

豐食營養 5 餐計畫 110 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，每學期初安排 1 場次研習，邀請各校教師共同參與。
- 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：
 - 豐食將於 110 學年度第一學期開學前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。（豐食將提供建議設備清單）
 - 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。
- 各校 6 年級學童需於每年 5 月完成豐食飲食知識評測 L1，並告知通過率。

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	台南市日新國小
授課班級	三年五班
授課人數	23 人
導師姓名	蔡佳錦
導師授課領域	國語、數學、健康、綜合
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： <u>澱粉</u> 】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
吃飯皇帝大 1-1~1-2	112/3/2	綜合活動/蔡佳錦	40 分鐘
吃飯皇帝大 1-3~1-4	112/3/9	綜合活動/蔡佳錦	40 分鐘
麵包在手就不餓 2-1~2-2	112/3/16	綜合活動/蔡佳錦	40 分鐘
麵包在手就不餓 2-3~2-4	112/3/23	綜合活動/蔡佳錦	40 分鐘
澱粉好好玩 3-1~	112/3/30	綜合活動/蔡佳錦	40 分鐘
澱粉好好玩 3-2	112/4/8	綜合活動/蔡佳錦	40 分鐘
澱粉小學堂 3-3	112/4/15	綜合活動/蔡佳錦	40 分鐘
澱粉小學堂 4-1	112/4/26	藝術與人文/許育琦	40 分鐘
澱粉小學堂 4-2	112/5/3	藝術與人文/許育琦	40 分鐘
澱粉小學堂 4-3	112/6/1	綜合活動/蔡佳錦	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)	112/4/26
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)	澱粉小學堂 4-1
授課方式	請學生仔細瀏覽本週的營養午餐菜單，並從本週的營養午餐菜色中，找出所有含有澱粉的品項，從中挑選出你喜歡的澱粉類食物並繪製下來。
學生回饋	原來我們每日的營養午餐中，都有澱粉，而且幾乎都是我們每餐的主食呢！此外，我們還發現澱粉也以不同的形式出現，有時是米飯、有時是粥、有時是義大利麵……真是千變萬化。
授課照片	

第 2 堂	
授課日期(年/月/日)	112/6/1
原時段課堂科目	綜合活動
授課時數	____40____分鐘
授課老師/教學領域	蔡佳錦/國語、數學、社會
授課內容(手冊章節)	澱粉小學堂 4-3
授課方式	帶學生去參觀蛋糕觀光工廠，讓學生了解麵粉如何變成美味的麵包、蛋糕等，此外，學生再透過手做翻糖杯子蛋糕，更能充分感受澱粉的奧秘
學生回饋	看起來好像很簡單，但實際上沒有想像中的容易，尤其想要成果漂亮好吃，真的是要仔細聽清楚每個步驟，才不會出錯，不過看到自己完成後的成品，還是很開心。
授課照片	 