

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

| | |
|------|---|
| 學校名稱 | 基督教宣道會天頌幼兒學校 |
| 主題名稱 | 健康生活 |
| 教學目標 | 知識：健康生活的重要性和方法 技能：自我檢視現有的生活習慣、提升觀察的能力、提升共同合作的能力、提升多元表達能力 態度：培養和實踐健康的生活習慣、享受遊戲的過程和學習活動 |
| 班 級 | 高班 |
| 教學時段 | 2021 年 11 月 22 日至 2022 年 1 月 21 日(共七周) |

課程設計理念：

本校致力以基督的愛、專業知識、開放態度和積極進取的精神，為幼兒營造一個尊重、滿有愛和美的環境，與家長攜手為幼兒作最適切的準備，讓幼兒達至全人發展（德、智、體、群、美及靈）。本年度之關注事項為促進課程領導發展，提升教師對遊戲教學的認識及實踐能力，幫助推動幼兒全人發展；同時透過加強宗教培育，推行品德教育，展現正面價值，建立關愛校園。

總目標

知識：認識健康生活的重要性

技能：自我檢視現有的生活習慣、實踐健康的生活習慣

態度：培養健康的生活習慣

切入遊戲：

老師放置不同種類食物玩具及圖片、不同類型的運動用品及相關圖片、時間表的圖片及睡眠裝備、不同表情符號、帳篷及播放輕音樂於角落中，並請幼兒從家中搜集一些與健康生活相關的資料/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。

開展期：5天

學習重點

知識：

1. 認識與食物、運動、作息及情緒與生活的關係
2. 認識健康與不健康的人外貌上的分別

技能：

1. 與家長搜集資料
2. 探索與食物、運動、作息及情緒相關的資料

態度：

1. 樂於/主動參與切入遊戲

主要遊戲活動：

1. 切入遊戲：
 - 飲食角
 - 運動角
 - 作息角
 - 情緒角

延伸活動：

1. 圖工《健康的人 VS 不健康的人》

發展期：20天 「健康飲食」、「運動」

「健康飲食」學習重點

知識：

1. 重溫食物的名稱、健康飲食金字塔的食物種類、「健康餐盒 321」的概念
2. 認識不同的烹調方法(蒸及炸)與健康的關係
3. 認識應多吃及少吃的烹調方法
4. 認識食物包裝上食用日期的款式
5. 認識食物包裝上的食物營養資料(總脂肪、糖、鈉)

技能：

1. 與同儕討論自己搜集的資料
2. 辨別食物的種類
3. 檢視自己的飲食習慣
4. 製作「健康餐盒」
5. 辨別不同的烹調方法(蒸、炸)
6. 思考/判斷/比較不同的烹調方法對身體健康的影響
7. 觀察/探索/記錄食物包裝上的食用日期位置
8. 觀察/探索/記錄食物包裝上的「食物營養資料」位置及份量
9. 判斷食物是否適合食用

態度：

1. 樂於參與集體遊戲
2. 樂於分享自己搜集所得的資料
3. 反思/改善自己的飲食習慣
4. 建立健康及均衡飲食的概念
5. 注重飲食健康

主要遊戲活動：

1. 大風吹遊戲(飲食金字塔)
2. 健康餐盒
3. 我是小廚師
4. 烹調小火車
5. 齊來煮食物
6. 食物包裝大搜查
7. 食物營養知多少

延伸活動：

1. 設計「健康餐盒」(專題研習活動紙)
2. 親子「營」「動」Guide 小冊子(社區資源)
3. 參觀超級市場(因疫情取消，改從與家長搜集資料)

「運動」學習重點

知識：

1. 認識常見運動的種類
2. 認識不同的運動器材或工具
3. 認識使用運動器材的資訊
4. 認識不同的運動服飾及裝備的名稱和特點

技能：

1. 辨別運動的種類
2. 與同儕討論自己搜集的資料
3. 思考使用運動器材時要注意的事項
4. 共同合作設計「運動小遊戲」
5. 配對運動及其合適的服飾或裝備
6. 討論不同服裝或裝備與運動安全的關係
7. 設計個人運動服飾或裝備

態度：

1. 樂於參與集體遊戲
2. 樂於分享自己搜集所得的資料
3. 注意運動安全
4. 培養及提高安全運動意識
5. 培養做運動的習慣

主要遊戲活動：

1. 大風吹遊戲(運動的種類)
2. 創作「運動小遊戲」
3. 運動那一那
4. 運動裝備對對碰
5. 收賣佬(運動服飾及裝備)
6. 運動對與錯
7. 運動安全小達人

延伸活動：

1. 設計「運動小遊戲」(專題研習活動紙)
2. 親子「營」「動」Guide 小冊子(社區資源)
3. 參觀運動用品店(因疫情取消，改從與家長搜集資料)

結束期：10天

學習重點

知識：

1. 鞏固有關健康飲食及運動的資訊
2. 重溫健康飲食及運動的重要性

技能：

1. 投票選出最想分享的學習內容(兩組互相分享)
2. 分享有關健康飲食或運動的內容
3. 共同製作有關分享活動內容
4. 學習表達意見和感受
5. 記錄每天其中一餐膳食的食物種類份量
6. 記錄每天運動的時間

