

「遊戲·學習·成長」計劃

1. 教學計劃

學校名稱	博愛醫院朱國京夫人紀念幼稚園/幼兒中心
主題名稱	肚子咕嚕叫(食物)
教學目標	<p>知識 認識食物的名稱、外型、氣味、味道、質感及種類； 認識食物的來源； 認識均衡飲食指引「食物金字塔」； 認識簡單的烹調方法； 認識可購買食物的地方（超級市場、街市、便利店）； 認識正確使用餐具的方法； 認識進餐的禮儀； 知道食物的保存方法</p> <p>能力 利用感官探索及語言表達食物的外型、顏色、氣味、味道、 質感； 能按食物種類進行分類； 能設計健康的餐單； 能正確使用餐具(筷子、切食)； 能掌握用刀切的技巧； 能完成進餐的自理(收拾、清潔)； 能觀察及記錄食物的變化；</p> <p>態度 能與別人分享食物； 樂於探索食物的特質； 注意飲食的衛生； 培養健康飲食的習慣； 珍惜食物； 感謝為我們準備食物的人</p>
班級	低班
教學時段	4月19日至5月19日(19日)

2.主題架構圖

肚子咕嚕叫(食物)

主題名稱：肚子咕嚕叫(食物)

班別：幼低班(K2)

時段：10/4-19/5 (19日)

課程設計理念：

以「兒童為中心」的核心價值，按幼兒的興趣、需要和能力，創設啟發他們多元智能的環境，藉生活經驗、感官的接觸，並加入遊戲教學元素以配合本年度的關注事項，透過各種探索活動和趣味的遊戲，提升幼兒的思維及表達能力，以促進幼兒全人發展。

總目標：

知識：	認識食物的名稱、外型、氣味、味道、質感及種類；認識食物的來源； 認識均衡飲食指引食物金字塔；認識簡單的烹調方法；認識可購買食物的地方（超級市場、街市、便利店）；認識正確使用餐具的方法；認識進餐的禮儀；知道食物的保存方法
能力：	利用感官探索及語言表達食物的外型、顏色、氣味、味道、質感；能掌握用刀切的技巧；能按食物種類進行分類；能創作健康的餐單；能完成進餐的自理(收拾、清潔)；能正確使用餐具(筷子、切食)；能觀察及記錄食物的變化
態度：	能與別人分享食物；樂於探索食物的特質；培養健康飲食的習慣；注意飲食的衛生；珍惜食物；感謝為我們準備食物的人

切入遊戲：

環境設置：	課室設置「我的有營餐廳」，擺設煮食用具、餐桌、椅子及簡單的餐單，並安排角色的服飾裝備(廚師_圍裙、侍應生_落單筆記本、客人_錢包)讓幼兒透過環境佈置進行角色扮演。 餐廳內有不同食物的圖片、飲品及食物模型。
1. 幼兒自由參與遊戲，老師從旁觀察 (約5-6人一組，每組一節時段，每節30分鐘，每天進行3節，預計需進行2-3天)	
2. 團討及總結是日經驗。(每天均有一次全班團討，最後亦有一次全班團討)	
3. 幼兒參與修訂。 如：餐廳內有什麼食物？你吃了什麼食物？食物足夠嗎？ 不足夠的話，你認為可以有什麼食物增加？如何增加？ 廚師怎樣煮食？利用什麼用具煮食？ 幼兒可以用什麼餐具進食？	
增潤遊戲：	預期幼兒發現餐廳內的設備不足，如：餐單沒有足夠種類食物、食物的烹調方法是否對健康有影響...等，請幼兒搜集有關餐廳的用品添置餐廳的設備。

副題一：食物的種類(7日)

預期學習重點：

- 認識食物的名稱、外型、氣味、味道、質感及種類；
- 認識食物的來源
- 利用感官探索及語言表達食物的外型、顏色、氣味、味道、質感；
- 說出食物的外型、顏色、氣味、味道、質感；
- 能按食物種類進行分類；
- 利用蔬菜進行壓印畫；
- 樂於探索食物的質感；
- 樂於與同伴合作進行遊戲；

