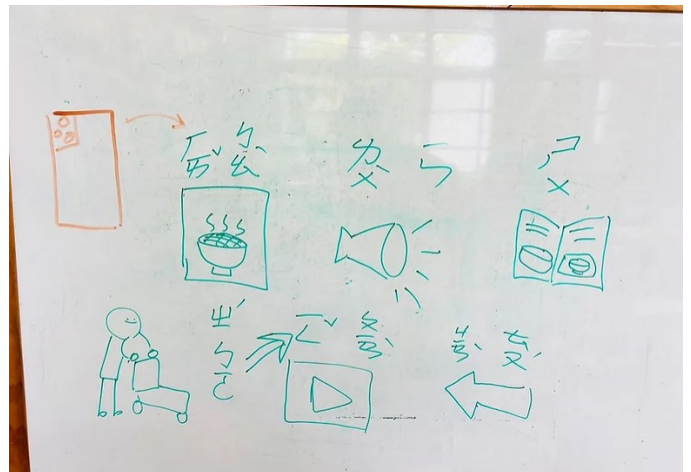
韋辰說：還是我們可以拍直播(影片)！傳到 youtube 讓大家知道鹽水意麵！→方法五：網路宣傳

安均說：還可以做成書，分給小班的弟弟妹妹看，這樣以後他們也會做鹽水意麵→方法六：文本宣傳

大家提了好多方法宣傳方法，綜合起來後

我們決定把我們在鹽水意麵遇到的問題收集起來集成一本書，分享給鹽水圖書館、學校、賣意麵的所有店家，甚至是放到網路上，讓大家更認識鹽水意麵，開店之後，我們又有一個挑戰

夢想計畫結束，但我們和鹽水意麵的故事仍在繼續... 期待我們的意麵宣傳書吧！



課程影片 QRcode



2024_02/22_意麵是什麼



2024_02/27_意麵百百種



2024_03/11_參訪范楠製麵廠



2024_03/22_說明磨小麥的方式



2024_04/26_子甯製作鹽水意麵



2024_04/13_麵條發霉了！



2024_04/13_什麼樣的食物不能吃



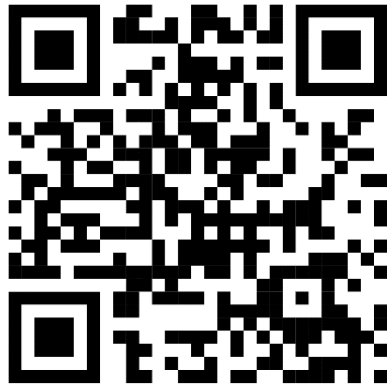
2024_04/17_製麵實驗



2024_04/24_懷舊食堂製麵體驗



2024_04/25_自己做麵復刻意麵



2024_04/29
創意意麵料理及意麵印象



2024_05/02_50次麵
(第3次實驗)



2024_05/07_曬麵實驗



2024_05/09_調查意麵的由來



2024_05/13_意麵QA



2024_05/01-05/21
太陽班意麵店準備中



2024_05/22
太陽班意麵店開幕囉~

