

# 學習活動示例

## (三)



## 學習範疇

「飲食」

## 學習單元

飲食的安全及衛生

## 學習目標/重點/細目

從實際環境、模擬情境、照片、故事圖片中指出飲食衛生需要注意的地方，包括：

初組：

三. 培養正確的進食習慣

1. 進食前後注意個人衛生

1.1. 進食前後要洗手

五. 認識飲食的基本和安全知識

1. 分辨可吃和不可吃的食物；12. 認識不可在同一時間進食過多食物

初、中組：

五. 認識飲食的基本知識和安全守則

2. 進食前剝除食物及飲品的包裝或外皮；4. 認識不可食用過熱的食物，要待稍涼才可進食；9. 選用清潔及安全的食具進食

中、高組：

五. 認識飲食的基本知識和安全守則

6. 選擇新鮮、清潔及煮熟（如有需要）及未過期的食物進食

註：請參閱「自理(特殊教育需要)學習目標、學習重點及學習重點細目」

程度

## 對象

中度弱智學生(初、中、高組)

已有知識/能力

認知方面：掌握飲食的基本知識、懂得用不同的溝通方式表達，如用說話答「喺」、「唔喺」，或用身體語言表達（點頭表示「喺」；搖手表示「唔喺」）及用圖卡「✓」、「×」表示對錯

技能方面：能使用一般食具進食

## 自理課三節

### 課時編排/學習情境

#### 單一學習範疇

#### 分組形式

最理想是分高中初組進行學習，若未能做到，可整班學習。但教師必須因應學生的學習差異選訂合適的學習重點、學習策略和評估重點。

#### 多元化的教學活動

包括視聽活動，模擬活動及調查活動等讓學生從接收資訊至實踐的過程中，掌握飲食的安全及衛生守則。

利用形象化及具體的例子施教抽象的概念，如適量、過量、過期、腐爛等。

按學生的學習需要及表達方法，以及對不同教學資源(如故事圖、海報、錄影片段及實物等)的接受程度，作出相應的調節。

### 教學資源

- 「衛生教育教材套」小學版(市政總署衛生教育組)
- 「同走健康路教材套」(教育署課程發展處)
- 區域市政總署、衛生署衛生教育組出版的海報或宣傳單張
- 「食物衛生」錄影片段(教育署及衛生署中央健康教育組)
- 模擬活動所需用品，例如：食具、過期及未過期的罐頭、新鮮及腐壞的水果等

### 學習評估

- 用言語、溝通圖卡或身體語言，表示圖卡或錄影片段中行為的對錯
- 從模擬活動中觀察及實際測試學生有否做到符合食物衛生及安全的行為
- 從「飲食習慣調查表」中觀察及記錄學生行為有否改變

評估記錄方式：

- (1) 能自行完成學習目標或表現優異
- (2) 口語提示下完成學習目標或表現良好
- (3) 手勢提示下完成學習目標或表現普通

(4) 持手協助下完成學習目標或表現欠佳

(5) 未能完成學習目標

註：達標準則：在嘗試次數中有 80%能完成學習目標(達標準則應按學生的能力釐訂。)

### 培養共通能力舉隅

協作能力：界定自己在團隊中的角色和責任(在組別學習中，清楚所分配的工作)

溝通能力：理解及適當回應教師的指示(動作、手勢、口頭)

運用資訊科技能力：利用錄影帶或光碟學習

批判性思考能力的基礎：運用簡單邏輯思維指出直接的因果關係。例如辨別清潔和不潔的食物及推斷吃了不潔食物的後果。

運算能力：運用對日期的理解，判別包裝食物有否過期

解決問題能力：鑑定食物是否過期的不同步驟和方法(例如：利用食物包裝上的標籤；利用視覺、觸覺和嗅覺辨別水果是否新鮮/腐壞)

