



2013/2014學年教學設計獎勵計劃

智營健康飲食

科目名稱：綜合主題

教育階段：幼兒教育三年級

參選編號：J020

目次

| | |
|------------------------|------|
| 一.主題簡介----- | p.3 |
| 二.主題教學目標----- | p.4 |
| 三.主題教學進度----- | p.5 |
| 四.主題教案及試教評估 | |
| 副題 1.食物的旅程----- | p.6 |
| 副題 2.五大家族----- | p.8 |
| 副題 3.味道有會串----- | p.10 |
| 副題 4.參觀「健康生活教育中心」----- | p.12 |
| 副題 5.逛市場----- | p.13 |
| 副題 6.美味蔬菜湯----- | p.15 |
| 副題 7.趣緻食物娃娃----- | p.17 |
| 五.教學反思及建議----- | p.18 |
| 六.參考資料----- | p.19 |
| 七.附件----- | p.20 |
| 1.教學活動相片 | |
| 2.「食物里程」簡報 | |
| 3.光碟 | |

一. 主題簡介

以「食物」為主題的教案設計，參考及結合不同的圖畫故事作引導，採用故事《King Kong 與叮噹》和《胃先生的故事》的角色衝突帶領幼兒進入有趣的食物國度，享受聆聽故事的樂趣，在主題活動中經歷故事的場景、理解故事內容和思考解決難題。

食物除了能滿足人們的口腹之欲，更是人們生活生存所需，有益健康的飲食習慣對發育中的幼兒尤為重要，但食物吃進口腹之中，對幼兒的身體有怎樣的作用和影響？是幼兒好奇而想知的知識，故此教案會進一步以故事形式，讓幼兒一同探索人體消化系統和器官，藉此更明白良好的飲食習慣對身體的益處。

配合是次主題更安排幼兒參觀「健康生活教育中心」，走出課室的框框，在參觀活動中透過心體模型觀賞、遊戲、動畫短片，提升幼兒對健康飲食及生活的認識，善用政府給予學校團體的教育資源。

為培養幼兒保護環境和珍惜食物，在「逛市場」模擬購買食物的學習活動中，利用玩具蔬果、食物讓幼兒知道何謂「食物里程」，並學習選擇本地或鄰近地區種植的蔬果，養成吃得健康又環保的良好飲食態度。

「齊來做蔬菜湯」這節學習活動讓全班一同洗、切蔬菜再烹煮成湯，在實際的煮製過程體驗食物烹煮須注意、解決的安全問題，而又能親身享受製作的樂趣，並共同分享美味的菜湯，提高幼兒對蔬菜類食物的進食興趣，

另外透過對蔬果的觀察、味道的探索等主題活動後，在延展活動給予幼兒創意的空間，利用畫紙及不同的環保物料，運用繪畫、剪貼等技巧，發揮想像和設計可愛趣緻的「食物娃娃」。

二. 主題教學目標

認知

1. 探索有益的食物外形、顏色、味道和營養。
2. 認識食物的五大分類及均衡飲食的重要。
3. 認識人體基本的消化系統及功能。
4. 知道食物的保存方法。
5. 認識蔬菜湯製作過程、步驟。

情意

1. 主動多吃有益的蔬果，使身體健康。
2. 培養選擇「環保食物」的態度。
3. 喜歡參與製作食物的過程。
4. 樂於設計、製作和互相欣賞美術作品「蔬果娃娃」。
5. 樂於與人分享喜愛的食物。

技能

1. 能判斷健康與不健康的食物。
2. 懂得用「甜、酸、苦、辣」來形容蔬果的味道。
3. 能說出新鮮和變壞蔬果的不同。

能主動表達自己的想法和感受。

三. 主題教學進度

| | |
|-----------------|-----------------|
| (一)食物的旅程 | 12/11/2013(星期二) |
| (二)五大家族 | 13/11/2013(星期三) |
| (三)味道大會串 | 14/11/2013(星期四) |
| (四)參觀「健康生活教育中心」 | 19/11/2013(星期二) |
| (五)逛市場 | 20/11/2013(星期三) |
| (六)美味的蔬菜湯 | 25/11/2013(星期一) |
| (七)趣緻食物娃娃 | 26/11/2013(星期二) |

