

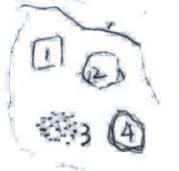
健康飲食

廚巧嵐

已知	想知	新知
What do I know? 我知道些甚麼?	What do I want to learn? 我想學些甚麼?	What have I learnt? 我學會了甚麼?
<ul style="list-style-type: none"> ● 有糖分, 甜的, 蛀牙, 不健康, 小孩很喜歡, 肥胖等.....  <p>我心中的糖果</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 糖是怎麼做出來的? 2. 糖為甚麼對牙有害? 3. 糖為甚麼那麼甜? 4. 糖為甚麼致肥?  <p>糖</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 白糖, 黑糖, 冰糖, 紅糖, 方糖, 糖粉。 ● 糖可以不再充體, 恢復心情。 ● 糖分不夠, 便會餓! <p>附頁: 馬鈴薯, 麵包和飯有糖, (不過, 沒有甜品那麼多)</p>

李韻澄

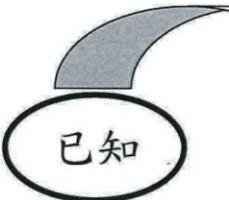
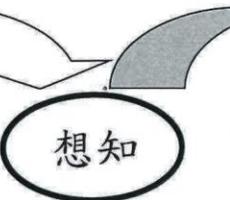
共讀圖書：《甜滋滋的糖沒有告訴你的秘密》

已知	想知	新知
What do I know? 我知道些甚麼?	What do I want to learn? 我想學些甚麼?	What have I learnt? 我學會了甚麼?
<p>• 是甜的 吃太多會影響身體 糖有很多形態</p> <p>Sweet</p>  	<p>• 為什麼糖這麼甜? 是誰發明了糖? 為什麼糖有這麼多形態?</p> <p>why? Sweet</p> 	<p>• 黑糖比白米糖健康 糖會給我們能量</p> <p>糖 → good!</p> <p>糖 → energy</p> 

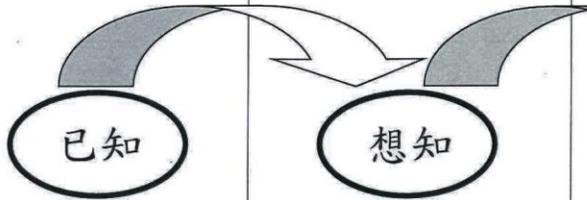
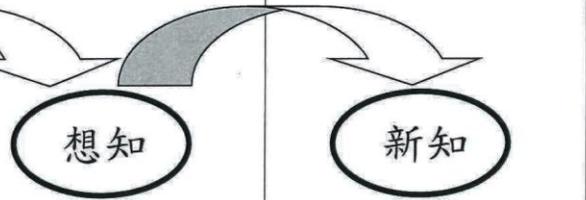
歐陽天晴

<p>已知</p> <p>What do I know? 我知道些甚麼?</p>	<p>想知</p> <p>What do I want to learn? 我想學些甚麼?</p>	<p>新知</p> <p>What have I learnt? 我學會了甚麼?</p>
<ul style="list-style-type: none">● 糖是不健康的● 吃得多糖會蛀牙● 不可以只吃糖● 大部份糖是有色素的● 可以偶然吃一些糖● 很多人都喜歡糖● 糖會令心情變好● 除了白糖,世界上還有很多糖	<ul style="list-style-type: none">● 為什麼吃糖會蛀牙呢?● 糖為什麼對身體不好?● 糖有什麼成份?● 糖是誰發明的?● 糖是什麼時候出現的?	<ul style="list-style-type: none">● 白糖是最常見的● 黑糖較健康● 糖可以提供熱量● 糖會令你產生費爾蒙,令你感到開心● 糖不會變壞● 糖加熱可變焦糖● 糖是天然的防腐劑

周皚喬

 <p>已知</p> <p>What do I know? 我知道些甚麼?</p>	 <p>求知</p> <p>What do I want to learn? 我想學些甚麼?</p>	 <p>新知</p> <p>What have I learnt? 我學會了甚麼?</p>
<ul style="list-style-type: none">● 容易蛀牙- 甜- 容易肥胖- 食得多會有脂肪- 糖尿病	<ul style="list-style-type: none">● 糖有什麼成份?- 脂肪會有幾多?- 誰發明糖?- 為什麼要發明糖?	<ul style="list-style-type: none">● 食完糖會開心- 大腦分泌快樂 賀爾蒙- 糖不足會叫「肚子餓」- 長時間提供熱量- 糖是不會壞掉，沒有保存期

吳依呈

 <p>已知</p> <p>What do I know? 我知道些甚麼?</p>	 <p>想知</p> <p>What do I want to learn? 我想學些甚麼?</p>	<p>新知</p> <p>What have I learnt? 我學會了甚麼?</p>
<ul style="list-style-type: none">1. 會蛀牙2. 很甜3. 肥胖4. 很多脂肪5. 提供熱量6. 糖尿病	<ul style="list-style-type: none">1. 為甚麼糖是甜的?2. 糖是怎樣發明?3. 為什麼會導致糖尿病?4. 為什麼它可以提供熱量?5. 有多少種糖?6. 什麼是賀爾蒙!	<ul style="list-style-type: none">1. 個個人都喜歡吃有糖的食物2. 原來有多過5種的糖3. 原來有很多日常生活的食物都是用糖來做4. 糖分泌賀爾蒙5. 糖是不會變壞的6. 糖可以做護手霜

