

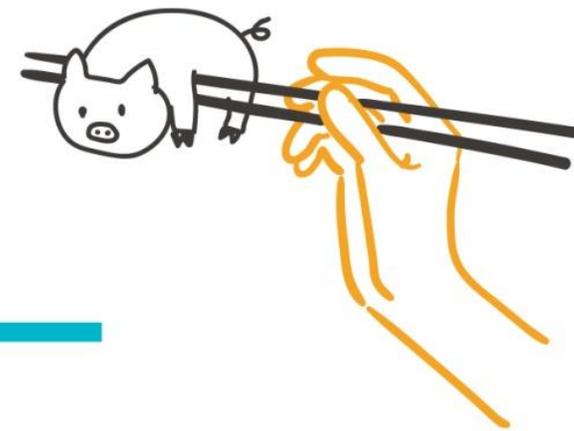
營養 5 餐



2022食育教師種子培訓營



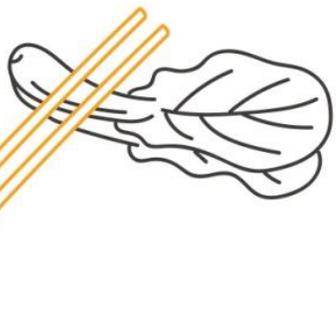
食育教師種子培訓營



舉辦目的

澧食教育基金會為扎根校園飲食教育，自2018年起開辦「營養5餐」計畫，透過示範校五環式導入教學，從知識、空間、餐食、食器、溝通等五大面向著手，讓孩子能在學校中，養成一輩子帶著走的飲食素養。

有感於飲食教育這條路上，許多充滿熱忱的教師們，不僅只存在於澧食合作的示範校中，為了讓「營養5餐」的食育教學資源分享到更多校園中，澧食在今年推出《食育教師種子培訓營》，以澧食示範校為據點，招募全國有志於飲食教育的教師們一同在食育之路攜手前進！



食育教師種子培訓營

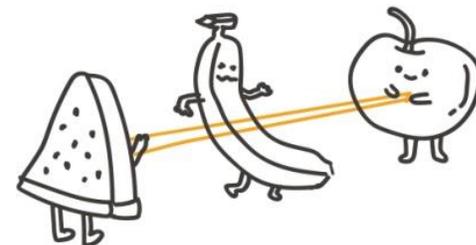


招募對象



全國有志飲食教育

國小教師



食育種子計畫內容

預計時程(2022)

即日起~7月初

7月~8月初

9月(111學年度)



食育教師 種子培訓營

- 食育研習一場次 (約2-3小時)
- 由縣市政府提供場地並協助招募有志飲食教育的教師參加。
- 濃食提供師資及研習課程所需之教學資源。

線上表單 申請教學資源

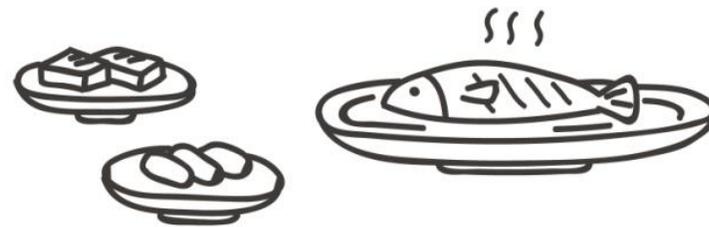
- 濃食提供營養5餐教學資源線上申請表。
- 參與研習之教師線上填表申請成為種子教師，選擇111學年度預計導入的主題，即可獲得免費食育教材。

免費教材 校園食育推廣

- 濃食提供食育教材至種子教師所在學校。
- 種子教師進行一年期食育課程導入，並於一年間配合濃食進行前後測及提供教學紀錄。

種子培訓營-研習課程規劃

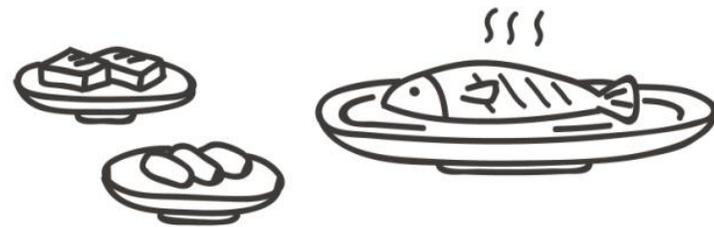
*課程規劃為參考示意,將視實際辦理情況調整。



- 辦理時間：
 - 2022年4-6月(學期中之週三下午研習時間)
 - 2022年7月初(暑假第一周)

