



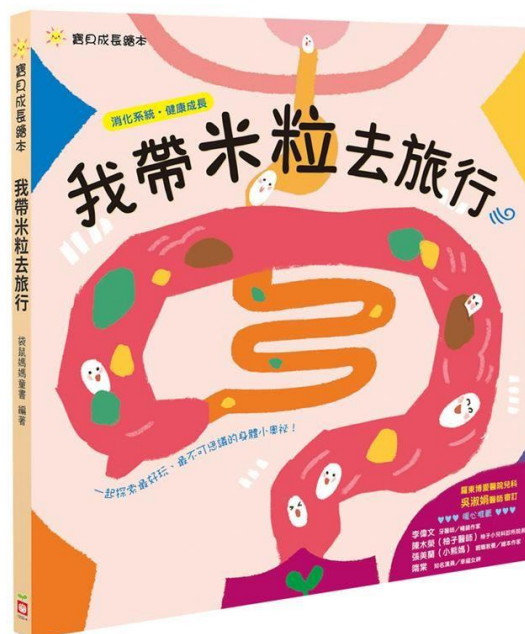
香港青年協會
the hongkong federation of youth groups

鄭堅固幼稚園
KK Cheng Kindergarten

高班學習報告

繪本教學：我帶米粒去旅行

日期：2023 年 10 月 30 日
至
2023 年 11 月 24 日



主題目的

1. 探索稻米的種植過程
2. 探索不同種類的生米及熟飯
3. 探索消化系統
4. 探索食物中的油份
5. 認識加工及新鮮食物
6. 學習減少廚餘
7. 製作健康「米」的小食



探索稻米的種植過程

從繪本《帶著米粒去旅行》的故事中，幼兒認識稻米是由農夫種植，經過不同過程才能成為我們所吃的白米。幼兒透過圖片，學習稻米的種植過程。



扮演農夫

幼兒在幻想角扮演農夫，學習種植稻米的過程，當中需要翻鬆泥土、插秧、澆水及收割等。幼兒從體驗農夫的種植過程，了解食物得來不易，並學習珍惜食物。



探索不同種類的生米及熟飯

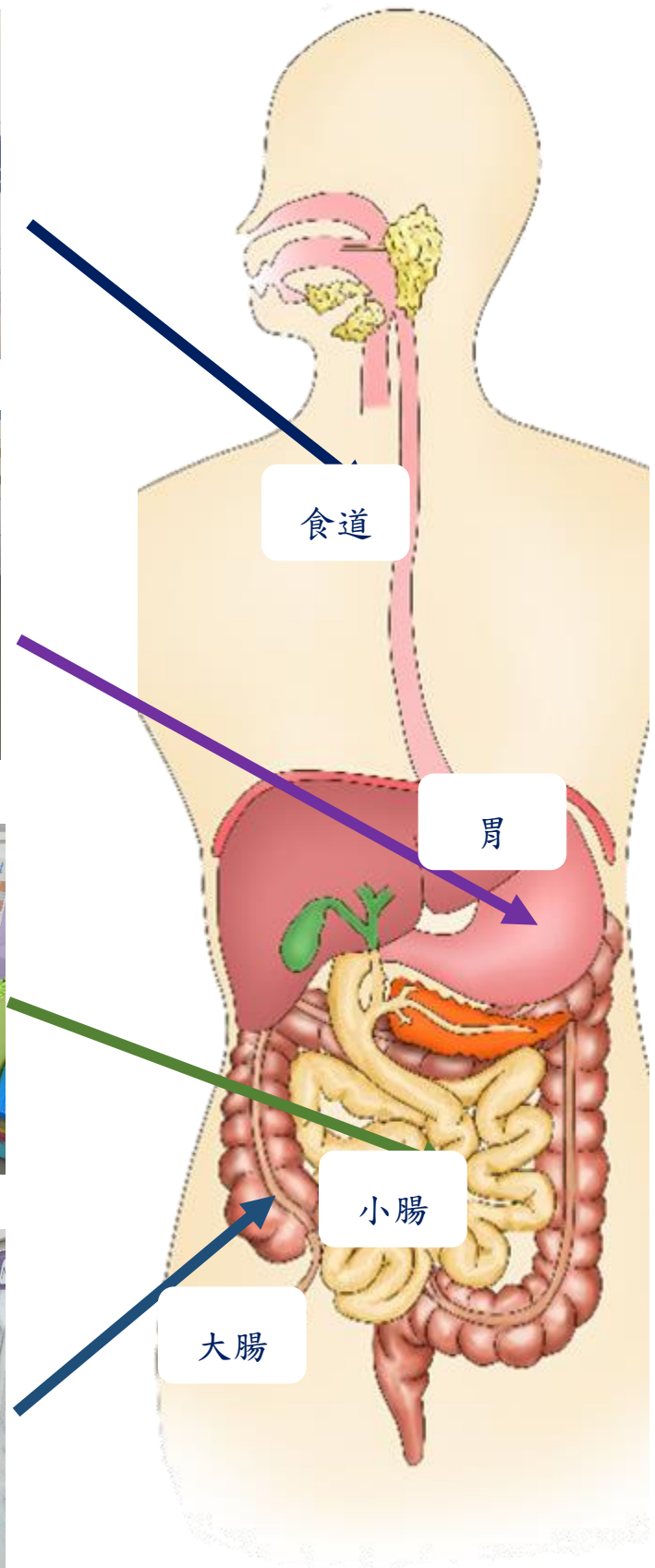
除了常見的白米外，幼兒探索不同種類的米，例如：紅米、糙米、紫米等。幼兒也探索生米及熟飯的分別，並向老師分享探索結果。



