



主題教學：食物萬花筒

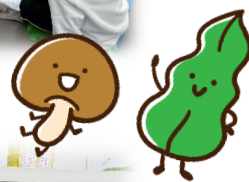
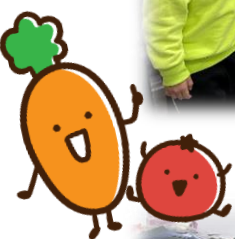
[illegible]

主題目的

1. 認識早午晚
2. 認識不同種類的蔬菜和水果
3. 認識蔬菜的結構
4. 探索種植蔬菜的方法
5. 學習與人合作製作食物
6. 認識不同的家鄉料理
7. 認識香港的特色食物
8. 勇於嚐試不同的食物
9. 建立健康及均衡飲食的習慣
10. 認識食物的來源
11. 培養珍惜食物的態度

角色扮演 料理遊戲

在主題故事《大廚爸爸》中，爸爸和加加在超級市場買了不同的食材製作料理，幼兒都表現雀躍，想成為不同的料理組合。幼兒進行角色扮演模仿故事情節，模擬成不同的角色組合，一起跳舞。



閱讀繪本 認識早午晚

主題中講述了故事《我不想吃這個！那個也不吃！》，在繪本中認識主角派波的飲食習慣，認識到在不同時間應該吃的食物，在不同的餐點上亦需要注意飲食均衡，不能偏食。



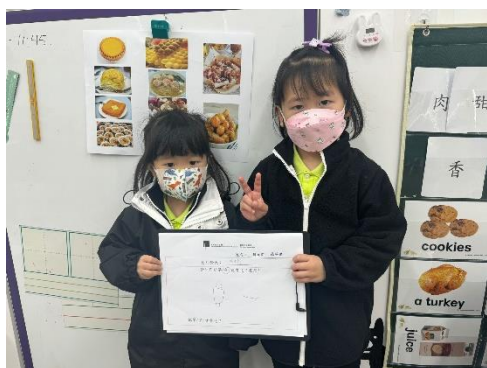
訪問教職員有關早午晚餐

從繪本中幼兒了解到早午晚餐需要飲食均衡，亦開始了解個人飲食習慣。幼兒更向老師訪問她們早午晚餐的膳食，並將記錄進行匯報。

訪問記錄



匯報結果



多吃和少吃的食物分類

當幼兒認識到食物金字塔，了解到多吃和少吃的食物，便在家中搜集到食物包裝及資料，一同將資料分類為多吃和少吃的食物，培養在日常生活上飲食均衡的習慣。



多吃食物



少吃食物



探索水果的重量

透過觀察，幼兒認識到水果有著不同的特徵，更嘗試利用天秤比較不同水果的重量。



水果拼畫創作(一)

在主題故事中，加加和爸爸合作利用食物拼砌出動物園。幼兒亦嘗試利用不同顏色的水果進行拼畫創作，在家長義工的協助下，幼兒利用水果肉，拼砌出不同的的大小的形狀和圖案，最後幼兒更品嚐自己的成果，一起欣賞幼兒的作品吧。



作品展示



水果拼畫創作(二)

作品展示



探索不同的蔬菜

除了水果，原來蔬菜亦有著不同的外形，幼兒利用嗅覺、觸覺及視覺探索蔬菜，認識蔬菜是屬於植物的不同部份。



探索種植蔬菜

幼兒了解到農夫種植的蔬菜是得來不易的。於是幼兒嘗試用水種植的方法種植菜頭，並細心照顧蔬菜，一起欣賞幼兒的種植成果。

種植蔬菜

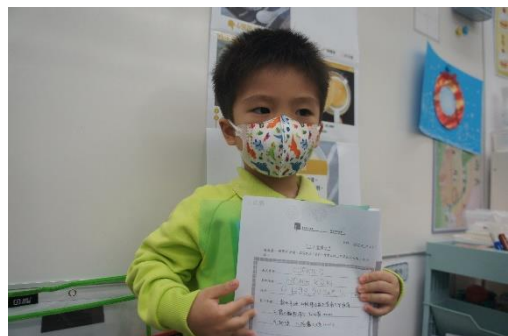
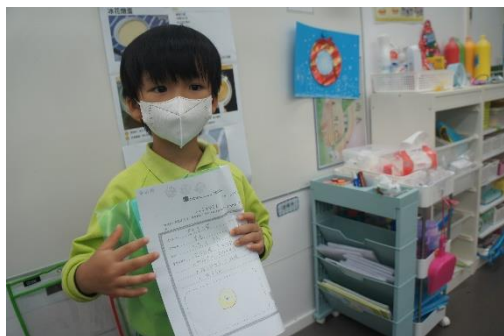
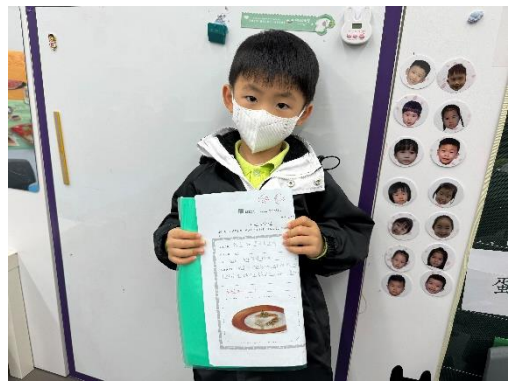
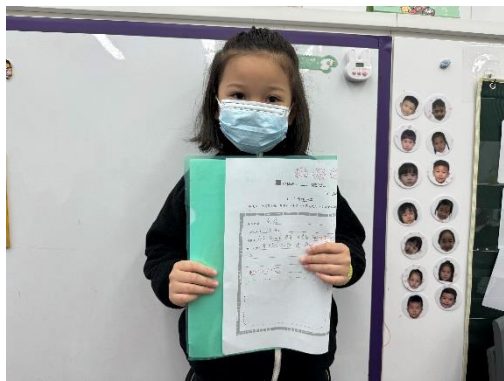
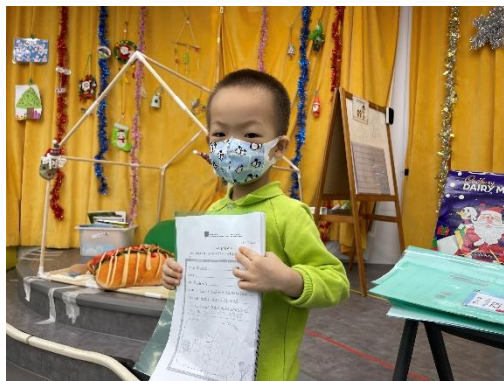
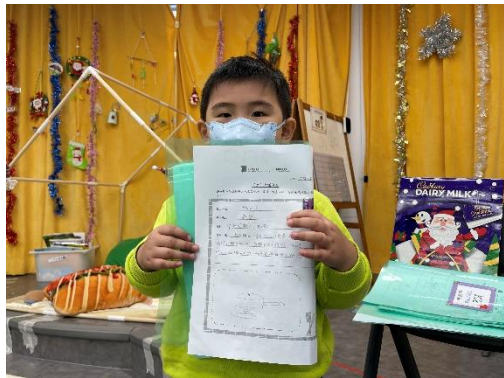