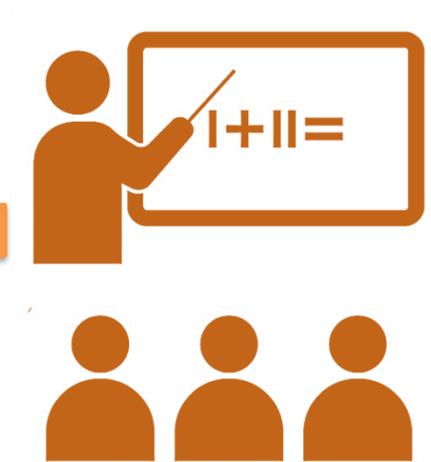
| 時間 | 流程 | 主講者 |
|-------------|--|-------------------|
| 13:00~13:30 | 報到 | |
| 13:30~13:40 | 長官致詞及合照 | |
| 13:40~14:00 | 豐食營養5餐食育種子教師計畫介紹 | 豐食教育基金會代表 |
| 14:00~14:50 | 營養孩子的未來-飲食教育課程設計 (參考影片: https://youtu.be/l5u5i1-Rql4) | 豐食智庫 / 食育學者專家 |
| 14:50~15:40 | 食育教案分享與教學經驗交流 (參考影片: https://youtu.be/dszJhzhfKGw) | 豐食SUPER食育教師大賽獲獎團隊 |
| 15:40~16:00 | QA互動交流 | |

縣市政府協助事項

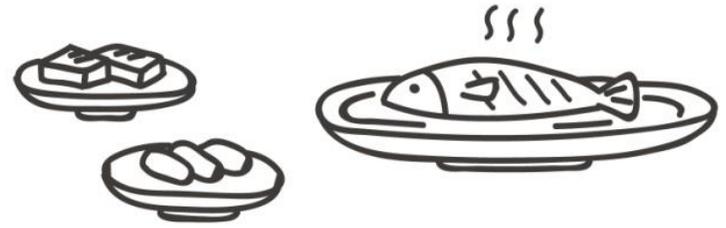


1
安排協辦學校
提供研習場地

2
協助發函招募
有志食育教師



食育種子教師權利義務



- 有志飲食教育之教師參與研習課程後，填寫線上表單申請成為「**豐食食育種子教師**」。
- 進行一學年兩個主題的食育導入。

豐食提供

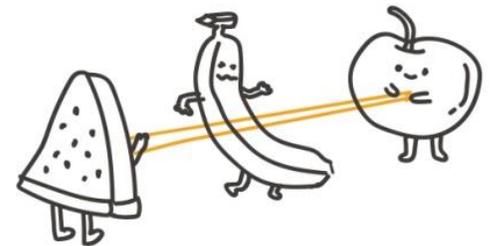
| ✓ 學習手冊 | ✓ 教學資源 | ✓ 教師研習 |
|-----------------------------|-------------------|-----------------------|
| 提供食育種子教師所需學生數之主題教材，一學年兩個主題。 | 動畫短片、圖譜海報等多元教學資源。 | 提供食育主題之線上研習影片，協助教師備課。 |

食育種子教師提供

- ✓ 飲食教育導入校園教學
- 安排學童填寫前後測問卷。
- 填寫教學紀錄表，分享學生反饋最佳的課程。



附錄、營養5餐教學資源



飲食教育 - 知識導入主題內容

■ 國小各年段之食育知識教材主題規劃：

| 低年級 | 主題 | 中年級 | 主題 | 高年級 | 主題 | |
|-------|--------|-------|----------------|----------------|-------------------|--------------------------|
| 一/二年級 | 好重要的食物 | 三/四年級 | 六大類食物- 蛋品家族 | 含認識食物 /初級加工 | 六大類食物- 乳製品家族 | 複合類食品 /次級加工 (含添加物) |
| | 從餐桌看世界 | | 六大類食物- 水果家族 | | 六大類食物- 油脂及堅果種子 | |
| | 食物從那裡來 | | 六大類食物- 蔬菜家族 | | 六大類食物- 豬製品家族 | |
| | 營養大市集 | | 六大類食物- 澱粉家族 | | 六大類食物- 豆製品家族 | |
| | | | | | | |

