明愛樂群學校

2017/18年度-專題研習-食營D﹝親子健康小食設計比賽﹞活動計劃

1. 目的：
2. 鼓勵家長在家與學生共同設計及製作健康小食，從而認識及重視健康的飲食習慣
3. 透過營養師的介紹或示範，加強家長及學生對健康食物的認識
4. 透過電子投票過程，擴闊學生對科技的認識及體驗科技帶來的方便
5. 透過製作及嘗試健康小食，提升學生溝通及協作能力
6. 透過比賽，培養學生的比賽意識及創造力
7. 透過親子製作健康小食及參與比賽，增加親子活動機會及享受親子樂趣
8. 邀請學生家長出席比賽，以增加學校與家長間的聯繫

(二) 日期： 20/3/2018 (星期二）

(三) 時間： 9:40am－1:00pm

(四) 地點： 課室及操場

(五) 統籌： 雪、珊、發

(六) 程序：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **時 間** | **活 動** | **活動地點** | **負責教職員** |
| 09:40 am-10：15 am | * 活動簡介 * 分組 | 多用途室 | 發  入組教職員 |
| 10：15am-11：15 am | * 示範得獎小食﹝附件一﹞ | 各課室 | 入組教職員 |
| 11：15am-11：25 am | 如廁及飲水 | 各課室 | 入組教職員 |
| 11：25am-11：40am | 小息 | 多用途室 | 小息當值教職員 |
| 11：40am-12：30 am | 嘉年華﹝附件二﹞   * 攤位：勝出親子小食、即摘即食、清水、健康資訊、電子投票 * 營養師分享 * 在場的學生、教職員及家長投票，選出最美味的小食 | 操場/禮堂﹝雨天﹞ | 發、雪、珊  入組教職員 |
| 12:30pm-12:45pm | 頒獎及分享   * 積極參與獎 * 營養均衡獎(評判：營養師) * 最佳造型獎 * 最具創意獎 * 最合拍獎 * 易於攜帶獎 * 最環保獎 * 最美味獎(家長、各教職員及同學投票) | 操場/禮堂﹝雨天﹞ | 營養師、校長 |
| 12:45pm-12:50pm | 致謝 | 操場/禮堂﹝雨天﹞ | 校長 |
| 12:50pm-12:55pm | 影大合照 | 操場/禮堂 | 寶 |
| 12:55pm-1:00pm | 執拾及預備午膳 | 操場/禮堂 | 入組教職員 |

(七) 分工：

* + 司儀：發
  + 健康飲食資訊：鄧
  + 投票設備：珊、寶
  + 聯絡及接待營養師：穎
  + 評判：校長、雪、珊、發
  + 接待家長：黃
  + 預備及整理家政室：珊
  + 攝錄及攝影：寶、楟
  + 音響及電腦設備：寶
  + 預備及整理場地：霍、工友
  + 顏色手帶：雪、教學助理
  + 禮物及紀念品：雪
  + 《食營D》書冊：雪、珊、發
  + 入組教職員：請看附表

(八) 其他事項：

1. 早會在課室進行，早上組務時間不安排飲水。

2. 小息時間改在11：25 am開始；在多用途室小息；在多用途室示範的組別需即時收拾場地預備小息。

3. 得獎家長約於9:30 am到校，在家政室預備，待學生分組後帶家長到示範場地。

4. 參加《食營D》活動的家長可乘坐11：15 am在排頭村開出的校車到校；到校後可先在圖書館等候。

5. 活動完結後，家長可乘坐1:15pm開出的校巴前往沙田排頭村。

6. 參賽食譜及相片將編輯及出版《食營D》書冊及公開派發。

(九) 財政預算：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 收 入 | | 支 出 | |
| 項 目 | 銀 碼 | 項 目 | 銀 碼 |
| 沒有 | 0.00 | 獎品 | $400 |
|  |  | 食物-即摘即食 | $200 |
|  |  | 營養師用食材 | $200 |
|  |  | 材料費 | $1200 |
| 總收入： | 0.00 | 總支出： | $2000 |
| 津 貼： |  | 盈 餘： |  |

附件一： 示範得獎小食分組﹝待定﹞

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 多用途室 | 視藝室 | 308室 | 309室 | 310室 | 311室 |
| 學生人數 | 10人 | 10人 | 10人 | 10人 | 10人 | 10人 |
| 得獎組合 |  |  |  |  |  |  |
|  | 李恩悅  黃俊樂  吳梓宇  陳煌煒  鄭彥滔  余恩誠  陳頌仁  鄭靜文  李璧恩  葉思行 | 麥詠貞  羅兆傑  陳淦希  林思源  曾振軒  陳樂天  鍾智立  沈凱姍  萬卓婷  鄺明得 | 譚國楠  盧俊豐  羅翹鋒  陳紫縈  雷遠韜  吳浩坤  馬嘉駺  陳恩浩  陳婉儀  陳熹橋 | 陳卓謙  麥景嵐  周倩瑩  黎一歌  王芍喬  陳思龍  鄧焯琦  葉凱琳  陳昉得  謝宛姍 | 林日朗  梁昫山  尚昀樂  劉彥廷  馮俊彥  葉濤鋒  梁月怡  阮天行  李凱彤  李鍵聰 | 陳樹兆  張榮豐  林思恒  梁均烺  鄧清榆  姚畯稀  施俊樂  陳槺霖  曾慶淳  張誥麟 |
| 當值教職員 | **君**、曾  香 | 薴 | 誠 | 霞 | 顏 | 好 |

