

幼稚園教育計劃
中華文化校本學習活動
展示表格

香港保護兒童會長沙灣幼兒學校

學校名稱

2024-2025

學年

高班

年級

活動名稱

體驗式學習活動：《健康飲食》

活動目標

- 透過活動，讓幼兒認識中國人傳統會以「米飯」為主要食糧及由農夫所種植。
- 透過活動，讓幼兒認識不同種類米的外形特徵及其洗米水的功效。
- 透過活動，讓幼兒學習把食物清洗乾淨、削皮及切粒狀。
- 透過活動，讓幼兒學習烹調的過程，以製作與米飯有關的健康五色飯團。
- 透過活動，培養幼兒中國傳統美德「珍惜食物」的良好品格。

活動簡介

- 透過分享故事《把飯吃光光，好棒！》，讓幼兒知道中國人傳統會以「米飯」為主要食糧並由農夫辛勞地種植出來，十分珍貴，故要珍惜食物，以培養「愛惜」的良好品格。
- 幼兒學習清洗不同種類的米及自己煮飯。
- 幼兒體驗利用石磨把米磨成米漿。
- 幼兒一同到街市購買食材，並透過洗淨、削皮、切粒、烹調的技巧，以製作健康的五色飯團。

活動記錄 (例如：兒童作品 / 活動的照片 / 影音)

