

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 2024-2025
教學資源

學校名稱	力行幼稚園
主題名稱	食物・你好嗎？
教學目標	知識： ● 認識食物的種類和來源 ● 認識可購買食物的地方 ● 認識健康的飲食習慣 ● 認識健康飲食金字塔 ● 認識均衡飲食的重要性 ● 認識不同的烹調方式 ● 認識食物的儲存方式 ● 鞏固進餐的禮儀的認知 ● 鞏固餐具用途的認知 技能： ● 觀察和比較多油和少油的食物 ● 能掌握切和剝的技巧 ● 能掌握餐具的運用 ● 能掌握用餐前後的自理 ● 能自己收拾餐具 ● 能以正確的方式飼養供食用的動物 ● 提升多感官觀察、探索能力 ● 提升解難能力 價值觀和態度： ● 懂得珍惜食物 ● 培養良好的飲食習慣和用餐禮儀 ● 樂意嘗試不同的食物 ● 樂意感謝為自己提供食物的人 ● 培養責任心 ● 樂意尊敬長輩 ● 願意禮讓別人 ● 享受與同伴遊戲的樂趣
班級	K3
教學時段	4/11/2024-29/11/2024

力行幼稚園

課程設計架構圖

食物，你好嗎？（高班）

日期：4-11-2024 至 29-11-2024

班級：高班

課程設計理念：課程設計緊扣本園的辦學宗旨，培養幼兒全人發展，享受學習的樂趣，使他們身心均衡發展。課程設計亦配合本年度的關注事項，透過遊戲活動，加強幼兒認識生物多樣性，學習從小愛護大自然，並且推廣中國文化，讓幼兒尊重、承傳及傳揚傳統文化。

總目標：透過遊戲為本的學習，讓幼兒認識食物的來源、類別、食物金字塔、食物的營養價值和均衡飲食的重要性。透過不同活動，提升幼兒的表達能力和觀察能力。懂得食物來之不易，珍惜食物和感謝提供食物的人。

切入遊戲：

老師在模擬角放置低結構物料、不同的食物玩具和貨架模擬超級市場的場景，請幼兒自行在區角內探索。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的遊戲經驗，以了解幼兒的生活經驗和已有知識。

副題一：

食物從哪裡來？（5 天）

學習重點

知識：

1. 認識食物的種類
2. 認識食物的來源
3. 認識可購買食物的地方

技能：

1. 能以正確的方式飼養供食用的動物
2. 提升解難能力

價值觀和態度：

1. 懂得珍惜食物
2. 樂意感謝為自己提供食物的人
3. 培養責任心（中華文化）
4. 享受與同伴遊戲的樂趣

副題二：

健康飲食小偵探（7 天）

學習重點

知識：

1. 認識食物的種類和來源
2. 認識健康的飲食習慣
3. 認識健康飲食金字塔
4. 認識均衡飲食的重要性
5. 認識不同的烹調方式

技能：

1. 提升多感官觀察、探索及解難能力
2. 能觀察和比較多油和少油的食物
3. 能掌握切和剝的技巧

價值觀和態度：

1. 享受與同伴遊戲的樂趣
2. 培養良好的飲食習慣
3. 樂意嘗試不同的食物
4. 樂意感謝為自己提供食物的人

副題三：

食物衛生小偵探(3 天)

學習重點

知識：

1. 認識食物的儲存方式
2. 鞏固進餐的禮儀的認知
3. 鞏固餐具用途的認知

技能：

1. 能掌握餐具的運用
2. 能掌握用餐前後的自理
3. 能自己收拾餐具

價值觀和態度：

1. 樂意尊敬長輩（中華文化）
2. 願意禮讓別人
3. 培養良好的用餐禮儀

重點遊戲

1. 《我是小農夫—綠豆種植》

兩位幼兒一組，在種植區共同種植綠豆直至收成。

2. 《小農夫插秧》

幼兒利用環保紙製作秧苗道具。老師在終點處放置一個反轉的籃子，請幼兒以不同方式前往插秧處插秧，包括繞過障礙物跑、單腳跳、助跑跨跳。

3. 《小小擠奶工》

老師把白色液體倒入手套內，在手指處戳一個小洞，讓幼兒體驗擠牛奶。

4. 《我的小動物》

老師預先詢問幼兒想領養哪種供食用的動物，然後派發線稿圖讓幼兒回家創作身體造型，再請幼兒在家中帶回一個紙盒/奶粉罐，把領養的動物造型貼在紙盒上，每天需悉心照顧自己的小動物，包括餵食、陪玩、清理排泄物等。