自我管理能力：建立良好的生活習慣及維持健康的生活方式(自律-不吃過量食物)；反省自己的表現、態度和行為，並加以改進

### 培養態度及價值觀

#### 舉隅




自律、人權與責任、樂於參與、積極、合作、負責任、關懷、尊重自己、尊重生命







### 相關學科/學習領域






#### 舉隅

中國語文、常識、數學

## 學習活動：飲食安全

學習目標	教師活動	學生活動
<p>進行「飲食習慣調查」</p> <p>認識食物的衛生常識及安全</p> <p>認識進食前不洗手的後果</p>  <p>辨別(1)未經煮熟(2)經已煮熟及(3)不用煮熟便可取吃的食物</p> <p>認識進食適量的食物</p> <p>總結上述的學習</p>	<p><u>活動一</u> 利用「飲食習慣調查表」, 在教學前調查學生在宿舍或家居的飲食習慣(初、中、高組)。</p> <p><u>活動二(初組活動)</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用教材套的故事圖卡、宣傳單張及海報先講述食物的衛生常識及安全。</li> <li>2. 利用圖卡, 引導學生指出進食前不洗手的後果(按個別學生的學習能力, 提出不同難度的提問及給予不同程度的提示)</li> <li>3. 利用模型引導學生辨別(1)未經煮熟(2)經已煮熟及(3)不用煮熟便可取吃的食物(活動可以比賽形式進行, 按每組學生能力, 給予模型或相片, 比賽後計算結果及引導學生指出各組的對錯, 給予適當的獎勵)</li> <li>4. 利用杯、碗或食物的數量作為量度工具(例如: 五碗飯、一大包薯片、一公升汽水等與正常食量作出比較), 引導學生指出吃過量食物可能出現的後果(可進行整班或分組活動)</li> <li>5. <u>總結性活動</u> 把學生分組, 每組從「誰做得對」圖卡中, 以「✓」及「✗」指出誰做得對及誰做得不對。</li> </ol>	<p>請家長/宿舍家長填寫「飲食習慣調查表」</p> <p>理解學習內容及回應教師提問</p> <p>從圖卡中選出進食前不洗手的後果</p>  <p>每組學生合力分辨(1)、(2)及(3)類的食物</p>  <p>從圖卡中選出吃過量食物的後果</p> <p>各組學生選出正確及不正確的圖卡</p>

學習目標	教師活動	學生活動
<p>選擇清潔、安全的食具進食</p> <p>進食前剝除食物及飲品的包裝或外皮</p> <p>煮熱的食物待稍涼才可食用</p>	<p>圖卡包括以下內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 進食前有/無洗手</li> <li>● 進食前有/無煮熟食物</li> <li>● 進食適量/過量的食物</li> </ul> <p>教師作總結</p> <p>活動二(初、中組活動)</p> <p>播放錄影片段，用有趣的戲劇及故事，帶出與食物衛生有關的重點。</p> <p>舉行小食會/試食活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用實物，協助/引導學生選擇清潔及不破爛的食具進食(例如：辨別有污漬的碗碟、折斷的膠叉等)</li> </ol>  <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 利用圖卡/錄影帶片段，引導學生指出使用不清潔及不安全食具的後果</li> </ol>  <ol style="list-style-type: none"> <li>3. 選擇三至四種學生常吃/喜愛的包裝食物(例如：冰棒、袋裝薯片、餅乾等)示範剝除包裝</li> </ol>   <ol style="list-style-type: none"> <li>4. 協助學生剝除包裝</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. 協助學生辨別涼及熱的食物(例如：剛從廚房端出來的熱湯、剛從微波爐取出來的食物)</li> </ol>	<p>學生聆聽</p> <p>認識飲食安全</p>  <p>聆聽教師的講解，從食具中選擇清潔及安全的食具</p> <p>選出圖卡</p> <p>觀察示範後，嘗試撕開包裝食物封套</p> <p>透過視覺、觸覺(穿上微波爐手套去感受食物的熱力)</p> 

學習目標	教師活動	學生活動
<p>選擇新鮮及未過期的食物進食</p>    <p>選擇新鮮水果</p>	<p>6. 利用圖卡/錄影帶片段，引導學生指出食用過熱食物的後果</p>  <p><u>活動三 (中、高組活動)</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生(及教師自己)從家中帶回包裝食物(包括罐頭、凍肉、飲品、奶類食品等)</li> <li>2. 利用包裝上的出產及食用日期，教導學生「未過期」、「快到期」及「過期」的概念</li> <li>3. 安排分組活動，讓學生分辨「未過期」、「快到期」及「過期」的食物</li> <li>4. 協助學生觀察食物的外貌去判別新鮮及變壞了的水果(例如：外皮及蕉肉已變黑的香蕉、梨子等)</li> </ol>  <ol style="list-style-type: none"> <li>5. 利用圖卡/錄影帶片段，引導學生指出吃了變壞水果的後果</li> <li>6. 安排「購物」模擬活動，讓學生從實踐活動中，運用上述的安全知識</li> </ol>	<p>選出圖卡</p> <p>學生帶包裝食物回校</p> <p>學生觀察</p> <p>學生進行活動</p> <p>透過視覺、觸覺和嗅覺選出新鮮水果</p> <p>指出吃了變壞水果的後果</p> <p>參與「購物」模擬活動</p>



學習目標	教師活動	學生活動
	<p>7. 視乎學生的能力及學習表現,安排「到超級市場購物去」的實習活動,並記錄學生選擇食物的原因及過程</p> <p><u>活動四</u> 向各組學生的家長及宿舍家長派發「飲食習慣調查表」,藉以觀察學生能否把有關的食物安全知識應用在日常生活中。</p>	<p>參與「到超級市場購物去」的實習活動</p>

## 飲食習慣調查表

請將學習前後的表現記錄下來。

「✓」表示完全做到；「○」表示部分完成；「×」表示未能做到。

項目	學習前 表現	學習後 表現	備註 判斷/觀察
1. 進食前洗手 2. 辨別(1)未經煮熟(2)經已煮熟及(3)不用煮熟便可吃的食物 3. 進食適量的食物 4. 選擇新鮮的水果進食 5. 選擇清潔的食具進食 6. 選擇清潔、安全的食具進食 7. 進食前剝除食物的包裝 8. 進食前剝除食物的外皮 9. 待煮熟的食物稍涼才進食 10. 選擇未過期的食物進食			