遊戲/活動：

- 感官大挑戰—穀物類
先將五穀類食物(米、通粉、面)放於密封的神祕盒子內，然後請幼兒隨意觸摸、搖動盒子，運用感官聽、嗅及摸，猜估盒子裡面是什麼食物，嘗試說出其他五穀類食物。
- 感官大挑戰—蔬菜類
請幼兒在模擬的農田，觀察不同蔬菜的影子外形，再憑影子的外形找回蔬菜作配對；最後請幼兒觀察蔬菜的內部結構，由外至內的探究後，再做蔬菜水彩印畫。
- 感官大挑戰—水果類
請幼兒嗅嗅及摸摸盒子的裡的水果，然後猜猜是什麼水果；再取出水果，試吃水果的味道(西柚、梨子、奇異果、火龍果、菠蘿)
- 親子樂活農莊(社區/親子)
透過參觀及參與耕作認識食物的來源。
- 感官大挑戰—海鮮及肉類
老師展示豬肉、雞肉、魚等食物，請幼兒嘗試透過保鮮紙觸摸並說出其質感從觀察中比較肉類的顏色。幼兒分組進行午餐餐單大搜查，圈出含有肉類的食物。

副題二：均衡飲食(6日)

預期學習重點：

- 認識食物金字塔；
- 認識健康的食物
- 認識簡單的烹調方法；
- 理解烹調的方法會影響健康；
- 能辨別健康及不健康的食物；
- 能設計健康的餐單；
- 能與別人分享食物；
- 培養健康飲食的習慣；
- 感謝為我們準備食物的人；

遊戲/活動：

- 食物金字塔
將大三角形按食物金字塔分成6格，請幼兒以最短的時間將食物的類別組合在6個格內；依食物會多吃及少吃的原則貼上食物金字塔內。如有需要，請幼兒再利用30秒時間修正答案。
延伸：請幼兒選擇一種食物，再請幼兒根據食物金字塔排序方法，排列出屬於個別的食物金字塔。
- 健康食物Bingo
請幼兒選取食物圖卡，隨意貼於3x3格的卡上，然後請幼兒輪流抽出一張食物圖卡，若屬健康食物，幼兒便可圈出其中一張相同的食物圖片，直至幼兒圈出的健康食物能連成3格的直線、橫線及斜線。
- 餐單設計師
幼兒分成4組，每組獲發一張「購物清單」，請幼兒在課室內找出所需的食物，然後請幼兒根據所得的食物設計一份健康午餐的餐單。
- 我是小廚神
請幼兒先預測焗、蒸及炒那一個的烹調方式是較健康？請幼兒利用雞蛋作食材，嘗試利用焗、蒸及炒的方式烹調。根據記錄比較三個烹調方法的健康程度，如：油、鹽、糖的份量。
- 吸油紙大比拼
利用預測的方法，猜想那一種食物是最多油不健康。請幼兒利用吸油

副題三：進食的態度(5日)

預期學習重點：

- 認識正確使用餐具的方法；
- 認識進餐的禮儀；
- 知道剩餘食物的保存方法
- 能完成進餐的自理(收拾、清潔)；
- 能記錄食物的變化；
- 能正確使用餐具(筷子、切食)；
- 珍惜食物；
- 感謝為我們準備食物的人；

遊戲/活動：

- 迴轉餐具
將不同塑膠餐具放在圓枱上，請幼兒圍著圓枱慢走，由教師說出食物的名稱，幼兒便要根據食物而選取合適的餐具，如飲「湯」用「匙」進食。
- 餐桌禮儀小天使
老師與幼兒討論餐桌的禮儀：進食時要合上嘴巴不說話，收拾餐具、保持桌面及地面清潔...等。接著老師播放幼兒日常進食午餐的影片，請幼兒提出做得好和需要改善的地方；進行為期四天的記錄，以選出「最具餐桌禮儀」的組別。
- 誰是大啖鬼？
幼兒分成小組，請他們坐在地毯上。每塊地毯內有一張卡(大啖卡或食物卡)，請幼兒先看看自己的卡，再請幼兒猜估是誰坐著大啖卡。遊戲中，幼兒需說出句子「大啖鬼，係邊個？」「唔係我，係陳小明。」當幼兒成功猜中後，幼兒需要說出大啖卡中浪費的原因。
- 保存食物
請幼兒提議如何處理剩餘的食物，如扔掉、保存、分享等，然後展示不同的保鮮物料，如保鮮盒、保鮮紙、密實拉鍊袋、冰箱等。請幼兒觀察及記錄食物貯於保鮮物料內與暴

