

## 課程題目:愛吃青菜的鱷魚

學習內容: 這本繪本很可愛! 小鱷魚的長相很討喜, 還包包巾~XD, 故事很簡單, 畫風很可愛, 愛吃青菜的鱷魚從小種子播種, 到看著青菜長大~吃了青菜身體健康唷! 愛繪本內容大約是有個農夫在河裡檢到了一隻小鱷魚, 小鱷魚每天都吃農夫種的好吃青菜。某一天有個醫生來幫大家檢查身體, 發現只有愛吃青菜的小鱷魚身體最健康, 原來是因為小鱷魚愛吃青菜, 身體裡面有許多綠色小超人負責趕跑壞細菌。大家知道吃青菜好處多, 所以也都開始愛吃青菜了。

### 學習目標:

- 1.認識各種不同的蔬菜及了解蔬菜對身體的好處
- 2.養成不挑食的健康飲食習慣

### 學習過程:

1. 講一個關於「愛吃蘇菜的鱷魚」繪本故事唷!!! 利用故事繪本--愛吃青菜的鱷魚, 讓孩子了解吃蔬菜對身體的好處。
2. 利用圖片帶孩子認識各種不同的蔬菜並利用學習單剪貼方式, 讓孩子討論農夫餵了小鱷魚吃哪些蔬菜?
3. 小朋友你們知道, 為什麼大家的肚子裡有臭臭呢?
4. 和小朋友討論自己不愛吃跟愛吃的蔬菜

小朋友, 你們有沒有不愛吃的蔬菜啊? 有誰跟我們分享自己最不喜歡吃什麼蔬菜?

5.結論：小朋友都不能偏食，這樣，不但臭臭都沒大出來還會生病，要多吃蔬菜飲食要均衡  
這樣才不會不健康。

許多孩子本身比較不會吃青菜啦！若遇到纖維比較粗的菜就會唉唉說咬不下去～，但我們都  
跟他們鼓勵說要多吃菜菜才不會便秘唷！其實像蔬菜水果、開水等，都是有益的，應該要均  
衡攝取才有營養～

實施心得：

希望藉由這個活動讓孩子從小紮根，了解蔬菜其實含有極豐富的營養能幫助身體得到健康。

1.知道了蔬菜對身體的好處及幫助

2.不會再挑食更願意把菜吃光光