態度：

1. 培養健康飲食的習慣
2. 培養做運動的習慣
3. 培養合作精神

主要遊戲活動：

1. 健康餐盒
2. 運動小遊戲

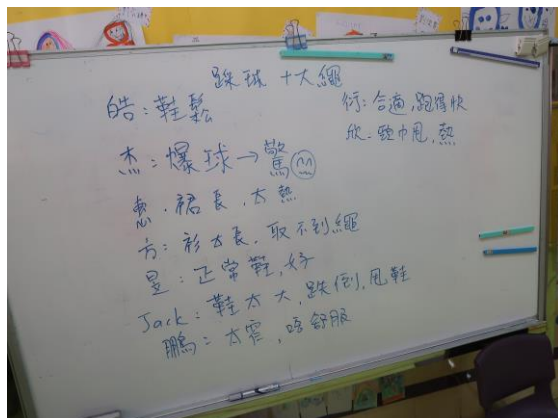
延伸活動：

1. 「健康小達人」記錄冊(親子活動)

教學遊戲分享

| | | | |
|--------|--|------|--|
| 專 題 | 健康生活（運動組） | 推行日期 | 2021年12月13日 |
| 組 別 | 高班（K3） | 人 數 | 9-10人一組（分兩組進行） |
| 活動名稱 | 安全運動小達人 | 活動目標 | 知識：認識穿著運動服飾的安全性 技能：辨別合適的運動服飾 態度：培養安全運動意識 |
| 用 具 | <ul style="list-style-type: none"> ◆ 實物服飾：長裙、成人外套、成人鞋子、幼兒外套、幼兒涼鞋、幼兒拖鞋、幼兒運動鞋、高跟鞋、幼兒運動服、頸巾、幼兒水鞋 ◆ 四款運動遊戲用品：繩子、汽球、乒乓球、皮球 | | |
| 幼兒已有經驗 | 幼兒已操作不同的運動器材，並創作不同的運動遊戲（跳大繩、踩汽球、打乒乓球、拋皮球）。 | | |
| 活動推行 | <p>引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師提問幼兒早前創作了什麼的運動遊戲，請幼兒作分享。 2. 老師請幼兒輪流從神秘袋中抽出不同的服飾，包括：長裙、成人外套、成人鞋子、幼兒外套、幼兒涼鞋、幼兒拖鞋、幼兒運動鞋、高跟鞋、幼兒運動服、頸巾、幼兒水鞋，請幼兒分享抽出的服飾名稱。 <p>遊戲內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 幼兒需要穿上自己所抽取的服飾，嘗試操作早前創作的運動遊戲，例如：跳大繩、踩汽球、打乒乓球、拋皮球。 2. 幼兒在體驗的過程中，可以自由選擇和參與不同種類的運動遊戲。 3. 老師觀察幼兒遊戲的過程，並以筆記、拍照或錄影作記錄。 <p>總結（團討）：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師展示幼兒遊戲時的相片於電子白板上，透過不同的提問，把幼兒的分享記錄於白板上。 2. 團討問題： <ul style="list-style-type: none"> ✧ 幼兒分享穿上了什麼服飾？ ✧ 幼兒穿上該種服飾做運動，感受如何？遇上什麼困難？ ✧ 幼兒認為穿上這些服飾適合做運動嗎？為什麼？ ✧ 幼兒平日也會穿這些服飾做運動或去公園玩嗎？合適嗎？安全嗎？ 3. 老師綜合幼兒的分享和意見，再作小總結，以協助幼兒連繫服飾與運動安全的關係，進一步延伸幼兒對運動服飾和裝備的興趣和探討。 <p>延伸活動：</p> <p>把不同的服飾和運動遊戲用品放在「運動樂園」角落中，讓幼兒於自選活動時間入角作進步一探索。</p> | | |

活動相片



| 成效評估 | | | | | | |
|-------|--|--|---|---|---|---|
| 評估項目 | | 成效指標 <input checked="" type="checkbox"/> | | | | |
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| i. | 活動能達到預期之目標 | ✓ | | | | |
| ii. | 活動配合幼兒的能力及需要 | ✓ | | | | |
| iii. | 活動能對應所選的學習範疇 | ✓ | | | | |
| iv. | 教師所準備之教具能啟發幼兒學習 | ✓ | | | | |
| v. | 教師能清晰及有系統地推行教學活動 | | ✓ | | | |
| vi. | 教師能有效計劃及運用活動空間 | | ✓ | | | |
| vii. | 大部份幼兒能主動投入於學習活動 | ✓ | | | | |
| viii. | 大部份幼兒(>75%)能掌握學習內容 | ✓ | | | | |
| ix. | 大部份幼兒有足夠時間把玩教具 | ✓ | | | | |
| x. | <p>改善及建議：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 活動能達到學習目標，透過幼兒親身的體驗，讓幼兒體會學習目標的內容。 ● 老師在能連繫每一個課堂的學習目標，並因著幼兒於上一課堂中的學習興趣來設計活動，於物料上預備充足，幼兒在過程老師賦權幼兒選擇，從中幼兒自主地探索運動服飾與運動的安全性之關係。 ● 幼兒在團討的環節主動發表意見，老師在也提問每一位幼兒，並透過相片，讓幼兒回顧活動，令幼兒更容易表達活動中的感受及意見，發掘幼兒亮點。例如：老師也可以提問幼兒他們於日常生活中運動時穿著的服飾，讓幼兒可以更聯繫到個人的經驗。 ● 活動時的空間不足，老師可運用其他的活動間進行活動，讓幼兒在操弄運動小遊戲時在更充裕的空間。 ● 下一次進行活動時，可嘗試將參與人數減少，讓老師能集中觀察小朋友。 | | | | | |