

營養教育-餐前五分鐘強化學生生活健康模式實踐健康生活



餐前五分鐘宣導



午餐教育專區



聘請高職端教師指導學生健康飲食



聘請高職端教師指導學生健康飲食



社團老師指導健康安全自行車活動



社團老師指導健康安全自行車活動

臺南市新興國中餐前五分鐘-飲食教育實施計畫

一、依據：113 學年度台南市各級學校健康體適能與飲食教育行動計畫辦理。

二、執行期程：上學期 9-12 月，下學期 3 月-6 月

三、執行年級：七、八、九年級。

四、實施方式：

(一)餐前五分鐘(全學年實施)：

1. 請各班導師於午餐時播放每月指定影片 2 次(影片連結每月同步於本校網站公告)
2. 餐前五分鐘課表如下：

月份	內容
9(3)	依上級規畫主題內容實施
10(4)	依上級規畫主題內容實施
11(5)	依上級規畫主題內容實施
12(6)	依上級規畫主題內容實施

3. 將同學觀看影片過程拍照上傳至本校雲端/新興國中教學用 google 雲端硬碟/04 行政-各項實施計畫/餐前 5 分鐘計畫/上傳當月份各班實施情形。
4. 每月定期公告「餐前五分鐘小測驗」，鼓勵學生參加，參加者留下完整聯絡訊息(含校名、班級、姓名)可以參加抽獎。

(二)餐前五分鐘主題海報彙編專書教學(下學期實施)

1. 請於健康教育課堂中實施，每班上課前請健康教育課任課教師指導學生到學務處領取書籍，每人發放一本專書於課堂時間閱讀使用。使用完畢回收裝箱，再歸還學務處。
2. 學習單請於上課前，指定班上同學到學務處領取學習單回班上發放使用。
3. 請依照每個月分主題進行 1 次專書教學，內容如下表所示。

月份	內容
3	餐前五分鐘營養教育一把罩
4	健康鈣質知多少
5	聰明選擇，遠離慢性病
6	吃在地。食當季

4. 教學內容依照教案內容進行，並指導學生完成學習單填寫。
5. 學生學習單請挑選 3-5 位填寫優良的同學給予體衛組存查。
6. 如有餘裕，請拍 1-2 張相片給予體衛組製作成果。
7. 累積三次填寫優良同學，由體衛組於期末敘嘉獎一次以資鼓勵。

五、本實施計畫經校長同意後實施，修正後亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

教師黃靖中

教師高鵠泰

新興國中 鄭雅麗