

彰化縣埔鹽鄉南港國民小學教師公開授課自我省思與改進

授課教師： 陳妙花 任教年級： 五年級 任教領域/科目： 健康與體育

教學單元： 青菜佇遮啦～認識蔬菜及料理

自我省思與改進：

- (一) 五年級的學生在長期訓練下，基本能力是好的，對各項料理的基本功，如刀工，洗菜等，配合度良好，也能夠試著動手做。
- (二) 學校的菜園中，種植了許多小黃瓜，學生對黃瓜料理應該會很有感覺，所以，先用了小黃瓜在家中製作泡菜，再帶到學校與孩子分享，同樣的料理食材，用南瓜入菜口感也會很不錯。
- (三) 涼拌菜少油少鹽，又頗為開胃，是一種頗健康飲食，孩子在認識食材的過程，能試吃菜色，知道製作涼拌小黃瓜的過程，上得非常愉快。
- (四) 也教導他們回家後，試著用家中的食材和家人一起做涼拌菜，並共同分享，促進家人感情。
- (五) 孩子平常在家，有的人能動手做料理的機會不多，希望跟家長溝通，如果有在家烹飪的機會，也能讓孩子一起參與。