

現階段的孩子，最在乎自己有沒有長高。然而糖分攝取過多，可能影響了健康的生長。此堂課在教導孩子，注意自己身體健康，且知道自己食用的食物成分，進而知道自己吃進肚子的糖分多寡。讓孩子學會健康的吃，並不是完全禁止，是要適量、學會控制。

本班小朋友的秩序非常良好，因此在活動進行非常流暢。課程前，學生對於產品成分是完全無視的，在課程中，孩子學會理解及計算吃入肚子裡的糖分。分組遊戲進行時，學生非常踴躍搶答？意外收到良好的效果。