

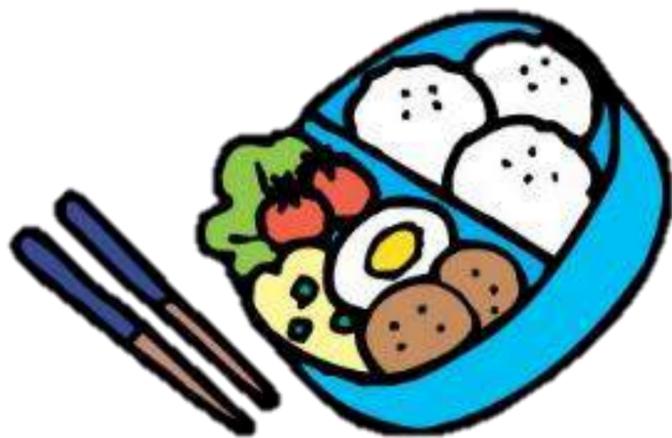


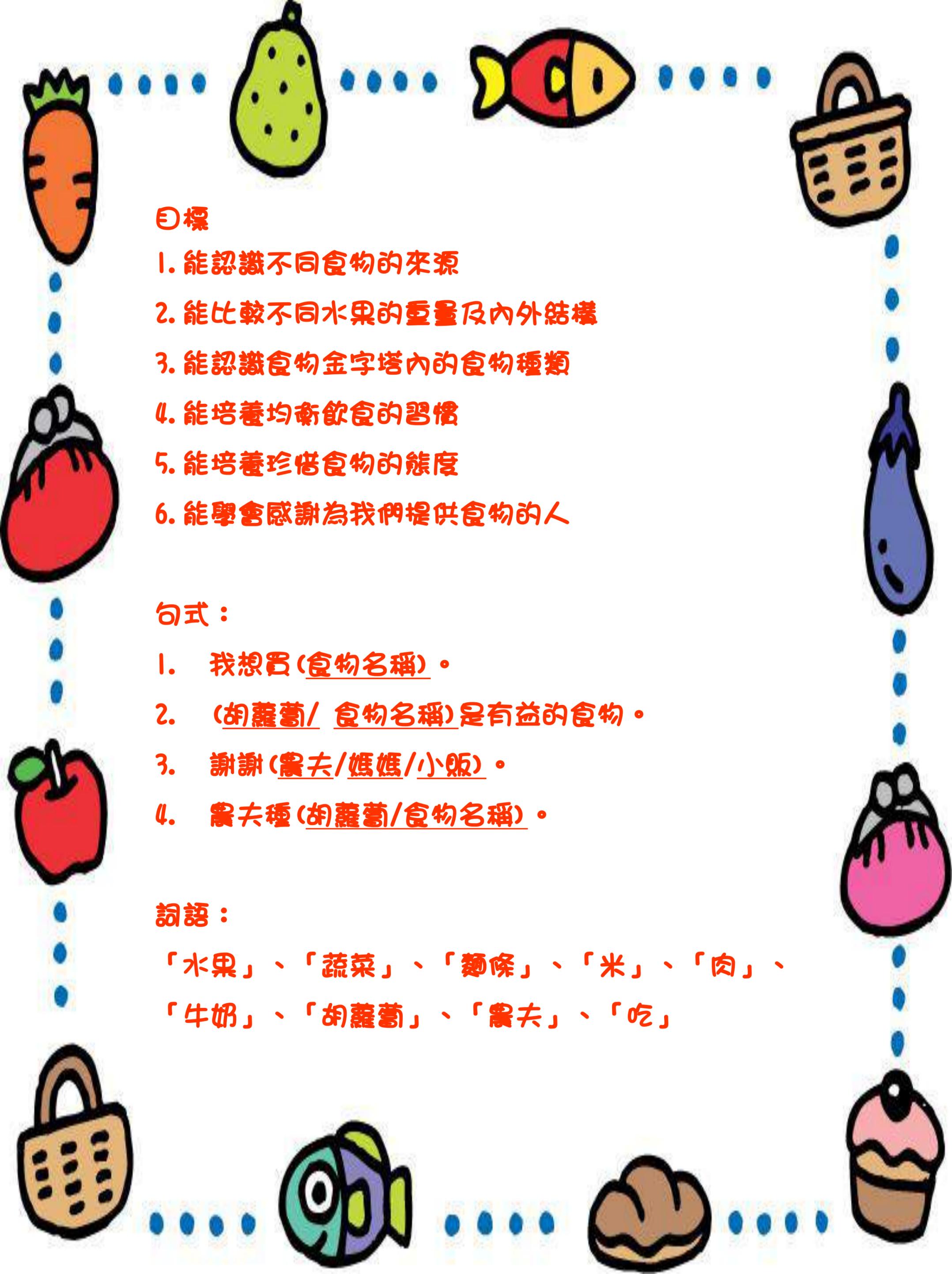
香港青年協會 青樂幼稚園  
青樂幼兒園

# 低班學習報告

主題教學：餐盒裏的秘密

日期：二零一九年十一月十八日  
至  
二零一九年十二月二十日





## 目標

1. 能認識不同食物的來源
2. 能比較不同水果的重量及內外結構
3. 能認識食物金字塔內的食物種類
4. 能培養均衡飲食的習慣
5. 能培養珍惜食物的態度
6. 能學會感謝為我們提供食物的人

## 句式：

1. 我想買(食物名稱)。
2. (胡蘿蔔/ 食物名稱)是有益的食物。
3. 謝謝(農夫/媽媽/小販)。
4. 農夫種(胡蘿蔔/食物名稱)。

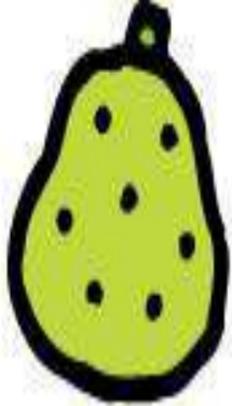
## 詞語：

「水果」、「蔬菜」、「麵條」、「米」、「肉」、「牛奶」、「胡蘿蔔」、「農夫」、「吃」

