

# 優質教育基金主題網絡計劃 — 大專院校

香港中文大學 教育學院 大學與學校夥伴協作中心

「遊戲·學習·成長」計劃 2021-2022

## 教學資源

<b>學校名稱</b>	仁濟醫院友愛幼稚園/幼兒中心
<b>主題名稱</b>	健康 100 分
<b>教學目標</b>	<p>知識：透過不同的活動，讓幼兒認識保持身體健康的方法（健康的飲食習慣、食物營養、運動與健康）</p> <p>技能：以不同的方式表達（語言、肢體、美藝）、提升觀察、記錄和解難能力</p> <p>態度：樂於與同伴協作和尊重他人、建立健康的飲食習慣、享受與同伴進行遊戲的樂趣</p>
<b>班 級</b>	K3
<b>教學時段</b>	2021 年 11 月 22 日至 12 月 24 日(共 5 周)

主題名稱：健康 100 分

**課程設計理念：**

學校致力為幼兒提供多元化的學習活動，讓幼兒從遊戲中，懂得自主學習，以達致全人發展。本校亦培育幼兒良好的品德發展和正向態度。而本年度之關注事項為以珍惜擁有、自我欣賞，以及欣賞他人和事物，以協助幼兒建立正向的思維態度，加強幼兒主動學習及解難的能力，促進幼兒全人發展。

**總目標：**

知識：透過不同的活動，讓幼兒認識保持身體健康的方法(健康的飲食習慣、食物營養、運動與健康)

能力：以不同的方式表達(語言、肢體、美藝)、提升觀察、記錄和解難能力

態度：樂於與同伴協作和尊重他人、建立健康的飲食的習慣、享受與同伴進行遊戲的樂趣

**切入遊戲：**在區角內放置低結構的物料，如大小不同的紙箱、膠樽、廁紙筒等，並張貼與主題相關的圖片(食物和運動)，並請幼兒從家中搜集一些與食物或運動有關的資料/器材/工具/圖片放置在角落中。老師觀察幼兒進行活動的情況和他們的發現，然後與幼兒進行團討和總結在角落內遊戲的經驗，以了解幼兒的生活經驗和已有知識。

**副題一：食物種類知多少**

**學習重點**

**知識：**

- 認識健康飲食金字塔中食物的種類
  - 認識各類食物的進食比例
  - 認識食物適當的儲放位置
  - 認識健康的煮食的方式
- 技能：發揮創意，並運用解難能力與同伴協作
- 態度：願意合作製作食物和雪櫃及欣賞食物的外形

**重點遊戲**

1. 食物大風吹
2. 製作食物和雪櫃
3. 模擬區角活動(廚房)

**家校協作**

家長協助幼兒搜集與食物相關的圖片、玩具等

**副題二：健康飲食和營養**

**學習重點**

**知識：**

- 認識健康飲食原則，如健康飲食的適當份量
  - 認識包裝食物的食用日期、營養標籤
- 技能：觀察和記錄包裝食物的資料
- 態度：
- 培養健康的飲食習慣
  - 積極表達對健康飲食的意見
  - 尊重他人意見

**重點遊戲**

1. 設計健康美食
2. 健康飲食對與錯
3. 找找食用日期和營養
4. 健康食物選給我

**家校協作**

家長與幼兒共同設計健康的美食餐單

**副題三：動與健康**

**學習重點**

**知識：**

- 認識運動對健康的好處
  - 認識運動的安全
- 技能：學習不同運動的技巧
- 態度：樂意參與和遵守規則、享受與同伴玩遊戲的樂趣

**重點遊戲**

1. 挑戰 1 分鐘
2. 健康飲食障礙賽
3. 健康運動我做到

**家校協作**

家長與幼兒共同設計家居運動

運用環保物料來進行模擬遊戲、製作雪櫃



製作食物為遊戲道具



以肢體表達「健康飲食對與錯」遊戲



## 教學反思及成效

是次五個星期的設計活動「健康 100 分」為主題的設計活動融入遊戲的元素來推展。設計活動應以幼兒的主導來推展各活動：以模擬角遊戲為主導的方式來推展遊戲，以團討的方式來進行活動的總結和商討之後進行的活動，這有助老師了解幼兒的想法及其所習得的知識，再按照幼兒的意願和興趣推展各課程活動。過程中，當老師與幼兒進行商討時，起初只有數幼兒較能多加表達及提出更多的見解和想法，其他幼兒只作附和或簡單回應提問，因而需老師多加鼓勵及協助，習慣了團討後，逐漸有更多的幼兒會主動發表意見。

在活動起初的「切入遊戲」中，幼兒只將在模擬角內的紙盒作積木堆砌一起並將食物盒放入箱內擺放。及後幼兒對「健康」的認識以「食物」為主，有數位幼兒帶領其他幼兒進行模擬煮飯的角色扮演，到最後發展出以「餐廳」和「廚房」為主題來進行活動。

當幼兒提出一起製作食物和雪櫃時，他們有機會共同合作，學習商討運用的物料及用具、如何製作及美化等，從活動中學習發揮合作能力。在過程中觀察所見，部份幼兒會嘗試協助及提示有需要的同伴來製作雪櫃，值得鼓勵。有部份幼兒會因意見不合而發生爭執，然後他們會嘗試協商來嘗試解決問題，惟部份幼兒只會向老師尋求協助而未能自行解決，故此幼兒的解難能力仍需加強。

幼兒對不同的食物和健康的飲食習慣最感興趣，對與食物有關的活動非常投入和積極參與，故對健康的飲食能有更深入的認識和了解。尤其當請幼兒探究包裝食物和飲品的資料時，他們均能用心地去觀察並嘗試從中找出其中的食用日期、重量、容量及營養標籤的內容等。此外，透過不同的活動如繪畫健康美食餐單、健康美食模型等活動中，幼兒亦能運用不同物料來進行創作，和運用圖像來表達事物。

惟因疫情關係，大部份幼兒沒有進行戶外運動的經驗，對運動與健康的關係不太熟悉，學習興趣不太，因而未有較深入地進行探究內容，日後可嘗試在其他單元中多加探討。

在整個設計活動過程中，幼兒大致能投入不同的活動，而個別的幼兒在課堂表現較為積極，能主動地回應及提出自己的見解，部份幼兒仍需老師加多引導及提問才會稍作回應，故此日後可多加讓幼兒發表的機會，以提升其表達的技巧和表現。總括而言，在整個設計學習的過程中，幼兒能透過自行去發掘、探索及親身去體會，讓他們能更能積極地去學習不同的事物和完成任務。