



香港青年協會鄭堅固幼稚園

# 低班學習報告

設計活動：蔬菜

日期：2023年3月6日  
至  
2023年3月31日



設計活動：蔬菜

班別：低班

日期：6/3/2023 - 31/3/2023

### 幼兒設計主題網



# 主題目的

1. 認識不同種類的蔬菜
2. 認識蔬菜的結構
3. 探索種植蔬菜的方法和步驟
4. 學習與人合作製作食物
5. 建立健康及均衡飲食的習慣
6. 培養珍惜食物的態度



從搜集資料階段中，我們分享和討論了……

## 分享不同種類的蔬菜



為配合主題，幼兒從家中搜集不同蔬菜的資料，並把資料和蔬菜帶回學校與幼兒分享，我們看看幼兒搜集了哪種蔬菜的資料回來分享！



辣椒



紅蘿蔔



西蘭花



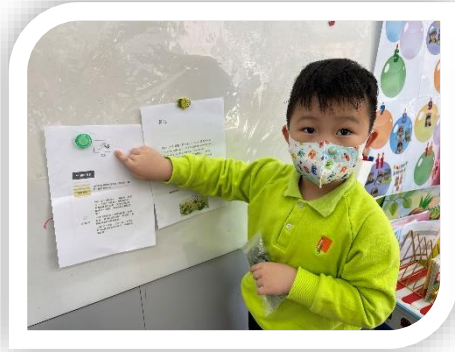
青瓜



白菜



菠菜及旺菜



菜心



薯仔

# 閱讀繪本



幼兒透過閱讀有關蔬菜的繪本，認識蔬菜的種類及外型特徵，亦增加對蔬菜的學習興趣。





進一步探索中，我們會有提問、引證……

## 探索不同的蔬菜

透過觀察及討論，幼兒發現蔬菜有不同的質感，外型上也各有不同，嘗試利用多感官探索不同蔬菜的特徵。

視覺及觸覺：探索蔬菜的外型特徵



嗅覺：探索蔬菜的香氣





味覺：探索蔬菜的味道



幼兒發現學校的午餐中，有很多菜式都是由蔬菜烹調的！



雜菜湯



雲耳煮青瓜



番茄炒蛋



番茄薯仔炒瘦肉





# 蔬菜分類遊戲



透過分享從家中帶回校的蔬菜，幼兒學習把蔬菜進行分類和歸納，並透過遊戲活動鞏固他們的學習。



## 葉菜類



## 瓜果類



## 花菜類



## 莖菜類





# 蔬菜粘土模型

幼兒運用輕粘土製作蔬菜模型，他們能按照蔬菜的特徵及顏色進行創作，來看他們的創作吧！







# 種植體驗

幼兒在探索蔬菜的種植過程中，發現蔬菜是由種子開始慢慢成長，最後由農夫收割而得來的。幼兒透過觀察及記錄植物的成長，認識了種植的條件。

## 觀察及探索種子



## 種植體驗



幼兒於分組時間觀察植物生長並進行記錄，亦會為植物澆水。



# 菜頭種植

有些蔬菜的重生能力很強，例如：白菜、生菜、紅蘿蔔等等。我們一起動動手做實驗，將紅蘿蔔頭重生，看看是否成功！



1. 首先用刀將紅蘿蔔頭切掉



2. 將少量的水倒進膠盤內



3. 將紅蘿蔔頂部放在水中，並放在有陽光的位置

幾天後……



紅蘿蔔頭發芽了！每兩天換一次水，大概過一星期，便可以搬到泥土種植，讓蘿蔔繼續生長。



# 蔬菜蓋印畫

幼兒把蔬菜切開，嘗試用紅蘿蔔、青瓜、西蘭花、番茄等蔬菜的橫切面，蘸上顏料進行印畫，他們認識了印畫的方法，亦感受這種特殊畫法的樂趣。



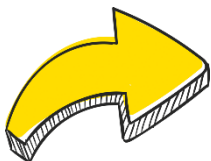
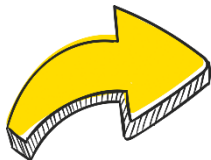
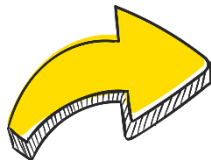
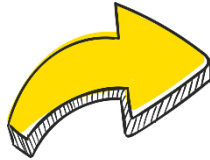
幼兒運用蔬菜的橫切面進行  
印畫創作



