

高中以下健康飲食教育規劃

Table with 2 columns: 一、食物與營養; 二、飲食與健康促進; 三、食物與健康與安全; 四、珍惜食物(食農); 五、飲食文化; 六、社會互動

十二年級教學內容重點

Table with 3 columns: 國小 (1-2年級, 3-4年級, 5-6年級), 國中 (7-9年級), 高中 (10-12年級)

一、飲食教育教學行事曆

Calendar table showing monthly themes and activities for health education from August to July.

二、正式課程教學內容範例

- 註1、以下內容為依據飲食教育內容六大面向及內涵擬定設定。
註2、1-9年級：以翰林及康軒出版之教科書為範例。10-12年級：以康軒及康軒出版之教科書為範例。
註3、除以下科目外，尚可利用彈性學習時間教學。

Large table mapping subjects (Life, Natural Science, Health Education, Integrative Activities, Society, Arts, Mathematics, Chinese, Science) to specific learning objectives across grade levels.

三、非正式課程教學策略

- 學校午餐時間：用餐時間為實施飲食教育最佳時機，除了加強飲食相關知識外，也可實際執行用餐禮儀。
校園內非正式課程活動：可利用晨會時間辦理活動或進行教學，如配餐、環境營造、學藝競賽以及實際參與餐飲服務等。
個人飲食諮詢指導：根據學生定期健康檢查的結果，以及師長對學生日常飲食的觀察，決定需要專業進行飲食諮詢指導的學生，並製作指導紀錄持續追蹤。
家庭的參與與教育：飲食教育及文化應在家庭實施，除了學校裡接受健康飲食教育外，更需要家庭環境的支持。
社區的資源：透過社區的團體、人力、政策、醫療資源及活動，與飲食教育結合，建立社區飲食文化觀念及加深對社區的認同感。