# 我想買

透過主題「餐盒裏的秘密」，老師由食物與幼兒開始學習，先展示不同種類食物圖片，請幼兒運用句式「我想買\_\_\_\_\_。」創作句子。





咁一掂



老師出示不同的水果，如蘋果、橙、奇異果、檸檬等，請幼兒一邊放上一種水果，猜一猜那種水果重那種輕，並引導幼兒觀察天秤兩邊的高低與重量的關係。

奇異果比提子重。



木瓜比較重天秤會下降。



蘋果大過提子，所以會重d。



你哋提子一定輕過我個大木瓜。



我揀咗檸檬同蘋果比較。



提子一定輕過你嘅檸檬喇。





# 水果大發現

老師添一把水果切開，引導幼兒理解「半個」的概念是把一個分成兩等份，並進行不同的水果配對遊戲，鞏固幼兒對一個和半個的理解。





我有半個桃!



我有半個火龍果!



我有一個雪梨!

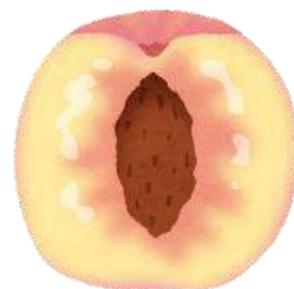
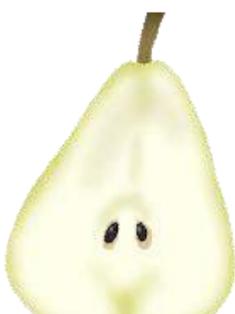
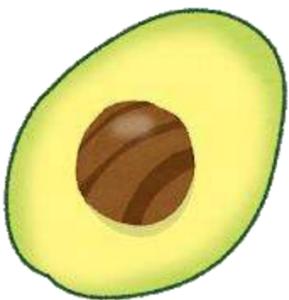


我有半個桃!