葉洛霖

 <p>What do I know? 我知道些甚麼?</p>	 <p>What do I want to learn? 我想學些甚麼?</p>	 <p>What have I learnt? 我學會了甚麼?</p>
<ul style="list-style-type: none"> • 很甜 • 吃太多會蛀牙 • 肥胖 • 開心 • 糖尿病 	<ul style="list-style-type: none"> • 多少種 • 誰發明 • 糖有沒有其他好處 	<ul style="list-style-type: none"> • 蔗糖最常見 • 黑糖有百康物質和維生素 • 食「麥」麵包或薯仔也有米糖分 • 米糖不會變少 • 甜菜能做成糖 • 煮肉時放糖，可以讓肉變軟，色變靚 • 做 hand cream

鄺以喬

已知	想知	新知
What do I know? 我知道些甚麼?	What do I want to learn? 我想學些甚麼?	What have I learnt? 我學會了甚麼?
<ul style="list-style-type: none">• 不要吃太多糖果會蛀牙。• 有些食物有碳水化合物。• 可能會肥胖吃太多糖果。	<ul style="list-style-type: none">• 糖是用甚麼做成的?• 吃太多糖果會導致死亡?	<ul style="list-style-type: none">• 黑糖比白糖健康• 糖令我們的心情變好。• 飯、麵包或馬鈴薯也有糖• 糖不會變壞

鄭任安夫人學校
2021-2022 年度 四年級跨課程閱讀主題「健康飲食」
圖書科工作紙

班別：四行 姓名：何芯瑩 (7)
閱讀日期：2022 年 5 月 17 日

共讀圖書：《甜滋滋的糖沒有告訴你的秘密》

何芯瑩

 <p>已知</p>	<p>想知</p>	<p>新知</p>
<p>What do I know? 我知道些甚麼?</p>	<p>What do I want to learn? 我想學些甚麼?</p>	<p>What have I learnt? 我學會了甚麼?</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● 很甜 ● 蛀牙 ● 易肥 	<ul style="list-style-type: none"> ● 如何減少蛀牙 ● 糖是用甚麼造成的 ● 吃過多糖會有甚麼影響 	<ul style="list-style-type: none"> ● 原來黑糖含有礦物質和維生素 ● 糖會給我們熱量 ● 糖會令我們快樂 ● 糖是不會變壞的

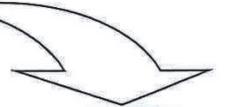
容紫晴

已知	想知	新知
What do I know? 我知道些甚麼?	What do I want to learn? 我想學些甚麼?	What have I learnt? 我學會了甚麼?
<ul style="list-style-type: none">• 吃太多糖會蛀牙。• 糖是甜。• 糖對身體不好。	<ul style="list-style-type: none">• 吃太多糖會上癮嗎?• 吃太多糖會死亡嗎?• 不吃糖會怎樣?	<ul style="list-style-type: none">• 原來糖有很多種。• 黑糖原來健康過白糖• 原來吃糖會讓我們分泌快樂質。• 原來糖不會過期

彭鎧澄

已知	想知	新知
What do I know? 我知道些甚麼?	What do I want to learn? 我想學些甚麼?	What have I learnt? 我學會了甚麼?
<ul style="list-style-type: none">吃過多糖， 會變肥， 有糖尿病和蛀 牙等問題……吃糖也會給 我能量，但不 能吃太多。	<ul style="list-style-type: none">糖是怎樣做 的。有什麼吃了 不會蛀牙。糖有什麼功 能。	<ul style="list-style-type: none">黑糖有豐富的 礦物及維生 素。吃了糖分高 的食物，我們 的腦會分泌 快樂。主食也有不少的 糖，長時間提供 能量。

羅凱喬

 <p>已知</p>	 <p>想知</p>	 <p>新知</p>
<p>What do I know? 我知道些甚麼?</p>	<p>What do I want to learn? 我想學些甚麼?</p>	<p>What have I learnt? 我學會了甚麼?</p>
<ul style="list-style-type: none">• 吃得太多糖會有糖尿病和肥胖• 糖會給我們能量• 可以用糖來磨沙	<ul style="list-style-type: none">• 糖是怎樣做出來的?• 有沒有糖是不會甜的?• 有甚麼吃了不會蛀牙?	<ul style="list-style-type: none">• 糖有維生素• 糖不會變壞• 用糖醃肉是最好

潘心唯

 <p>已知</p> <p>What do I know? 我知道些甚麼?</p>	 <p>想知</p> <p>What do I want to learn? 我想學些甚麼?</p>	 <p>新知</p> <p>What have I learnt? 我學會了甚麼?</p>
<ul style="list-style-type: none">● 吃太多糖果會容易蛀牙和肥胖● 吃糖果會引致糖尿病● 吃糖不健康	<ul style="list-style-type: none">● 有沒有糖是辣的?● 糖有甚麼好處?● 有沒有糖是酸的?	<ul style="list-style-type: none">● 黑糖裏有很多礦物質及維生素● 方糖放入茶或咖啡裏會慢慢溶化● 糖粉是用白糖和玉米澱粉分製出來的● 糖是不會變壞的● 用楓樹的汁液能做成糖