幼兒發現生米比較硬，而熟飯比較軟和有黏性。

探索消化系統

從繪本《帶著米粒去旅行》中，小米粒經過了身體的神奇之旅。幼兒跟著米粒一起到身體的不同器官旅行，從而認識消化器官的名稱和功能。



探索食物中的油實驗

幼兒在進食時，發現在食物表面上會有油份。幼兒透過用面油紙進行測試，幼兒先預測實驗的結果，然後探索食物表面的油份。

幼兒預測實驗結果：



幼兒進行實驗：



實驗結果：

薯片及蛋糕的油份較多，
芝士的油份較少，
蔬菜和麵包沒有油份。

油份實驗

食物	預測	結果
麵包	✓	
蔬菜	✓	
薯片	✓	
芝士	✗	
蛋糕	✗	

圖工：立體餐盒

幼兒在學習活動中認識健康餐盒 321，知道餐盒需要不同食物的健康元素。幼兒運用不同的圖工物料，製作健康的創意餐盒，看看幼兒的作品吧！



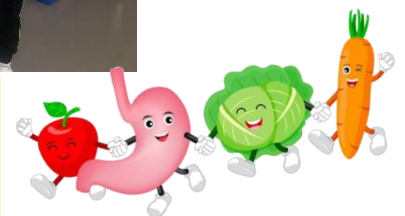
新鮮食物及加工食物

為了延長食物的保存期、方便儲存等，食物會進行加工工序。幼兒學習加工食物的類別，並用食物圖片來進行新鮮食物及加工食物的分類。

新鮮食物



加工食物



彩虹鹽畫

鹽除了可以進行食物調味外，也可以進行鹽畫創作，幼兒在畫紙上畫出圖案，在線條塗上白膠漿，然後加上鹽粒，待膠水乾後，用畫筆填上顏色，製作成漂亮的鹽畫。



廚餘再用

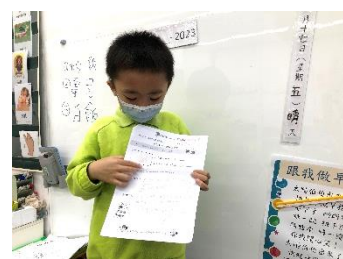
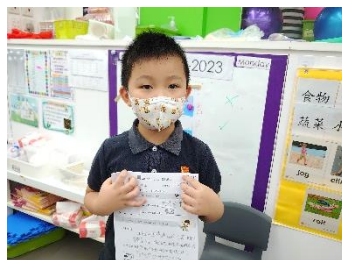
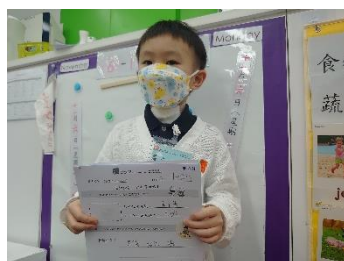
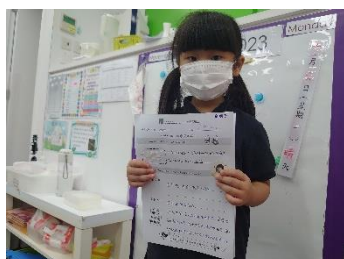
在香港，每天都會產生大量的廚餘，並會棄置於堆填區。幼兒認識廚餘的來源後，想出了不同的方法，希望能減少廚餘，並用廚餘來製作橙皮驅蚊包和環保酵素清潔劑。



分享米的小食或菜式



幼兒認識了不同種類的米，他們與家人一起設計一款與米有關的小食或菜式，並回校與幼兒分享。然後通過投票，選出共同製作的小食。



外出購買食物材料

經投票後，幼兒決定製作健康壽司作為小食，他們一起討論製作壽司的材料，然後把食物名稱及所需數量寫在記錄表上。幼兒分別到超級市場及街市選購所需的食材，並記錄食材的資料。



總結活動-製作健康米小食

在總結活動中，幼兒把在超級市場及街市買回來的食材製作壽司，他們互相合作，一些幼兒負責把食材切條、一些幼兒負責把飯平鋪在壽司上。最後，他們完成了美味又健康的壽司！



總結

- 幼兒知道米粒的來源，認識了不同種類的米。透過扮演活動，認識農夫的工作，明白食物得來不易，需要珍惜食物。
- 幼兒知道消化系統的主要器官及人體消化的流程，知道進食健康食物對消化的重要，也探索了食物中的油份，培養幼兒健康飲食的概念。
- 透過外出購物的過程，幼兒懂得選擇適當的食材，知道煮食需要按份量及體驗購物的過程，從中亦學習到食物價格和找續的情況，增加幼兒規劃、整理和運算的能力。
- 幼兒知道減少廚餘的重要性，在準備製作小食時，會考慮食材的份量，減少浪費。在製作食物時，也會盡量使用全部的食材，減少廚餘，身體力行地履行環保生活。

歌曲

1. 颱風吹

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！ 椰子 提子。
有益可口你定要知！ 望見草莓柚子多美艷。
每種水果都想試！
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！

2. 有趣的雨

愛地球，愛地球，你要好好愛地球，
少製造垃圾，放入回收箱呀！
放入回收箱！
藍廢紙、黃鋁罐，回收回收我做到！
啡膠樽，啡膠樽，回收回收我做到

3. 跟我做早操

太陽伯伯出來了
快起身做早操
郁下手 踏踏腳
跳一跳 扭下腰
點點頭 轉一圈
你我開心笑！
太陽伯伯出來了
快起身做早操
不要懶惰不怕倦
做個健康小寶貝

4. Happy Heart

Put your left hand in.
Put your left hand out.
In, out, in, out.
Shake it all about.

