



題目：食物、母親節

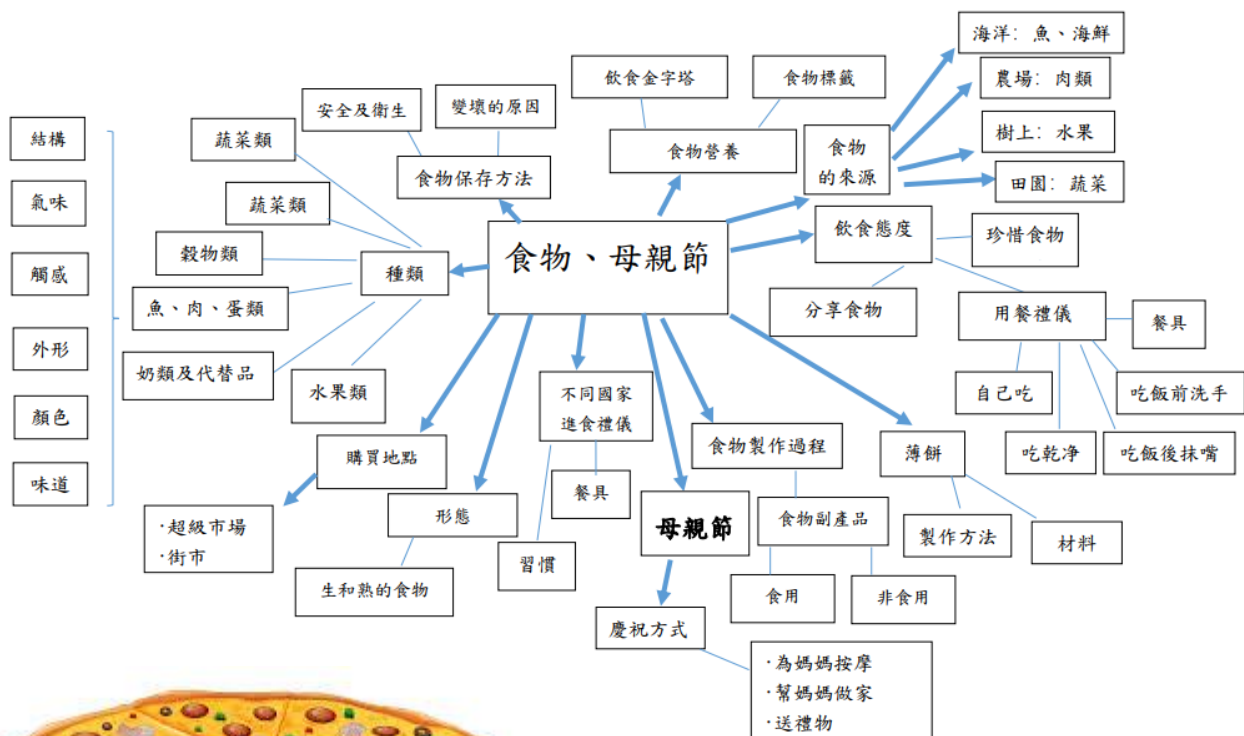
負責老師：張曉彤老師、楊曉靜老師

我們的專題研習：食物、母親節



專題研習網：

與幼兒商討後，我們得出以下的專題研習網。

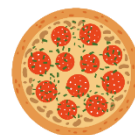


專題研習開展：



在主題開展的時候，教師與幼兒一同認識食物金字塔內不同的層級及該層級內的食物，在過程中，教師與幼兒一起探討每個層級應吃的份量，及邀請幼兒向同伴分享自己喜愛的食物，當中大部份幼兒表現出對「薄餅」的喜愛，故是次專題研習以「薄餅」為題，希望通過活動能提高幼兒對健康飲食的意識及了解均衡飲食的重要性。

研習過程：



在認識食物金字塔的過程中，教師發現幼兒對「薄餅」這個食物十分感興趣，故教師希望透過「薄餅」這個食物能讓幼兒更深入地探討食物金字塔中不同層級的類別和代表該類別的食物。亦希望能與幼兒認識不同種類的薄餅，如：法式薄餅、墨西哥玉米餅、意大利披薩和中式煎餅等等，並認識薄餅上不同的配料，如薄餅皮、蕃茄、生菜、雞蛋、雞肉等等，希望幼兒透過薄餅製作活動中，能夠選擇健康的食材來製作薄餅，並希望通過活動，以加強幼兒對健康飲食的認識。



幼兒得著：



Pizza hut 薄餅製作活動：

在過程中，幼兒能發現製作薄餅的程序，例如：準備材料、在薄餅上放上材料、然後放進焗爐等等，其後教師再與幼兒回顧薄餅上的配料，讓幼兒逐一把配料與食物金字塔內不同層級作出配對，讓幼兒一同審視製作的薄餅材料是否營養均衡。







輕黏土薄餅創作活動：

在輕黏土薄餅創作活動中，幼兒不但能更加了解薄餅的製造方法，在製作過程中，幼兒能說出薄餅上不同的配料，更能與同伴分享自己喜愛的薄餅口味及喜好。





活動總結：



本次食物主題活動旨在讓幼兒們識別食物金字塔的不同層級及其代表的食物、理解均衡飲食的重要性及透過活動增強對健康飲食的認識。幼兒能夠把配料與食物金字塔內不同層級作出配對，並能審視薄餅上的材料類別是否平均分配，並在「薄餅創作活動」中展現了良好的創造力及想像力，以上活動均能讓幼兒在多樣化的活動中學習了有關食物的不同知識。



老師回饋：

－ 張老師的話：

在這次食物主題教學中，能讓幼兒在輕鬆的環境下學習不同種類食物，透過「薄餅」這個食物，能讓幼兒更了解食物金字塔中不同類別的食物及該吃的份量，讓幼兒更了解均衡飲食的重要性。透過「薄餅輕黏土製作」和「Pizza Hut 薄餅製作」的活動中，幼兒更能把在主題課學習的知識更融會貫通，並能自己審視薄餅配料上的材料是否比例均衡。他們更能與同伴分享自己對於薄餅的喜好，在過程中能讓幼兒更清楚明白不同食物的種類，教師亦相信這樣能幫助幼兒更了解健康飲食的重要性。

－ 楊老師的話：

這次食物主題活動中老師先讓幼兒認識食物金字塔有包括不同的種類，例如穀物類、蔬菜類、水果類、肉、魚、蛋和奶類及其代替品等等。在活動過程中老師與幼兒一起討論如果沒有跟食物金字塔中飲食身體會有什麼問題出現，幼兒發現原來吃太多油、鹽、糖類會導致身體過於肥胖，幼兒更了解均衡飲食的重要性，因此幼兒在製作 Pizza hut 薄餅中會盡量添加蔬菜及水果，同時添加適量的肉；幼兒表示製作 Pizza hut 薄

餅也可以盡量選擇對我們身體有益的食物，以求達致飲食均衡、促進健康。