- 「我是什麼？」三格跳
請幼兒排成一直線，當聽到指令說出食物的名稱時，請幼兒跳到屬於該食物的類別位置，如：牛肉—肉類、通心粉—穀物類。
- 食物心臟病(自選教具)
請幼兒分成兩邊坐，每邊派出一位幼兒，二人輪流取一張食物圖卡，然後一起翻開圖卡，請幼兒以盡快說出對方拿取的食物的種類。
- 食物好朋友
請幼兒選擇一個食物的頭飾，如：生菜、西芹、牛奶、雞蛋等等，再請幼兒聆聽音樂時四周行走，當音樂停止時，請幼兒依指示組合成不同的食物小組，如：兩個蔬菜一個肉。

紙把食物的油分印出，觀察及比較利用吸油紙的數量(炸薯條、梳打餅、紫菜)

- 一星期進餐紀錄表(親子)
請幼兒紀錄一星期的進餐情況，當中紀錄每餐的烹調方法，進食的食物及份量，從而檢視幼兒的飲食習慣。
- 油鹽糖黎啦!(體能)
三位幼兒分別扮演「油、鹽、糖」需要捉扮演健康食物的幼兒，當有幼兒被「油、鹽、糖」捉到後，便說出自己扮演的食物，「油、鹽、糖」再說出該食物與自己相遇後變成哪種不健康的食物，如「雞肉」被「油」捉到變成「炸雞」。
- 部隊鍋(體能)
請幼兒一同扮演遊戲，模仿煮食的煲及食物於鍋子內的情況，如：香腸(滾動)、粟米(彈跳)等。
- 母親節食物分享會(親子)
請家長與幼兒一同設計雞蛋的食譜，然後投票選出5個「我最喜愛的餐單」，邀請獲選的家長於分享會中製作該款食物與幼兒分享；幼兒則於製作「小蛋船」送給母親。感謝媽媽準備的食物。

露於空氣的食物之分別。

- 感謝你
請幼兒運用不同的物料設計心意卡，感謝為我們預備食物的人，如農夫、廚師、侍應、父母等。

3.教學遊戲

負責老師： 黎正賢 週次 第8週 單元主題： 肚子咕嚕叫(食物)