四. 主題教案

主題教案(一)

| 活動內容 | 試教評估 |
|---|---|
| <p>一.引起動機：(3')</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.出示胃先生紙偶，提問學生胃先生住在哪裏？ 2.告訴學生胃先生是住在我們的身體內，讓學生一同來參與一趟奇妙的食物旅程。 <p>二.發展內容:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師出示《胃先生的故事》大圖書或電子書第 4-11 頁，講述故事《食物的旅程》：(8') <p style="margin-left: 2em;">胃先生住在小新的身體裏。小新吃甚麼，胃先生也知道。</p> <p style="margin-left: 2em;">小新愛吃紅蘿蔔，因為紅蘿蔔又甜又美味又有益。當小新把紅蘿蔔放進口裏後，胃先生便開始準備工作了。紅蘿蔔首先會被小新的牙齒一口口的咬碎。然後，小小的紅蘿蔔會被送到一條像滑梯的管子裏去。紅蘿蔔便沿着這條長長的管子滑下去，到達胃先生那裏。胃先生會把紅蘿蔔變得越來越小。之後，細小的紅蘿蔔會被送到彎彎曲曲的小腸裏去。小腸吸收了紅蘿蔔的營養，令小新變得強壯和健康。最後，紅蘿蔔來到大腸，大腸把它們的水分吸收後，紅蘿蔔便變成了大便</p> 2.與學生討論：(6') <ol style="list-style-type: none"> (a) 胃先生住在哪裏？(小新的身體裏。) (b) 小新愛吃甚麼？(紅蘿蔔。) (c) 你認為牙齒是胃先生的好朋友嗎？為甚麼？(學生自由作答。) (d) 圖中長長的管子是甚麼？它像甚麼？(食道。)(學生自由作答。) (e) 紅蘿蔔到了胃先生那裏，胃先生會做甚麼？(胃先生會把紅蘿蔔變得越來越小。) (f) 你認為胃先生的工作重要嗎？為甚麼？(學生自由作答。) (g) 紅蘿蔔最後變成了甚麼東西？(大便。) | <p>學生能回答問題</p> <p>學生細心聆聽並理解故事內容，且投入其中。</p> <p>學生思考問題並自由地發表自己意見</p> <p>學生細心觀察</p> <p>學生細心聆聽並回答問題</p> |

| | |
|--|---------------------------------|
| <p>3.教師在密實袋放幾片餅乾，請學生觀察餅乾被捏碎的過程，教師以此比喻胃磨碎食物。(3’)</p> <p>4.教師引導學生初步認識消化器官的名稱及消化食物的過程。(食道、胃、小腸、大腸。)(5’)</p> <p>三.總結：(5’)</p> <p>1.教師與學生一起朗讀故事。</p> <p>2.如何保護消化器官?</p> <p>一.小組活動</p> <p>中文學習組：請學生用他們的名字代替小新，以自己喜歡的食物，重新說故事。</p> | <p>學生能回答問題</p> <p>學生積極參加活動。</p> |
|--|---------------------------------|

單元：胃先生的故事

副題：食物的旅程

班級：幼高班(K3)

日期：2013/11/12

時間：30 分鐘

準備用品：

1. 胃先生紙偶
2. 密實袋、餅乾
3. 《胃先生的故事》大圖書或電子書
4. 食物圖模卡

目的：

1. 認識人體消化食物的過程。
2. 認識胃的功用。
3. 樂於參與討論。
4. 能口頭創作故事。

主題教案(二)

單元：胃先生的故事

副題：五大家族

班級：幼高班(K3)

日期：2013/11/13

時間：30 分鐘

準備用品：

1. 食物模型
2. 《胃先生的故事》大圖書或電子書
3. 不同的食物小圖片(牛奶計劃的食物配對圖卡)
4. 5 個盒子/篩子
5. 健康食物金字塔大圖片及食物磁片
6. 《有益的食物》兒歌大掛圖。
7. 煮飯程序圖
8. 糯米，糙米，黑糯米，紅米
9. 食物金字塔