我有一個木瓜

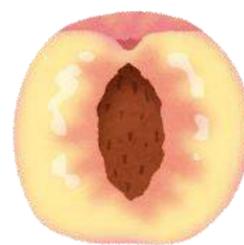


我有半個木瓜!





# 水果的結構



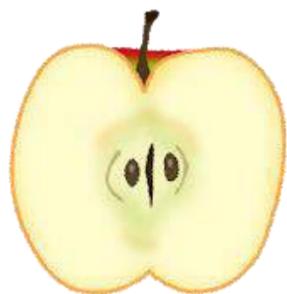
最後，老師讓幼兒逐一觀察水果的內部結構，從中比較不同水果外和內的不同之處。



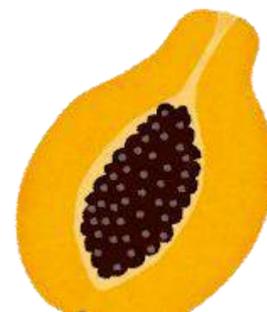
木瓜嘅果核好似珍珠。



木瓜嘅果核係圓形的既，有好多粒就好似寶石。



奇異果嘅果核係黑色好細粒！



奇異果嘅果核好似芝麻！



檸檬嘅果核係白色細長形。



# 健康飲食金字塔

老師出示食物圖片「健康飲食金字塔」與幼兒觀察及討論不同層級的食物，並講出不同類別的名稱。



奶類及代替品  
每日要2杯!



肉、魚、蛋及  
代替品既份量  
要平均!



油、鹽、糖類  
係食物金字塔  
最頂層  
我哋要食最少!



蔬菜類  
係食物金字  
塔既中層!



五穀類係最  
底層需要  
食多d!



水果類  
每日最少  
要食1份!

# 有益的食物

老師展示不同的食物圖卡，與幼兒玩「有益的食物」遊戲，並運用句式「\_\_是有益的食物。」作口頭造句。

水果是有益的食物。



肉是有益的食物。



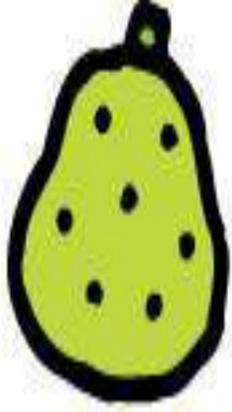
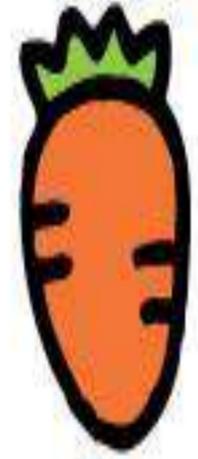
蔬菜是有益的食物。