活動時間	教學目的	教學流程	教材/ 教具
09:00-09:10	/	早會(校歌、早操)	/
09:10-09:30		早餐	
09:30-10:40	<ul style="list-style-type: none"> • 認識水果的名稱、外型、氣味、味道、質感及種類 • 利用感官探索及語言表達水果外型、顏色、氣味、味道、質感 • 嘗試用刀切水果 • 樂於探索水果的質感 	主題活動「感官大挑戰—水果類」 <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師以提問，提問幼兒平日最喜歡吃什麼水果？ 2. 再出示幼兒常吃的香蕉、蘋果，請幼兒說出它們的味道及顏色、外形及質感。 3. 神秘箱內放有4種水果，請幼兒猜猜是甚麼水果。 4. 老師先請幼兒觸摸水果的表面，說出是什麼感覺如：圓形、滑、有釘子、吉手、有一條條的…同時，老師把幼兒說出的形容詞記錄在白板上。 5. 接著，請幼兒再利用嗅覺聞一聞是哪一種水果的味道。 6. 最後，請幼兒聯想有什麼水果是以上的特質 7. 最後，請幼兒選出自己想吃的食物，嘗試用刀切水果，一起分享。 	西柚、梨子、奇異果、火龍果、菠蘿
	<ul style="list-style-type: none"> • 能按步驟摺疊小籠包 • 能按食物種類進行分類 	分組自選學習 <ol style="list-style-type: none"> 1. 寫字活動(米、51-60) 2. 圖工區：「小籠包」請幼兒利用手工紙及紙球，摺成小籠包，再把製成品貼於大蒸籠上。 3. 教具：「食物心臟病」 請幼兒分成兩邊坐，每邊派出一位幼兒，二人輪流取一張食物圖卡，然後一起翻開圖卡，請幼兒以盡快說出對方拿取的食物的種類。	手工、紙球、大蒸籠
10:40-11:20	/	英語活動 / 普通話活動(逢星期二及四)	
11:20-11:55	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 能聆聽指示組合成不同的食物小組 ◆ 樂於與同伴合作進行遊戲 	體能活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 暖身操 2. 遊戲「食物好朋友」 請幼兒選擇一個食物的頭飾，如：生菜、西芹、牛奶、雞蛋等等，再請幼兒聆聽音樂時四周行走，當音樂停止時，請幼兒依指示組合成不同的食物小組，如：兩個蔬菜一個肉 3. 舒鬆 	食物頭飾
11:55-12:35	/	排洗 / 午膳 / 水果	/
12:35-12:55		排洗 / 漱口 / 故事	
12:55-2:30		午睡	
2:30-2:40		起床 / 排洗 / 午睡後整理	
2:40-3:00	/	英語活動	/
3:00-3:30	/	排洗 / 茶點	/
3:30-3:55	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 能唱出水果歌 ◆ 能找歌詞，並製作簡單的圖譜 	音樂活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 準備活動—HELLO SONG：請幼兒一邊與四周的同伴打招呼 HELLO 2. 音樂停了找一個空位坐下唱歌《水果歌》 	CD

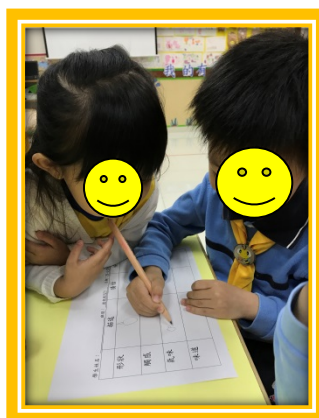
		<ul style="list-style-type: none"> 3. 老師請幼兒聆聽歌曲的內容，請幼兒聆聽當中的歌詞 4. 找出有什麼水果 5. 老師與幼兒一同找歌詞，並製作簡單的圖譜 6. 請幼兒一同唱出歌曲 7. 請幼兒因應歌詞的內容配合動作 	
3:55-4:05	/	排洗	/
4:05-4:25	/	故事 / 自選活動	/
4:25-4:30	/	總結 / 整理	/
4:30-6:00		放學	

4.教學反思及成效

活動以小組形式進行，幼兒樂於探索不同水果的外形及質感，然後再紀錄下來，如：有幼兒以觸覺摸到水果有釘子，於是在紀錄紙上畫出很多的三角形，並初步預測是榴槿。另一組幼兒摸到奇異果便在紀錄紙上畫出圓形及有很多毛。

還有，幼兒於活動中能夠用心聆聽同伴的分享，分享時利用語言清楚表達水果的形狀、氣味、質感，如：「呢個係圓形嘅，有毛。」；幼兒用子聞菠蘿時，說「嘩！好香呀！應該係菠蘿。」其他的幼兒發現水果有釘時，會提醒同伴小心，注意安全。此外，幼兒很有自信地猜想神秘袋中的水果，即使結果與預測的不一樣，幼兒也會發現眾多的水果中有很多相似的地方，大共通點，如：橙與西柚的外形顏色。

活動的內容對幼兒而言是好玩、有趣和新奇，自由探索水果引發幼兒很大的學習動機，還可以按幼兒選擇的方法進行探索，如：用直觀、用鼻子聞、用手觸摸的方式。



幼兒正利用感官探索水果外型、氣味及質感，利用紀錄表紀錄。