目的：

1. 認識五大類食物。
2. 認識米是人們主要的食糧。
3. 認識米煮成飯的過程。
4. 享受集體遊戲的樂趣。
5. 喜歡唸兒歌。
6. 懂得珍惜食物。
7. 常懷感謝農夫的辛勞的心。
8. 能將食物分類。

| 活動內容 | 試教評估 |
|--|--------------------------------|
| 一.引起動機：(3') 1.出示五類食物模型，與學生討論食物種類。 | 學生參與討論並 回答問題 |
| 二.發展內容: 1.出示《胃先生的故事》大圖書或電子書第 14-15 頁，讓 學生認讀五大類食物的名稱。(3') 2.出示五個盒子/篩子，告訴學生那是五類食物的家，請學 生輪流把食物 圖卡分類放在盒子裏。(4') 3.提問學生最喜歡吃哪一類食物。老師簡單介紹每一種食 物的益處和健康食物金字塔進食分量。(3') | 學生能把食物圖 卡進行分類 學生細心聆聽 |

| | |
|---|--|
| <p>4.出示《有益的食物》兒歌大掛圖，與學生一起唸兒歌，並創作相關動作。(5’)</p> <p>5.提問學生如何將米煮成飯？出示煮飯程序圖引導學生說出怎樣把米煮成飯的過程：並講述人們每天都吃白飯，而米是人們主要食糧。(3’)</p> <p>6.提問學生除了常見的白米外，還有甚麼顏色的米？讓學生認識不同的米和感謝農夫的辛勞。(4’)</p> <p>三.總結：(5’)</p> <p>1.與學生一起觀察食物金字塔，重溫食物的類別和健康食物金字塔進食分量。</p> <p>一.小組活動</p> <p>分類學習組：請學生把食物模型分類，觀察並放入健康食物金字塔內，完成後，可請一位學生當小老師負責檢查。</p> | <p>學生能唸兒歌</p> <p>學生細心聆聽</p> <p>學生細心觀察</p> <p>學生積極回答問題</p> <p>學生思考並積極參與活動</p> |
|---|--|

主題教案(三)

單元：智營健康飲食

副題：味道大會串

班級：幼高班(K3)

日期：2013/11/14

時間：30 分鐘

準備用品：

1. 《胃先生的故事》大圖書或電子書
2. 菠蘿片、檸檬片、涼瓜片、辣椒
3. 牙籤
4. 圖畫紙、顏色筆

目的：

1. 懂得用「甜、酸、苦、辣」來形容蔬果的味道。
2. 探索有益食物的味道。
3. 樂意分享對甜酸苦辣的感想。
4. 享受唸兒歌的樂趣。
5. 能分辨對「甜、酸、苦、辣」的感覺。
6. 能將舌頭嘗味的結果畫下來。
7. 學會唸兒歌「甜酸苦辣」。

| 活動內容 | 試教評估 |
|--|--|
| <p>一. 引起動機：(2')</p> <p>1. 提問幼兒：</p> <p> 哪個器官幫我們嘗味道？（舌頭）</p> <p> 舌頭的哪些部位可以嘗到甜酸苦辣鹹的味道？</p> <p>二. 發展內容:</p> <p> 味覺大考驗:(10')</p> <p>1.請幼兒利用牙籤取菠蘿片、檸檬片、涼瓜片、辣椒，放在舌頭不同的位置，探索舌頭不同的位置能嘗到甚麼味道。</p> <p>2. 請幼兒與老師一起把實驗結果畫在黑板上。</p> <p> 齊齊唸兒歌(5')</p> <p>1. 出示大圖書或電子書第 22-23 頁，朗讀兒歌《甜酸苦辣》：</p> <p> 甜酸苦辣</p> <p> 加點糖，加點鹽，</p> <p> 咖喱涼瓜檸檬片，</p> | <p>學生能回答問題</p> <p>學生能說出食物的味道及投入科學探索活動。。</p> <p>學生能唸兒歌《甜酸苦辣》。</p> |

| | |
|---|--|
| <p style="text-align: center;">甜鹹加上辣苦酸， 這種味道真新鮮， 你來不來嘗一點？</p> <p>2. 提問幼兒：</p> <p> 兒歌中提到甚麼食物？(糖、鹽、涼瓜、檸檬片) 那些食物是甚麼味道？(甜、酸、苦、辣) 哪些是你愛吃的食物？(學生自由回答)</p> <p>表達自我感受: (11')</p> <p>1. 請幼兒設計表達甜酸苦辣鹹的表情，然後一起唸兒歌。</p> <p>2. 鼓勵幼兒把表達甜酸苦辣鹹的表情畫下來，可與幼兒討論：</p> <ul style="list-style-type: none"> · 你吃了甜的東西有甚麼感覺？ · 你吃了酸的東西，眼睛和嘴巴會做甚麼表情？ · 你喜歡吃苦的東西嗎？你吃了苦的東西有甚麼感覺？ · 你吃了辣的東西有甚麼感覺？用甚麼顏色能表現這種感覺？ · 完成後，請幼兒出示作品，讓同學猜猜他的圖畫代表甚麼。 <p>三. 總結：(2')</p> <p> 老師最後作總結，讓幼兒知道舌根可以嘗苦味，舌頭兩側的中間位置嘗酸味，而舌頭兩側的較前位置可嘗到鹹味，嘗甜味的地方在舌尖。</p> <p>一. 小組活動</p> <p> 讓幼兒畫出先己喜歡的食物，然後說出該食物的味道。</p> | <p>能運用「甜、酸、苦、辣、鹹」等詞形容食物的味道。</p> <p>能通過繪畫，表達對甜酸苦辣鹹的感覺。</p> <p>學生自由地發表自己意見</p> <p>學生能說出食物的味道</p> |
|---|--|