牛奶是有益的食物。



米是有益的食物。



胡蘿蔔是有益的食物。



雞蛋可以食多啲。



薯條唔可以食太多。



雪糕唔可以食咁多。



西蘭花是有益的食物。



香蕉是有益的食物。



# 食物的來源

一連串食物的學習，老師與幼兒一起討論有關食物的來源，並總結食物都是農夫、漁夫和農場工人辛勞地為我們提供的。



牛奶係由牛提供。



蔬菜係由農夫系田種植既。



水果係由農夫系樹種植既。



魚係由漁夫出海捕捉我地既。



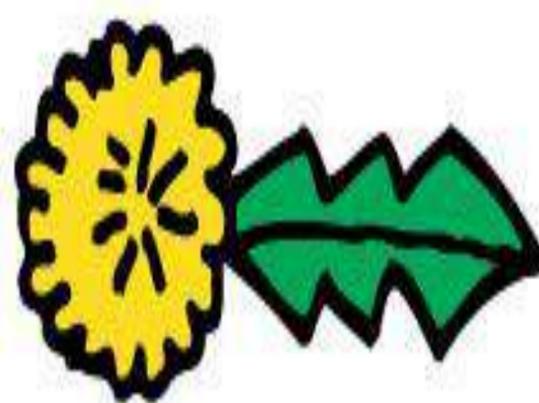
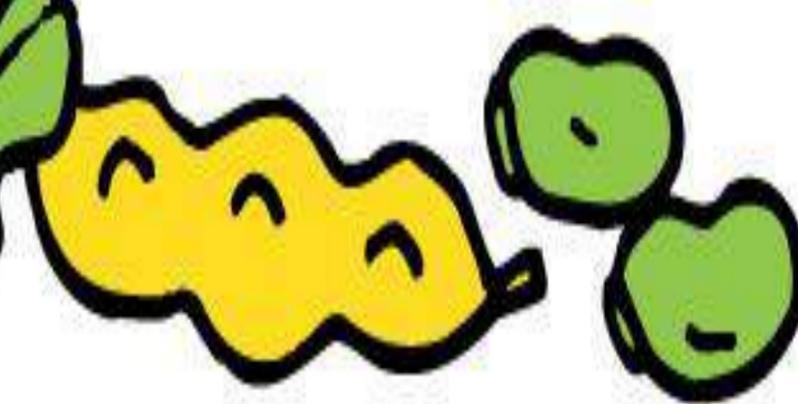
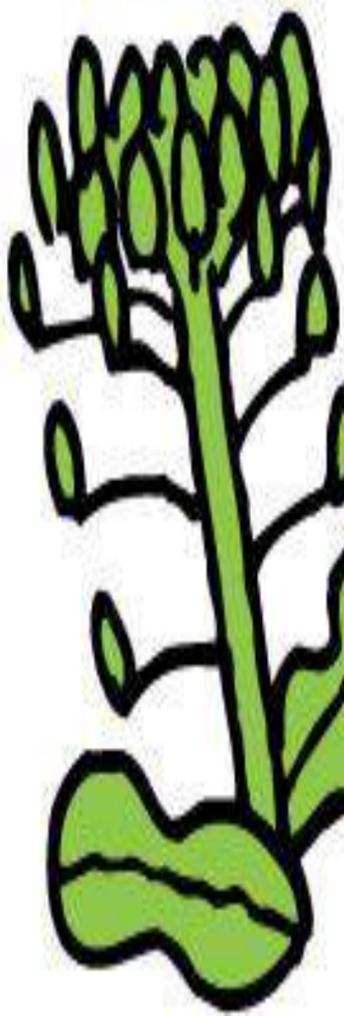
藍莓係由農夫系果樹上種植出黎。