知識導入 - 教學指引

- 2020年豐食與國立台灣師範大學共同啟動「『營養5餐計畫』：國民小學推動策略」，針對基金會的飲食教育系列教材對應於教育部提出之「十二年國民教育課程」，以「素養導向教學」的理念，規劃教學指引手冊。
- 豐食飲食教育系列教材包括：十二冊「飲食知識主題學習手冊」各冊的「教學指引」，教師可依據學生需求及學校情境選用，發展領域課程、校本課程及彈性時數等不同形式的學習活動，並結合學校午餐，落實國小學習階段之飲食教育。

知識導入 - 教學指引

1. 營養5餐計畫-飲食知識主題學習手冊：內容分析

2. 十二年國民教育課程綱要對應

- 確立學習目標
- 建議手冊內容中，符合飲食教育學習內涵的學習體驗活動

3. 補充手冊內容中，可彈性選用的延伸學習活動

| 手冊 | | 對應：12年課綱/學習重點 | | | 延伸學習活動 | | |
|---------------|----------|--|---|---|---|----------------------------|-----------------------------|
| 章 | 主要概念 | 學習內容 | 學習表現 | 學習體驗活動 | 活動名稱 | 學習內容 | 學習表現 |
| 第3章： 堅果好好吃 | 堅果的種類與營養 | 健 Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。 健 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。 自 INb-III-1 物質有不同的結構與功能。 自 INf-III-3 自然界生物的特徵與原理在人類生活上的應用。 | 健 1a-III-3 理解促進健康生活的方 法、資源與規範。 自 ah-III-1 利用科 學知識理解日常 生活觀察到的現 象。 | 【堅果名稱 填填看】 (p.14)辨識生 活中常見的 堅果 【堅果生長 連連看】 (封 底)認識生活 中常見堅果 的生長樣貌 | 【堅果英 文】 (p.15) | 英 Ac-III- 3 簡易的 生活用語 | 2-III-2能說 出課堂中所 學的字詞。 |

澱粉手冊融入教學概念



自然科學

- 1-1 稻米的構造與營養
- 1-2 常見的白米
- 2-1 小麥與麵粉
- 2-2 麵粉變變變

語文

- 1-3 禾字大會合
- 1-4 稻米趣聞
- 2-3 麥趣聞
- 2-4 吃麵包的哲學家(英文)

健康與體育

- 3-1 澱粉還可以從哪些食物取得?
- 3-2 澱粉是醣?
- 3-3 聰明吃澱粉
- 4-1 常見的澱粉製品

綜合活動

- 4-2 澱粉魔法丸
- 4-3 美味壽司捲捲捲

藝術

- 封底-全穀雜糧造字創作

社會

- 灌溉設施與農具/現代稻米製作過程

數學

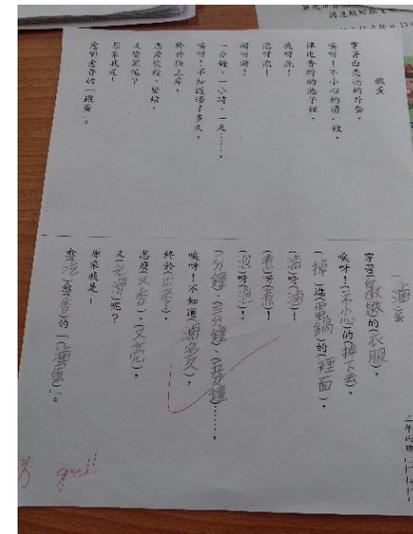
- 食物熱量-
營養標示算算看

扎根飲食知識

孩子們的原來如此

原來米不是
從超市來的！

原來麵粉
不是米做的！





THANK YOU!