主題教案(四)

單元：智營健康飲食

副 題：參觀「健康生活教育中心」

班 級：幼高班(K3)

日期：2013/11/19

時間：30 分鐘

準備用品：

- 1.細閱健康生活教育中心網頁(<http://healthylife.ias.gov.mo/>)。
- 2.哈樂毛公仔、食物圖片。

目 的：

1. 認識身體主要部分的名稱，包括大腦、心臟和肺部。
2. 認識食物可以提供能量，幫助身體活動、思考和學習新技能。
3. 認識身體需要吸收營養才可維持運作。
4. 認識人體由許多部分組成，他們各有特別的功能。
5. 能把身體各部分與它們的功能配合起來。

| 活動內容 | 評估 |
|---|---|
| <p>一. 引起動機: (2')</p> <p>老師出示哈樂毛公仔，提問幼兒在你們在哪裡會見到牠，見到牠你們又會聯想到什麼？(如健康、食物等)，告訴幼兒，我們現在便出發到健康生活教育中心探訪哈樂。</p> <p>二發展內容: (26')</p> <ol style="list-style-type: none">1.中心導師讓幼兒利用自己的雙手去探索自己身體的各個器官。2.導師利用發光的人體模型介紹給幼兒人體內各個器官的位置與功能。3.告訴幼兒哈樂要與朋友去野餐，導師出示不同的食物圖片，讓幼兒從中為哈樂找出健康的食物。4.與幼兒一起唱出哈樂歌：多些款多些味，從歌詞中告訴幼兒要均衡飲食。 <p>三總結：(2')</p> <ol style="list-style-type: none">1.提問幼兒身體各個部部的位置與功能。(包括大腦、心臟和肺部)2.完成學生習作-哈樂漫畫。 <p>一. 小組活動</p> <p>老師出示不同的食物圖片，讓幼兒把把有益的食物分辨出來。</p> | <p>學生參與討論及回答</p> <p>學生能把有益的食物找出來</p> <p>學生能把身體各器器官與它們的功能配合起來。</p> <p>學生能把有益的食物找出來</p> |

主題教案(五)

單元：智營健康飲食

副題：逛市場

班級：幼高班(K3)

日期：2013/11/20

時間：30 分鐘

準備用品：

1. 蔬菜模型
2. 媽媽手偶、環保購物袋
3. 已包裝的蔬菜實物
4. 【食物里程】簡報
5. 澳門錢幣模型

目的：

1. 認識「低碳飲食」。
2. 懂得選擇購買或進食「環保的食物」。
3. 能表達對保護環境的情意。
4. 懂得辨別澳門的錢幣。

| 活動內容 | 試教評估 |
|---|-----------------------------------|
| <p>四. 引起動機：(3')</p> <ol style="list-style-type: none">1. 出示媽媽手偶，講述媽媽買了許多蔬菜為小新煮菜湯，請幼兒猜估媽媽買了那些蔬菜?(幼兒自由作答)2. 老師從環保袋中逐一展示有包裝的蔬菜及食物，請幼兒觀察包裝上的標籤，提問幼兒食物的產地來源? <p>五. 發展內容:(10')</p> <ol style="list-style-type: none">1. 記錄幼兒發現包裝蔬菜或食物的產地名稱，與幼兒討論不是澳門出產的食物如何運到澳門?2. 播放【食物里程】簡報讓幼兒認識「低碳飲食」。3. 提問幼兒到市場買菜前要預備甚麼?(購物袋/錢幣)，然後出示澳門的錢幣模型，請幼兒辨認：5 元、1 元。並以錢幣模型到市場買菜去。 | <p>學生能回答問題</p> <p>學生自由地發表自己意見</p> |

