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