

自我省思與改進

- 1、觀察學校午餐菜單，說出菜單上有哪些欄位，各代表的的意思。大部分的孩子都能觀察到每天有四菜一湯，一主食，但對菜名及長相認識較少，最瞭解的只有高麗菜、胡蘿蔔最喜歡吃或最不喜歡吃的食物。
- 2、能簡單說出食物的六大類，也能說出平常吃的食物分類。
- 3、低年級孩子比較願意嘗試自己不喜歡的食物，也能透過嘗試說出口感，也能分辨可以常吃的食物與只能偶爾吃的食物，並願意改變飲食習慣。