

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。

豐食營養 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）
- 豐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	3 年 4 班
授課人數	23
導師姓名	陳雅雯
導師授課領域	綜合活動
導入主題	澱粉

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：澱粉】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
認識稻米	3/6	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
文字大會合	3/9	藝術與人文/許育琦	40 分鐘
稻米及麥趣聞	4/17	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
小麥與麵粉	4/24	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
麵粉變變變	5/8	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
澱粉家族	5/15	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
常見的澱粉製品	5/22	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
糖與醣	5/29	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
澱粉小學堂	6/1	綜合活動/陳雅雯	40 分鐘
澱粉小學堂	6/1	綜合活動/陳雅雯	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)	112 年 3 月 9 日
原時段課堂科目	藝術與人文
授課時數	40 分鐘
授課老師/教學領域	許育琦/藝術與人文
授課內容(手冊章節)	1-3 禾字大會禾
授課方式	每個國字，都存在著老祖先的生活智慧，澱粉中含有醣類，請學生藉由「唐」這個字，為它造一個字，和同學分享造字的概念與想法。
學生回饋	1. 造字活動能讓我們認識平常不容易學習到的字。 2. 國字的造字能蘊藏著平常生活中吃的全穀雜糧類，真有趣！ 3. 同學們的作品都很有創意。



第 2 堂	
授課日期(年/月/日)	112 年 3 月 9 日
原時段課堂科目	綜合活動
授課時數	80 分鐘
授課老師/教學領域	陳雅雯/綜合活動
授課內容(手冊章節)	第四章澱粉小學堂
授課方式	教師帶學生到蛋糕觀光工廠參觀，學生先觀看低筋麵粉如何製作成蛋糕的過程，接著，發揮創意，進行翻糖蛋糕的製作及品嚐。

學生回饋	1. 原來香噴噴的杯子蛋糕含有低筋麵粉的材料，而不是只有蛋就能製作。 2. 製作翻糖蛋糕很有趣，造型很可愛。 3. 杯子蛋糕吃起來很鬆軟，跟麵包的口感不同。
授課照片	