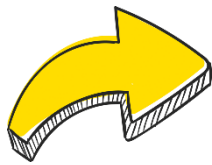
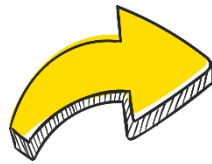
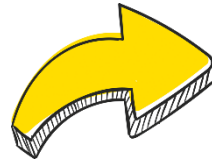
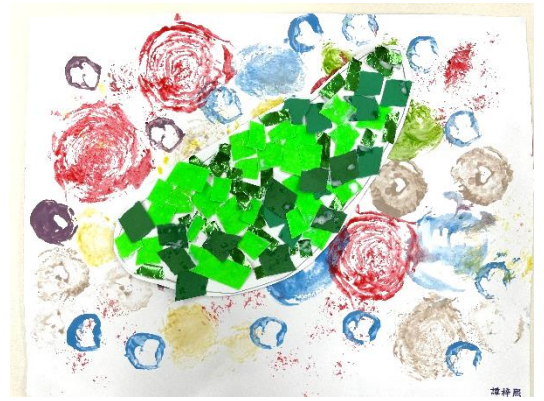
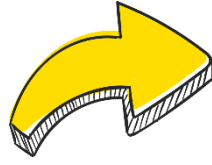


# 我喜歡的蔬菜

幼兒在設計「蔬菜」的展板畫，他們首先運用蔬菜橫切面進行蔬菜蓋印畫，然後用不同物料拼砌出蔬菜的形狀，一起看看他們喜歡哪些蔬菜吧。









# 我們把探索範圍收窄，繼續深入探索...

## 進行投票活動



幼兒認識及探索了不同種類的蔬菜後，為了進一步對特定蔬菜加深認識，幼兒進行投票活動，選出一種蔬菜種類作深入探索。



### 統計結果



葉菜類：0 人  
花菜類：4 人  
瓜果類：7 人  
莖菜類：2 人





# 展開第二階段—探索瓜果類蔬菜(一)

為了能更深入了解瓜果類蔬菜，老師與幼兒一起運用互聯網來搜索資訊，幼兒亦在家完成了搜集工作紙，提高了他們的學習動機。

## 1. 在互聯網搜集瓜果類的蔬菜圖片



## 2. 搜尋了一些瓜果類蔬菜製成的食物



南瓜湯

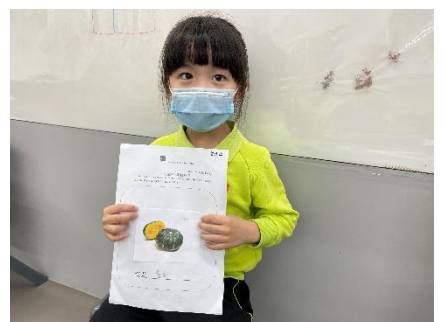
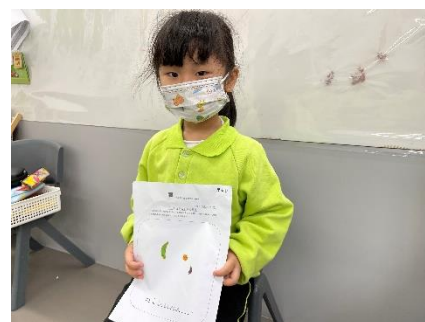
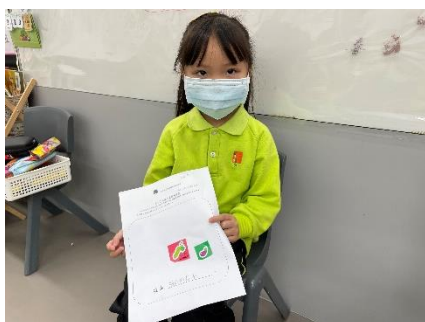