| | |
|--|-----------------------------|
| <p>三.總結：(2')</p> <p>請幼兒輪流說出如何減少「食物里程」?應選盡量選擇本地或鄰近種植的蔬果，並選吃當季的食物，避免不必要的運輸消耗能源，同時減少碳排放，做到吃得健康又環保。</p> <p>四.小組活動：</p> <p>1.【逛市場買蔬菜】請幼兒角色扮演市場買賣活動，在活動中模擬使用澳門錢幣模型購買蔬菜，並懂得選擇「環保低碳」蔬果。</p> <p>2.請幼兒閱讀《認清標籤樂無憂》手冊子。</p> | <p>學生積極參加活動，並用學到的知識進行遊戲</p> |
|--|-----------------------------|

主題教案(六)

單元：智營健康飲食

副題：美味的蔬菜湯

班級：幼中班(K3)

日期：2013/11/25

時間：30 分鐘

準備用品：

1. 《胃先生的故事》大圖書或電子書
2. 各種蔬菜
3. 烹飪用具、籃子、墊板、刀/塑料刀
4. 調味料
5. 句子卡

目的：

1. 知道多吃蔬菜對身體好。
2. 認識做蔬菜湯步驟。
3. 養成愛吃蔬菜的好習慣。
4. 通過親自“烹飪”感受做菜湯的樂趣。
5. 懂得協助清洗和烹煮蔬菜。

| 活動內容 | 試教評估 |
|--|-------------|
| 一. 引起動機： 1. 出示各種的蔬菜，請幼兒介紹各種的蔬菜名稱、顏色和外形。 | 學生能回答問題 |
| 二. 發展內容： 1. 與幼兒討論及瞭解蔬菜含有豐富營養，多吃蔬菜對身體好。 | 學生自由地發表自己意見 |
| 2. 出示句子卡認讀：「我們常吃蔬菜身體好。」 | 學生自由地發表自己意見 |
| 3. 提問幼兒平時都是誰做菜湯給你們吃?現在我們自己也來嚐試做菜湯吧。 | 學生積極參加活動。 |
| 4. 提問幼兒怎樣做菜湯： (1)做菜湯有甚麼步驟? (2)菜湯裏有甚麼調味料? | |

| | |
|---|----------------------------|
| <p>(3)我們怎樣分工合作？</p> <p>(4)做菜湯時要注意甚麼安全？</p> <p>5. 幼兒分組負責其中一部分的工作，例如一組洗菜，一組切菜。</p> <p>6. 老師與幼兒將切好的蔬菜放進電鍋內。</p> <p>7. 煮湯期間，老師與幼兒討論：</p> <p>(1)這個湯叫甚麼名字？</p> <p>(2)怎樣為這個湯設計食譜？</p> <p>(3)食譜包括甚麼資料？</p> <p>三. 品嚐組:</p> <p>湯煮好後，與幼兒一起分享美味的菜湯，請幼兒分享還有甚麼</p> <p>不同菜湯食譜。</p> | <p>學生樂於品嚐蔬菜並能自由地發表自己意見</p> |
|---|----------------------------|

主題教案(七)

單元：智營健康飲食

副題：趣緻食物娃娃

日期：2013/11/26

時間：30 分鐘

準備用品：

1. 各類食物模型
2. 食物模型卡
3. 色紙
4. 膠瓶蓋、羊毛線、紙條

目的：

1. 學習運用不同物料，以剪、拼貼的方法，製作自己喜愛的趣緻食物圖形。
2. 養成從主動探視、想像、創作中發揮動腦、動手的好習慣。
3. 發現及欣賞生活中各食物的美態。
4. 能運用不同材料創作出心中食物型態。

| 活動內容 | 試教評估 |
|---|--|
| <p>一. 引起動機</p> <p>1. 教師說出謎語，讓幼兒猜猜：</p> <p>(1) 一個胖娃娃，埋在地底下，頭頂綠巾穿紅褂，夏天播種秋天拔，我們人人都愛它。(蘿蔔)</p> <p>(2) 身穿綠衣裳，肚裡水汪汪，生的兒子多，個個黑臉膛。(西瓜)</p> <p>二. 內容發展:</p> <p>1. 提問幼兒以上的食物的形狀、顏色是怎樣的?並請幼兒模仿各形狀。</p> <p>2. 請幼兒從魔術袋抽出不同的食物模型，讓幼兒觀察、描述其形狀和特徵。</p> <p>3. 小小設計《趣緻食物娃娃》</p> <p>(1) 提問幼兒想製作自己喜愛食物娃娃嗎?</p> <p>(2) 出示不同物料，食物模型卡，讓幼兒利用選取之物料，以剪拼貼方法創作出可愛趣緻食物娃娃，如用食物圖模卡放在色紙上畫出臉型並剪下，然後畫上面譜及利用不同材料剪貼(如毛線、紙條等)，以設計其髮型和四肢等。</p> <p>三. 展示作品，供大家欣賞，並引導幼兒分享製作技巧和經驗。</p> | <p>學生能猜謎及回答問題</p> <p>學生能留心觀察、回答問題及描述食物形態。</p> <p>學生能自行利用不同物料創作，並投入其中。</p> <p>學生能留心觀察、欣賞和分享經驗</p> |