紅蘿蔔係由農夫系農地種植出黎。

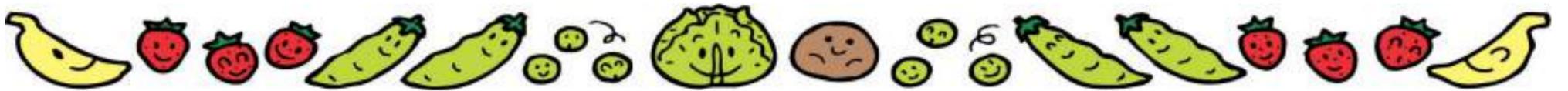


農夫會榨牛奶嚟我哋飲。

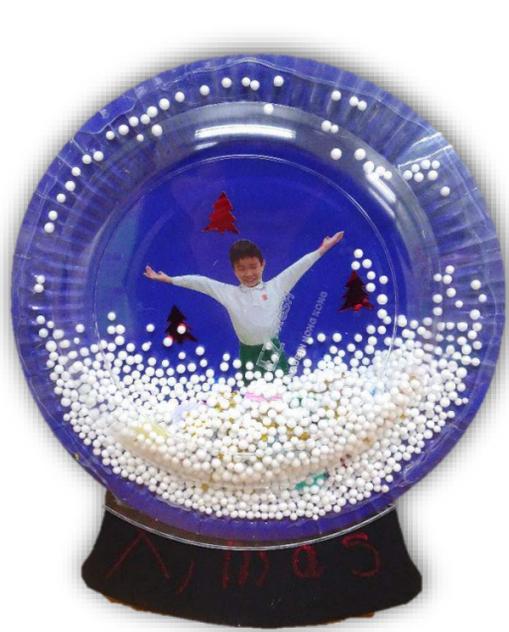


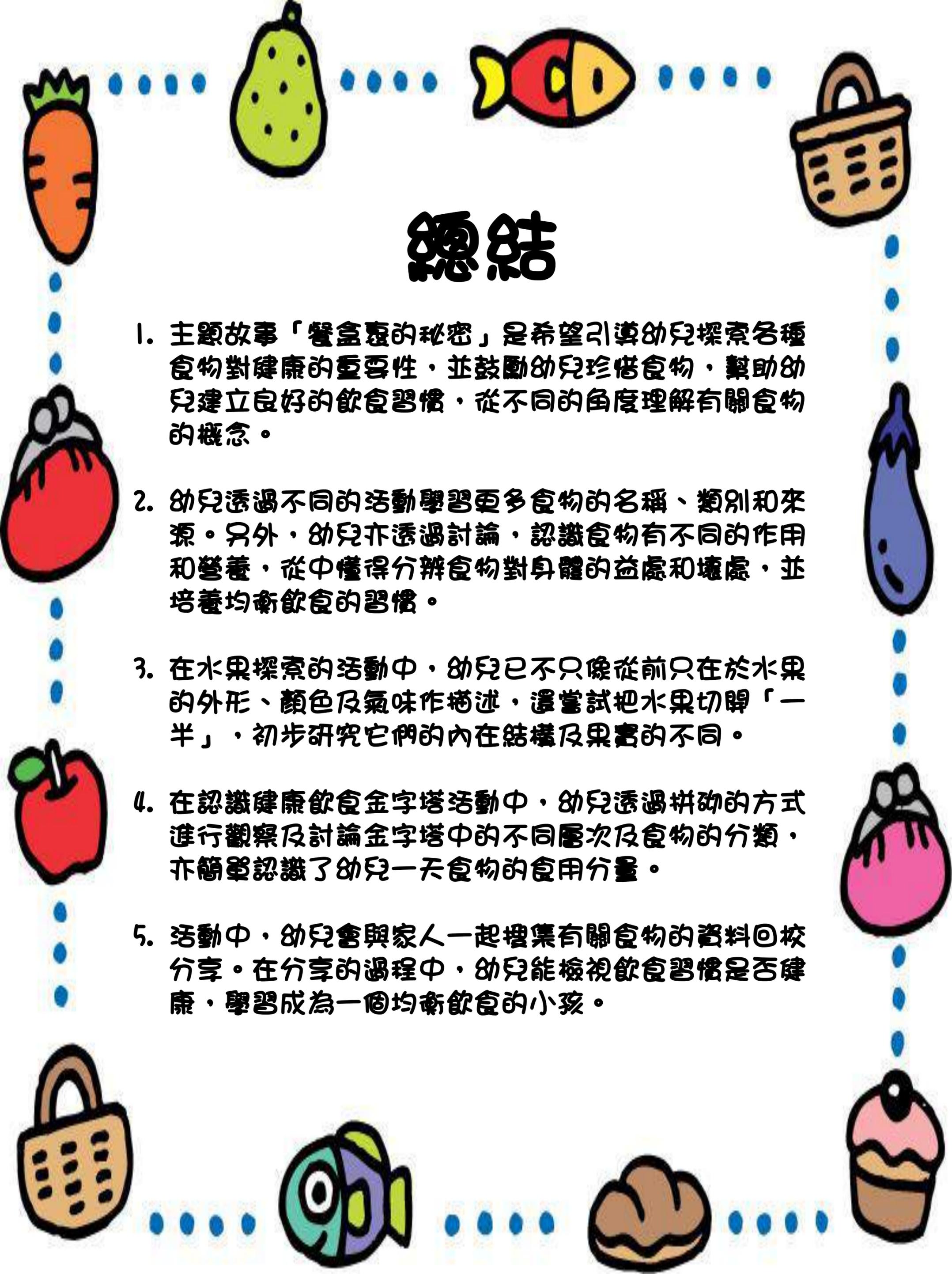
# 我們的作品

老師與幼兒製作了不同與食物有關的圖工，請幼兒繪畫自己喜歡的食物及製作立體水果。



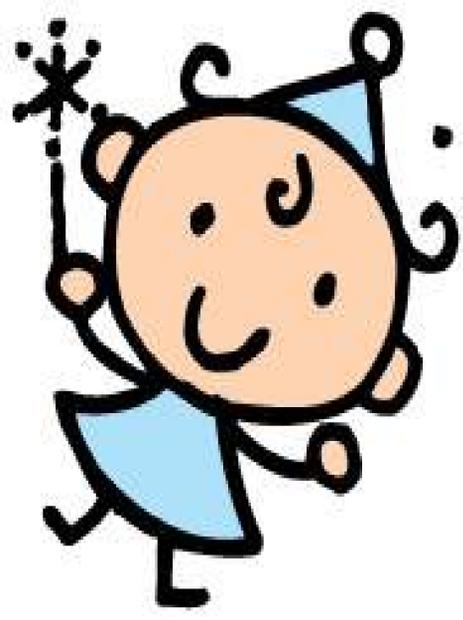
# 聖誕圖工-水晶球





# 總結

1. 主題故事「餐盒裏的秘密」是希望引導幼兒探索各種食物對健康的重要性，並鼓勵幼兒珍惜食物，幫助幼兒建立良好的飲食習慣，從不同的角度理解有關食物的概念。
2. 幼兒透過不同的活動學習更多食物的名稱、類別和來源。另外，幼兒亦透過討論，認識食物有不同的作用和營養，從中懂得分辨食物對身體的益處和壞處，並培養均衡飲食的習慣。
3. 在水果探索的活動中，幼兒已不只像從前只在於水果的外形、顏色及氣味作描述，還嘗試把水果切開「一半」，初步研究它們的內在結構及果實的不同。
