



善 一 堂 安 逸 幼 稚 園

Shin Yat Tong On Yat Kindergarten

學年

2025-2026

年級

高班

活動名稱

高班教學主題：食物 花生大變身
二十四節氣的節氣「小寒」-花生糊

活動目標

- 認識二十四節氣中的「小寒」，了解其氣候特點及飲食習俗
- 運用小手肌剝開花生以及學習運用工具壓碎花生製作花生糊
- 學習欣賞中國傳統生活智慧，因應節氣的飲食文化

活動簡介

是次活動高班小朋友親手製作香濃可口的花生糊。小朋友們用小手剝開新鮮的花生，嘗試保留完整的花生外殼，感受剝花生的樂趣與成就感，接著，大家將花生粒用麵粉棒用力壓碎花生，然後用花生糊預拌粉加入熱水攪拌均勻，將壓碎的花生放入花生糊，香氣四溢！

這個活動不僅讓小朋友們動手動腦，還學會了不時不食，配合二十四節氣的節氣「小寒」吃花生糊，不僅能為身體提供溫熱和豐富的營養，還能溫補氣血，幫助保暖身體，迎接寒冷的天氣。

活動記錄（例如：兒童作品 / 活動的照片 / 影音）