成果分享



食譜分享

在主題書中發現原來不同國家都有不同風俗的料理，幼兒和家人亦按照自己的家鄉搜集特色料理，並分享有關的食譜。



中式甜點製作 - 冰花燉蛋

幼兒認識中國傳統的甜點~冰花燉蛋，並一同閱讀食譜，按照製作步驟和材料進行小食製作，最後成功製作出冰花燉蛋，大家更吃得津津有味。

1

閱讀食譜，找出燉蛋需要的材料和製作步驟



2

將雞蛋放入碗內打散。



3

加入冰糖水，拌勻。



4

將蛋液過濾，並倒進碗內。



將放有蛋液的碗包上錫紙，蒸 15 分鐘便完成。

中式甜點製作 - 冰花燉蛋

冰花燉蛋嚐試



冰花燉蛋
真好吃。

認識香港特色食物

香港作為美食之都，有很多不同國家的特色美食，幼兒從活動中認識到這些食物的名稱，同時亦發現原來香港都有本土的特色美食，他們會分享自己和家人享用美食的相關經驗，說出自己喜歡的食物。



我想吃的香港特色食物投票活動

在課堂中，幼兒進行投票選出最想吃的香港特色食物，更向其他年級的幼兒進行介紹及投票，結果「魚肉燒賣」獲得票數最高，全校幼兒便於午餐及茶點時間享用魚肉燒賣，幼兒都吃得很開心。

投票活動



小食品嚐





料理畫

幼兒希望當上一位廚師，他們在紙碟上先畫上自己喜歡的食物，並摺上廚師帽子裝飾造型，一起欣賞他們的作品！



參觀香港青年協會有機農莊(一)

幼兒於1月3日到青協有機農莊進行參觀，認識農夫的工作和蔬菜的來源。幼兒更化身小農夫，在田裡幫忙收拾雜草及收割蕃薯等。經歷一日的參觀，幼兒體驗到農夫耕作的辛苦，明白到日常吃的蔬果都得來不易，培養珍惜食物的態度，更為農夫及農莊職員送上感謝卡以表謝意。

學習種植知識



參觀農莊



參觀香港青年協會有機農莊(二)

種植體驗



總結

- 幼兒從主題故事中，認識到不同食材的組合能煮出各式料理，例如：蕃茄炒蛋、蔬菜肉片湯等。幼兒對食材和料理的製作亦充滿好奇心，在探索蔬菜和水果時會主動利用五感探索。此外幼兒認識到自己的一日三餐十分重要，會向同伴分享外還會向身邊的人進行訪問，亦了解到自己的三餐需要而學習均衡飲食。
- 除了探索和觀察，幼兒更嘗試製作食物及進行小食嚐試，例如透過利用不同顏色的水果進行拼畫，他們願意嚐試不同的水果。幼兒亦有學習按食譜的份量，嘗試一同製作中式冰花燉蛋，更品嚐香港特色小食「魚肉燒賣」，過程中幼兒會按照自己預設的份量，吃掉所有食物，學會不浪費食物。
- 在主題活動中，幼兒利用菜頭進行種植，會細心照料植物。另外通過參觀農莊，認識到蔬菜的來源，體驗耕作的過程，令幼兒對蔬菜種植有更深刻的了解，知道食物得來不易，培養珍惜食物的習慣。

歌曲

1. 水果真有趣

榴槤滿身尖刺，氣味奇妙！
檸檬清新多汁 卻好酸好酸；
芒果軟滑，荔枝爽甜，
水果真的有趣！

2. 吃飯樂趣多

白飯配青瓜，捲一捲紫菜變壽司。
白飯配雞絲，搓一搓可以變飯糰。
還可加湯變泡飯，配搭真豐富。
有益、好吃、樂趣多，
米飯應該天天吃(才強壯！)

3. 小廚師

洗洗蔬果、炒炒蛋，
切切魚柳、做做飯，
來用各種美味食材，
煮出魔法。

英文歌曲

1. A Christmas Party

We Have a Great Party!
I bring juice and you bring nuts.
May brings candies and John bring cookies.
Sam brings a cake and Ken brings a turkey.
We have a great party.