雪、發、方、曾、愛、珊、君、錦、芬、廖、謝、柏、李、玉、霍、戴、娣、熹

香、薴、楟、敏、詠

章、顏、好、霞、誠、良、

附件二：嘉年華

1.攤位

《食營D之營養均衡站》

《食營D之最佳造型站》

《食營D之最具創意站》

《食營D之最合拍站》

《食營D之易於攜帶站》

《食營D之最環保站》

《即摘即食站》

《清水站》

《健康資訊站》

《電子投票站》

- 參與攤位活動後獲顏色手帶一條

2.營養師分享

- 約12：00開始

- 示範及演講

- 直播

3. 比賽進程及細則

- 比賽進程

|  |  |
| --- | --- |
| 2月26日 | 派發通告 |
| 3月6日 | 截止報名及開始評分 |
| 3月9日 | 公佈結果 |
| 3月12日至16日 | 專責老師聯絡得獎家長跟進活動日細節 |
| 3月20日 | 得獎家長出席《食營D》活動，並角逐最美味獎 |

- 評分準則

|  |  |
| --- | --- |
| 營養均衡獎 | 營養豐富、健康飲食金字塔原則 |
| 最環保獎 | 原味、簡單食材、減少浪費 |
| 親子合拍獎 | 分工合作 |
| 最具創意獎 | 原創、新意 |
| 易於攜帶獎 | 適合包裝、易於攜帶 |
| 最佳造型獎 | 賣相美觀、配合小食名稱 |
| 最美味獎 | 最多師生家長喜愛﹝20/3即日投票決定﹞ |
| 積極參與獎 | 有遞交食譜 |

附件三：

電子白板

場地佈置圖：操場

《電子投票站》

枱

《清水站》

枱

《食營D之最環保站》

長枱

《食營D之易於攜帶站》

長枱

《食營D之最具創意站》

長枱

《食營D之最佳造型站》

長枱

《食營D之營養均衡站》

長枱

《即摘即食站》

長枱及電源

營養師

電子白板、凳及枱

《健康資訊站》

長枱

柱

柱

台階

《食營D之最合拍站》

長枱

柱

柱

場地佈置圖：禮堂﹝雨天﹞

《電子投票站》

枱

《健康資訊站》

長枱

門口

《食營D之營養均衡站》

長枱

《食營D之最佳造型站》

長枱

《食營D之最具創意站》

長枱

《清水站》

枱

《食營D之最合拍站》

長枱

《食營D之易於攜帶站》

長枱

《食營D之最環保站》

長枱

《即摘即食站》

長枱及電源

營養師

枱

台階

附件四：獲獎通知﹝3月9日派發﹞

|  |  |
| --- | --- |
| **恭喜你！**  你獲得專題研習周-親子健康小食設計比賽的《營養均衡獎》  請於3月20日9:30 am到達學校示範及烹調小食  記得自備食材及用具﹝約50人份量﹞ | **感謝你！**  你獲得專題研習周-親子健康小食設計比賽的《積極參與獎》  歡迎於3月20日到學校參加《食營D》嘉年華，期待與你見面！ |

**明愛樂群學校**

通告〈家長活動〉–「專題研習周-《食營D》」 (1718-119)

敬啟者﹕為提升同學研習能力，本校於2018年3月舉行專題研習周，其中有《食營D》嘉年華，特邀營養師到校分享，期望透過此活動探索食物的營養價值及關注健康飲食的重要。誠邀家長參加和踴躍支持，各位的參與將成為同學們最大的鼓勵。

詳情如下：

|  |  |
| --- | --- |
| （一）活動日期： | 20 / 3 / 2018(星期二) |
| （二）活動地點： | 學校 |
| （三）時 間： | 11：40am — 1：00pm |
| （四）內 容： | 《食營D》嘉年華  - 攤位-勝出親子小食、即摘即食、清水、健康資訊、電子投票  - 營養師分享 |
| （五）家長參與： | 1. 參加《食營D》活動的家長可乘坐11：15 am在排頭村開出的校車到校；到校後可先在圖書館等候。  2. 活動完結後，家長可乘坐1:15pm開出的校巴前往沙田排頭村。 |

請家長填妥下列回條，於3月13日或之前交回學校。如有疑問，歡迎致電學校向黃雪碧老師、江詠珊老師或李進發老師查詢。

此致

貴家長

明愛樂群學校校長

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

郭思頴 謹啟

2018年3月9日

回條 〈家長活動〉-「專題研習周-《食營D》」 (1718-119)

(請以☑表示，於3月13日或以前交回)

本人為\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_組學生\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_之家長，已知悉《食營D》各事宜；另

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 本 人 | □將 會 | 參加3月20日的《食營D》活動。 |
| □不 會 |

此覆

明愛樂群學校校長

家長簽署﹕\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2018年3月 日