

# 中國基督教播道會寶雅幼兒學校

## K☆班主題活動報告- 黃豆變變變

### 知識

- 認識均衡飲食的重要性
- 認識健康飲食金字塔的食物種類
- 認識不同食物的來源
- 認識為我們提供食物的人
- 認識黃豆的特性
- 認識黃豆能製成不同美味食品



### 態度

- 培養均衡飲食的習慣
- 懂得珍惜食物
- 感謝為我們提供食物的人(包括：農夫、搬運工人、販賣食物的人、處理食物的人)

### 技能

- 運用句式「我喜歡的食物是\_\_\_。」
- 觀察黃豆的外貌結構
- 比較乾濕黃豆的分別
- 觀察黃豆變為豆漿的過程
- 觀察豆漿加入其他食用其他食材會變出不同食物
- 與同伴合作製作豆漿、豆腐及豆腐花



# 主題引入-認識健康的飲食方法

探究活動以繪本「胖國王」引入，除了讓幼兒認識到健康飲食的方法，還可認識到每日攝取各類食物的比例，我們每日應進食穀物類食品，要多吃蔬菜水果、適量的肉類或含蛋白質豆類及蛋。而油、鹽、糖類的食物，則不可吃太多。



米飯是穀類食物。

香蕉是水果類食物。



菜心是蔬菜。

薯片是油鹽糖類的食物。



透過資料搜集，幼兒向同伴分享自己最喜歡的食物，並學習句子：我喜歡的肉是肉類食物。

# 從發現到探索

幼兒透過日常食用的食品圖片中，認識到用不同豆製作出來的美食。包括有青紅蘿白排骨鷹咀豆湯、豆腐、綠豆沙和紅豆冰等。當幼兒反轉圖卡，看到原材料，分別是鷹咀豆、黃豆、綠豆和紅豆時，都表現得很新奇，還提出了多個問題或意見。



我都飲過呢個湯呀！



點解平時啲鷹咀豆會大粒啲？  
呢啲咁細粒？



呢粒黃豆可以造成豆腐？



我覺得黃豆好硬。



我覺得黃豆沒有氣味。



我覺得黃豆可以加埋紅蘿蔔個度。



我覺得入面有種子。

# 從發現到探索



老師放大了黃豆的影像，讓幼兒仔細地觀察它，然後把黃豆的面貌畫出來。



黃豆上面有一條線！



我畫了很多粒黃豆。



我畫咗一粒大粒和一粒細粒。



我畫咗好多細細粒的黃豆。



我畫黃豆人。

後記：早前有幼兒分享，覺得黃豆入面有種子，故我們一起把黃豆放入泥土裡，看看它是否能像種子般種出植物。當黃豆由發芽到長出葉子，幼兒都感到很高興。



# 用感官探索黃豆的特性



除了透過影像、觸摸和觀察黃豆外，幼兒更對黃豆進行深入的探究。透過故事「媽媽，買綠豆！」這本書，幼兒知道煮綠豆前，需要浸泡才可以煮食。不知道黃豆浸泡後會怎樣？



我覺得黃豆加咗水會變得大粒。



我把水加在黃豆身上，不知道會有什麼變化？



於是，幼兒把水滴黃豆上，並觀察黃豆的變化。

幼兒又預測如果把水注入載了黃豆的玻璃樽，會有什麼變化？



我覺得黃豆在樽內會長高。



我把水注入玻璃樽內。



加咗水的黃豆真的變得高了！



幼兒發現到，黃豆加了水後，身體會變得大了。這就是可見得到的結果。

# 把黃豆變成豆漿



浸泡後的黃豆就像圖書的綠豆一樣，可以製作食品。故我們使用黃豆來製作不同的食品。



把兩碗黃豆放進攪拌機內。



把水倒入攪拌機，到達機頂的線便要停止。



啟動攪拌機，扭到3字。



把已攪拌的豆漿倒入網袋內，用力擠出豆漿。

把泡泡舀走，用電飯煲煮30分鐘，豆漿便做好了。



我們較喜歡飲用加了砂糖的豆漿。

# 把豆漿變成豆腐和豆腐花



黃豆除了可製作豆漿外，還可以製作豆腐花和豆腐，在製作前亦需要閱讀製作程序。



我們先用水把熟石膏粉和粟粉開好。



把混合物攪拌並倒入電飯煲內。



把豆漿倒入煲內。



不停攪拌豆漿至起泡。然後再倒入電飯煲內，靜待20分鐘。



加上糖漿，豆腐花完成了。



把豆腐花舀入模具內。



用蓋蓋好，並在上面加壓，使豆腐成型。



壓30分鐘後，美味的豆腐便做好了。豆腐真好吃。

# 豆豆樂繽紛

課室設置了豆箱，讓幼兒利用工具對豆進行探索遊戲，幼兒十分享受當中的樂趣。



# 豆豆樂繽紛

幼兒們用小手指在畫紙中，印出不同顏色的小豆子。其後在小豆中進行添畫，一起合作製作漂亮的畫作。