重點遊戲

1. 《食物大風吹》

老師在戶外場地用布佈置健康飲食金字塔圖框，請幼兒隨機抽取一張食物圖卡，與老師一起玩食物大風吹，走到正確的塔層。

2. 《油份大測試》

老師負責炸薯仔和焗薯仔，然後請幼兒用手觸摸兩款薯仔，說說兩者的分別，再請幼兒利用吸油紙測試炸薯仔和焗薯仔的油份。

延展活動：請幼兒用吸油紙測試不同食物的油份（蘇打餅、即食紫菜、韓式即食紫菜、蛋糕、麪包、薯片）

3. 家校合作—《飲食記錄表》

老師派發飲食記錄表，請幼兒記錄每日所食的食物種類，檢視自己的飲食習慣。

4. 戶外參觀《逛街市》

老師帶領幼兒前往梅窩街市參觀不同種類食物，並購買蔬菜和水果。

5. 小食嚐試《健康蔬果沙律》

請幼兒一起處理食材（清洗蔬果、切薯仔、生菜、水果、剝粟米粒），老師協助幼兒焗熟薯仔和粟米粒。幼兒一起製作健康蔬果沙律並於茶點時間品嚐。

重點遊戲

1. 家校合作親子遊戲《食物衛生小偵探》

老師在地上貼上對與錯的分界線，然後出示不同的圖卡，請幼兒分辨食物儲存方法是否正確，正確的話就跳到正確的位置，錯誤就跳向錯誤的位置。

延展活動：老師預備食物衛生教具（雙面），請幼兒帶回家與家人一起玩。正面教具：讓幼兒剪出儲存食物方法圖卡，判斷對錯。背面教具：健康飲食金字塔拼圖。

2. 《餐具食物對對碰》

幼兒在神秘箱內抽取一件餐具，然後繞過障礙物到達終點，找出相應的食物進行配對。（湯匙配對湯及飯、叉配對意粉、筷子配對麪、吸管配對飲品等）

3. 《生日會-圍食》

老師將幼兒帶回校的食物分碟放在桌子中間，讓幼兒扮演家庭中的不同角色，在扮演長輩的幼兒動筷後，其他幼兒才能開始夾取食物。（中華文化：圍食、尊敬長輩）

教學活動分享

活動名稱	小農夫插秧
日期	7-11-2024
遊戲目標	1. 能認識食物的來源 2. 能明白食物來之不易 3. 提升解難能力 4. 享受遊戲的樂趣
引起動機	老師提問幼兒：米從哪裏來？請幼兒分享意見。
活動內容	小農夫插秧 1. 幼兒預先在課堂時間用環保紙製作秧苗。 2. 每位幼兒有 10 支秧苗，幼兒需以蹲著走的方式走到插秧處，把秧苗插入反轉了的玩具籃的小孔中。 3. 團討：插秧的感受如何？農夫要做很長時間的，他們會覺得怎樣？ 你在插秧的過程中遇到什麼困難嗎？你是怎麼解決的？
總結	農夫插秧是很辛苦的，插秧後仍然需要精心照料，所以糧食是來之不易的，我們應該珍惜糧食。

教學活動（小農夫插秧）



教學反思及成效

在教學活動中，為了讓幼兒有更多遊戲的時間，老師調整了活動的形式，將幼兒分成兩組活動，縮減了幼兒的遊戲輪候時間，發現幼兒可以有更多時間在遊戲中進行探索，在團討時有更多機會分享，幼兒整體的投入度大大提升。

活動能夠達到提升幼兒解難能力的教學目標。在遊戲過程中，幼兒發現秧苗的根部比較粗，較難插入小孔中，他們會先用自己的方法嘗試把根部扭成比較細小的尺寸，再插入小孔中。過程中，幼兒遇到困難時亦可以透過觀察和模仿同儕解決問題。意料不到的是，有些幼兒在自己完成後會主動地幫助未能完成遊戲的小朋友，展現同理心和良好的社交發展。

體驗遊戲能讓幼兒明白食物來之不易。當日幼兒在戶外空間被太陽曬著進行遊戲活動。在團討時，幼兒能說出感到很熱，在插秧後，手臂、大腿、背脊等身體部位很累。他們能真切地體驗農夫到插秧的辛勞。後來，他們在吃茶點和校外進餐時有表現出珍惜食物的態度和行為。

如果再玩，遊戲的難度可以提升，例如幼兒蹲著走去插秧處的路程可再延長，秧苗的數量可增加至 20 支或以上，並且增加此項活動的體驗次數（可多天進行），讓幼兒更能體會農民的辛勞和不易。

整體而言，遊戲教學策略讓幼兒在遊戲中學習、探索中解難，自發地嘗試解難及幫助別人，而非透過老師主導的教學。從幼兒的親身體驗出發，具趣味的遊戲學習活動能提升參與感，同時也令學習內容更深刻。利用「知、情、行」框架設計課程活動，能讓幼兒以第一身經驗培養正確價值觀和態度。