青瓜壽司



番茄青瓜薄餅

## 3. 分享在家搜集的資料





# 幼兒設計主題網 - 瓜果類蔬菜





# 圖工：創作瓜果蔬菜料理

幼兒透過探索瓜果類蔬菜製成的蔬菜料理，發現原來蔬菜也可以很美味，從而培養幼兒喜歡吃蔬菜的飲食習慣。

## 蔬菜 pizza 組



## 蔬菜沙律組



## 青瓜壽司組





# 籌備工作-設計菜單

幼兒對瓜果類蔬菜充滿好奇和興趣，他們正在籌備蔬菜美食大會，設計蔬菜料理的菜單，挑選出有益的食材製作「蔬菜壽司」。







# 蔬菜美食大會(一)



蔬菜美食大會預備開始，幼兒先探索製作「蔬菜壽司」的材料及過程，然後嘗試製作。

需要的材料：紫菜、白飯、不同種類的蔬菜



## 「蔬菜壽司」的製作步驟



1. 在紫菜上鋪上白飯



2. 加入蔬菜(青瓜、粟米、紅蘿蔔)



## 蔬菜美食大會(二)



3. 用壽司捲簾捲起紫菜和食材，製作出條狀，再切成小份



蔬菜壽司完成了! 😊

Fantastic!



將蔬菜壽司分享給校長和老師試食



小朋友：蔬菜壽司有益又好味!







# 總結



- 幼兒於日常生活中能接觸到不同種類的「蔬菜」，從而引發幼兒對探索「蔬菜」的興趣。幼兒在家搜集了「蔬菜」的實物回校分享，讓他們透過不同感官進行探索和研究，提高其學習動機。
- 在研習的過程中，幼兒認識到「蔬菜」的外型特徵和種類，並學習到運用特徵進行歸納，例如：菜葉類、花菜類、瓜果類等，對「蔬菜」有更深入的认识。
- 幼兒亦認識了農夫耕種的過程，知道農夫需要悉心照顧農作物，它們才能健康成長，從而學會珍惜食物。
- 在總結活動中，幼兒共同製作蔬菜壽司，享受與人合作製作食物的樂趣，同時亦培養他們有健康的飲食習慣，多吃蔬菜及有益的食物。



# 歌曲



## 1. 蔬菜好味道

蔬菜蔬菜好味道，餐餐都要食菜營養高。  
數一數有好多款式味道，當中總有你愛好！  
菠菜、生菜、通菜、油麥菜、  
菜芯、白菜、芥蘭、西洋菜。  
蔬菜蔬菜好味道，餐餐都要食菜營養高，  
幫助便便抵抗疾病，身體健康天天都起舞。

## 2. 彩色蔬果

紅色的蕃茄真可愛，橙色的甘筍多漂亮，  
黃色的粟米粒粒夠得意，綠色的蔬菜吃多幾次。  
青色的豆豆跳跳跳，藍色的藍莓高格調，  
紫色的耶菜腸胃好需要，  
紅橙黃綠青藍紫我都吃了！

## 3. 每天都食水果

每天都食水果，每天都食水果，  
維他命C營養多，每天兩份就沒有錯！  
蘋果，奇異果，有益可口你食過麼？  
望見香蕉西瓜多美麗，各款水果怎選哦？  
每天都食水果，每天都食水果，  
維他命C營養多，每天兩份就沒有錯！  
每天兩份就沒有錯！定會醫生遠離我！

## 4. 一星期七日 蔬菜篇

一二三四五六日，一二三四五六日。  
星期一，我吃南瓜。  
星期二，我吃蕃茄。  
星期三，我吃金針菇。  
星期四，我吃大粟米。  
星期五，我吃了西芹。  
星期六，我吃大白菜。  
開開心心一家笑呵呵。  
星期日，火鍋落生菜。  
一星期七日，都喜歡蔬菜。

## 英文歌曲

### 1. The Rain Falls

The rain falls on the trees,  
The rain falls on the trees.  
To make the trees grow,  
To make the tree grow.  
The rain falls on the flowers,  
The rain falls on the flowers.  
To make the flowers grow,  
To make the flowers grow.