4. 在認識健康飲食金字塔活動中，幼兒透過拼砌的方式進行觀察及討論金字塔中的不同層次及食物的分類，亦簡單認識了幼兒一天食物的食用分量。
5. 活動中，幼兒會與家人一起搜集有關食物的資料回校分享。在分享的過程中，幼兒能檢視飲食習慣是否健康，學習成為一個均衡飲食的小孩。



# 歌曲

## 1. 美味的水果

紅色小草莓味道好，  
黃色小梨子水份高，  
綠色大西瓜營養好，  
天天吃水果我們做得到。

## 3. 吃出味道

我與你同來用刀叉刀叉，  
切切與吃吃豬排牛排。  
我與你同來用筷子筷子，  
夾夾與吃吃餃子、鍋貼。  
要吃出味道，慢慢來，別心急。  
要吃光，別浪費，你我都知道。

## 2. 水果船

我要吃掉這水果船，  
船頭蘋果要吃先，  
大西瓜多汁，蜜瓜香軟，  
龍眼、荔枝吃不厭。

## 4. 小廚師

小廚師，小廚師，學做三明治，  
麵包上放美味雞蛋，再放新鮮生菜，  
還有爽脆小青瓜，更有紅紅番茄。  
均衡飲食，身體健康，  
好味道也有新意  
Yummy!