五. 教學反思及建議

在物質富饒的澳門，幼兒們飲食議題不再是否得到「飽足」，而食物也不只是簡單滿足我們的身體需要，更深層次的是要讓幼兒學習如何有智慧地選擇食物？懂得選取有助幼兒健康成長的營養食物，既滿足口腹之慾同時知道健康食物會幫助我們的消化系統，並且從環保飲食角度初步認識「食物里程」，探討食物與環境保護的關係。

首先，在單元活動「食物的旅程」以主角小新的飲食消化過程作引入，簡單、生動的故事讓幼兒們提高學習興趣。而教學設計美勞活動中，請幼兒設計不同的蔬果娃娃，豐富的色彩運用、剪拼貼的手作活動，增進幼兒對蔬果食物的好感，使他們更願意生活中多進食不同的蔬果。

主題中有趣的兒歌朗朗上口，加深幼兒對食物味道的記憶，在親嚐不同食物的甜酸苦辣後，對兒歌內容更具體深刻的體會，在教學活動中建議可讓幼兒自行攜帶不同種類食物回校，豐富不同味道的食物，也可鼓勵幼兒帶回環保餐具來進行試食活動及茶點，學以致用在生活中實行「綠色飲食」。

另外，讓幼兒動動手親身烹煮蔬菜湯，洗、切、煮的步驟均使幼兒實際操作及探索煮食過程，建議可增加帶用幼兒親往超級市場選購蔬菜的活動，走出課室在實際生活中學習買賣及錢幣的應用，使得整個教學活動更有連貫性。

還有，為幼高班更能銜接小一的學習模式，建議幼兒到本校「健康小食部」進行實地參觀，學習用顏色分類高危及健康的零食，實踐健康飲食好習慣。

最後，整個教案設計的實踐是十分成功，當中既要兼顧幼兒的學習需要，以螺旋式課程為幼兒提升對「健康飲食」的認識，使他們懂得吃有益、有智慧的飲食，同時加入了新議題「綠色飲食」。希望未來學前教育幼兒教育可深入反思飲食和環境保護的關係，食物不只是生理健康的要，更同時兼顧到吃得環保，如鼓勵幼兒多吃天然種植的蔬果、避免購買多餘包裝的零食，生活中重複使用可清洗餐具等，從小激發幼兒愛護環境、珍惜食物的好品德。

六. 參考文獻

- 1.黃蕙吟《學與教資源手冊—胃先生的故事》，香港教育出版社，2008 年重印。
- 2.趙鈞鴻《我愛吃有益的食物》，晶晶教育出版社，2009 年初版。
- 3.《認清標籤樂無憂》民政總署出版，2013。
- 4.《兒童健康促進繪本--漫遊零食國》，澳門特別行政區政府衛生局，2013 年初版。
- 5.《幼稚園哈樂野餐》教師手冊，澳門特別行政區政府社會工作局
- 6.何寶雯：《KingKong 與叮噹》，香港幼聯兒童健康生活小組編印，1994。
- 7.《3-6 歲兒童健康飲食金字塔》海報，澳門特別行政區政府衛生局。
- 8.健康生活教育中心網頁

<http://healthylife.ias.gov.mo>
- 9.良友之聲出版社網頁

www.vaphk.org
- 10.臺南市政府環境保護局網頁

<http://www.tnepb.gov.tw/>

七. 附件 1--教學活動相片

看，齊來認一認，甜酸苦辣。



齊齊來參觀『健康生活教育中心』！



聽故事，玩遊戲，最開心！



參觀後回到課室，還要認真做哈樂給我們的「學生習作」。





我們設計趣緻蔬菜娃娃



2013/2014 學年教學設計獎勵計劃獲獎作品