

## 親子活動：湯圓製作

- 活動主旨：✔親子關係 ✔自理能力 ✔健康生活 ✔發揮創意

湯圓是華人傳統的食品，傳統上具有祝願一家人「圓圓滿滿、團團圓圓」之意，製作簡易，是一項適合一家人一同參與的活動。

**⚠活動內容煮食部分，請務必在成人在場指導下進行，使用隱妥之爐具，以長食具放置食材，並嚴格規範兒童與火源、熱水之安全距離。**

### (一) 基本材料：

1. 糯米粉 70g
2. 水 100ml

### (二) 基本步驟：

1. 把以上材料混合成粉團，搓揉成喜好的大小。
2. 可以包入不同的餡料。
3. 放入沸水中煮至浮起即成。

### (三) 學習變化：

1. 因應不同品牌之糯米粉所的水分可能有些許不同，只須搓揉至平滑粉團即可。
2. 餡料除可以購買外，亦可以用農曆新年剩下的朱古力或橡皮糖代替。試動動
3. 用果汁取代水可以造出不同顏色的粉團。
4. 可以用即食之紅豆沙、八寶粥等取代糖水。
5. 可以在網路上找出更多不同的造法。



### (四) 活動內容及程度

|       | 活動內容         |              |             |              |               |
|-------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
|       | 與家人一起搓揉粉團、湯圓 | 可以把湯圓做成不同的造形 | 可以在家人指導下煮湯圓 | 事先計劃湯圓的餡料及佐料 | 搜集有關湯圓營養價值之資料 |
| 幼兒    | 😊            |              |             |              |               |
| 小一至小二 | 😊            | 😊            |             |              |               |
| 小三至小四 | 😊            | 😊            | 😊           |              |               |
| 小五至小六 | 😊            | 😊            | 😊           | 😊            | 😊             |

(建議程度，可因應兒童個人程度調整)

### (五) 對應之校本主題：

**Social Intelligence. 社交智慧** **Curiosity. 好奇創新**