

豐食營養 5 餐計畫 111 學年導入說明書

【飲食知識融入教學】

目的：

- 透過主題式教材、融入式教學，落實國小學習階段之飲食教育。
- 促進孩子飲食知識學習動機，提升健康飲食認知。
- 將餐桌結合課桌，培養孩子健全的身心及孕育豐富的人性。

導入方式：

- 教師研習：豐食將依各年度導入主題，邀請專業講師教授重要觀念及知識，於導入 3 年期間，提供線上課程，並不定期安排實體研習進行交流。
(線上研習課程影片：<https://docs.google.com/document/d/1Jrk8jm83A-7pkEU5jYGYN1c7ByYsFF2hg2Kg6no1wu0/edit?usp=sharing>)
- 教學融入：
 - 手冊：豐食將依各校提供之班級人數，提供學童及教師紙本手冊。
 - 其他教學資源：動畫/圖譜/教師增能影片/教案/教學指南等電子檔皆可於「營養 5 餐資源網」(www.dietpedia.fullfoods.org) 下載或查詢。
 - 請各校安排全校六個年級進行一學期 400 分鐘 (10 堂課) 融入教學，並於每學期末繳交該學期之「教學導入紀錄表」。
- 食育教室啟用：
 - 豐食已完成各校食育教室裝修工程，並由嘉義市政府補助各校添購硬體設備。請各校安排班級於中午時間輪流於食育教室用餐體驗，並鼓勵班級多使用教室進行手作料理、食育等課程。
 - 請各校於每學期末繳交該學期之「食育教室使用登記表」。

成效評估：

- 為了解學童學習成效，敬請於每學年初及學年末，輔導學童填寫調查問卷，1-2 年級為紙本問卷、3-6 年級請於電腦課線上填寫。

濃食營養 5 餐計畫 【知識導入】班級教學導入記錄表

- 授課時數：400 分鐘（約 10 堂課）
- 濃食提供之授課素材可上營養 5 餐資源網登入查詢
(www.dietpedia.fullfoods.org)

基本資料：

學校名稱	臺南市南區日新國小
授課班級	502
授課人數	22
導師姓名	李佳函
導師授課領域	彈性
導入主題	豆與鹽

謝謝您的辛勞，敬請老師協助詳細記錄，您的教學經驗將成為全台各級學校，未來推廣參考的重要依據及規範。

【主題： 豆與鹽】400 分鐘授課規劃及分配

課程名稱	授課日期	授課科目及老師	授課時間
鹽來更好	111/10/21	彈性、李佳函老師	40 分鐘
日新五雲全人行	111/10/25	彈性、李佳函老師	40 分鐘
鹽來更好	111/11/04	彈性、李佳函老師	40 分鐘
日新五雲全人行	111/11/08	彈性、李佳函老師	40 分鐘
鹽來更好	111/11/11	彈性、李佳函老師	40 分鐘
日新五雲全人行	111/11/15	彈性、李佳函老師	40 分鐘
鹽來更好	111/11/18	彈性、李佳函老師	40 分鐘
日新五雲全人行	111/11/22	彈性、李佳函老師	40 分鐘
鹽來更好	111/11/25	彈性、李佳函老師	40 分鐘
日新五雲全人行	111/11/29	彈性、李佳函老師	40 分鐘
			400 分鐘

請紀錄本學期中，課堂互動反饋最佳的 2 堂課程內容：

第 1 堂	
授課日期 (年/月/日)	111/11/22
原時段課堂 科目	日新五雲全人行
授課時數	_____40_____分鐘
授課老師/ 教學領域	李佳函
授課內容 (手冊章節)	豆飲食探索大驚奇
授課方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 引起動機 播放主題教學影片「六大類食物—豆類篇」 2. 教學活動 透過電子書內的文本，發現豆類相關製品 3. 統整活動 延伸討論還可以在哪裡找到豆類製品呢？

學生回饋

原來豆花、豆腐是利用豆類製作的，並且除了加入石膏之外，還可以運用鹽滷的方式，進而發現原來鹽巴有這些功用。



第 2 堂

授課日期(年/月/日) 111/11/29

原時段課堂科目	日新五雲全人行
授課時數	_____40_____分鐘
授課老師/教學領域	李佳函
授課內容(手冊章節)	豆飲食探索大驚奇
授課方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 引起動機 <p>回憶日前所學的不同豆類及其製品。</p> 2. 教學活動 <p>瞭解豆類從何而來，並且豆類是如何被古人發現可製成各式各樣的食品。</p> 3. 統整活動 <p>透過孩子的角度，將豆這個字重新作詮釋。</p>
學生回饋	<p>原來豆類需要磨製的工具，讓豆類變身成不一樣的食品，就能夠有這番風味！也瞭解到原來豆類可以變成那麼多種食物，口感完全不一樣！並且透過人們的巧思搭配，可以把原本平凡不堪的豆子變成如此好吃的佳餚！</p>

授課照片

