

惜食保衛戰教案

單元名稱	惜食保衛戰	教材來源	power point
適用年級	七年級	設計者	竹南國中蔡昀庭營養師、 和峰食品黃筱晴營養師
總教學時間	30 分鐘	相關領域	
設計簡介	◎本教學單元設計包含（ 2 ）個活動： 1. 塞翁失馬，「厭」之非福。 2. 搶救良食保衛戰。 ◎本單元教學活動設計理念如下： 1. 養成珍食觀念，並認識食材之護眼營養素。 2. 體驗供應頻率稍低或學生接受度不高之食材，煮成食物之美味，進而減少食物浪費，達成惜 food 之目的。		
教 學 活 動			
標題	1. 課程一：塞翁失馬，「厭」之非福。 2. 課程二：搶救良食保衛戰。		
能力指標	1. 藉由課程辦理有獎徵答，提高學生互動參與度。 2. 藉由營養午餐菜單加入供應頻率稍低或學生接受度不高之食材，體驗食物美味，廚餘剩食最少的學生，可再多吃一份餐食。		

活動名稱	活動內容、流程	時間	教學準備 (教學資源)	能力指標代號	評量方式	說明
入班 宣導+ 營養 教育	一、準備活動 1. 塞翁失馬，「厭」之非福。 2. 搶救良食保衛戰。 二、發展活動 1. 有獎徵答 2. 體驗加入供應頻率稍低或學生接受度不高之食材的美味營養午餐 三、綜合活動 1. 有獎徵答 2. 體驗加入供應頻率稍低或學生接受度不高之食材的美味營養午餐	30 分鐘	power point	1. 有獎徵答問題是否達對 2. 廚餘剩食最少的學生，可再多吃一份餐食	有獎徵答 &觀察廚餘剩食情況	