

109 年度臺北市政府教育局「全穀雜糧健康飲食教案」 種子講師研習活動簡章

一、研習目的：

為使全穀雜糧健康飲食教育更深入校園並實際推廣，計劃培訓全穀雜糧健康飲食推廣種子講師，藉由種子講師進入校園宣導，引導學童瞭解全穀雜糧健康知識，進而提升師生健康飲食相關知識、情意與技能之核心素養。

二、辦理單位：

主辦單位：臺北市政府教育局

協辦單位：臺北市北投區桃源國民小學、臺北市立中崙高中、臺北市北投區清江國民小學、臺北市士林區劍潭國民小學、臺北市士林區百齡國民小學、臺北市士林區文昌國民小學、臺北市士林區葫蘆國民小學、臺北市中正區螢橋國民小學。

三、研習時間：109 年 7 月 21 日(二)--109 年 7 月 22 日(三)，
上午 8:30--下午 5:00。

四、研習地點：臺北市北投區桃源國民小學。

(地址:臺北市北投區中央北路三段 40 巷 45 號，近捷運淡水線復興崗捷運站步行約 5 分鐘。)

五、研習課程：如附件一。

六、參加對象：有意推動全穀雜糧健康飲食教案之本市教師、本市學校公職營養師及承包本市學校團膳之廠商營養師。凡全程參與研習者，由桃源國小發給研習證書及相關學習時數認證(營養師學分、公務人員學分及教師研習時數)。

七、報名須知：

(一) 報名日期：即日起至~6 月 12 日截止。

(二) 報名方式：線上報名

<https://forms.gle/NEmwr4pPNZzcSYA6>



- (三) 活動費用：研習相關經費由計劃項下支應。
- (四) 錄取人數：正取 20 人、備取 7 名
(錄取名單由協辦單位共同開會決議)。
- (五) 錄取通知：109 年 6 月 24 日(三)於臺北市北投區桃源國民小學網站最新消息公告錄取名單。

八、種子講師推廣教育配合事項

- (一)本計畫預計辦理 40 場種子講師到校宣導活動，每位種子講師需配合於 109 年 10 月 30 日前完成 2 場(至少需一場外校)推廣教育，宣導對象為臺北市國小學童(人數至少為一個班級)，將依「軍公教人員兼職費及講座鐘點費支給規定」核予鐘點費。
- (二)種子講師辦理宣導講座將提供相關教具及每場次 1000 元材料費，以利種子講師採購課程所需之物品或食材，相關核銷單據(抬頭:臺北市桃源國民小學、統編:31005450)請於 11/6 前繳回計畫協辦學校，核銷完成後將依實際核銷金額匯入種子講師帳戶。
- (三)種子教師辦理相關講座時，其講授鐘點費及材料費等相關費用，均由計畫項下支應。

九、其他注意事項：

- (一)請務必全程參加，無法配合者請勿報名，以免影響課程及計劃執行。另為落實防疫作業，請配合入校量體溫及戴口罩，本研習不接受「現場報名」且非錄取學員不得參加，敬請配合。
- (二)完成報名程序之種子講師，倘因特殊緊急事件無法參加，請於研習前 7 日通知桃源國小。
- (三)為確保錄取之種子講師完成研習後皆能如期完成相關推廣場次及核銷事宜，須簽立切結書，以利計劃執行。
- (四)響應節能減碳政策，請務必自備環保杯、筷。

<附件一>全穀雜糧種子講師課程

109 年度臺北市政府教育局全穀雜糧種子講師課程

主辦單位：臺北市政府教育局

承辦單位：臺北市北投區桃源國民小學

研習日期：7/21(二)、7/22(三)

研習地點：桃源國民小學 大多功能教室

日期：109 年 7 月 21 日 星期二			
時間	課程主題	演講者	主持人
8:00~8:30	報 到		
8:30~8:40	長 官 致 詞		
8:40~9:30	教案整體介紹與教具應用	蕭清月營養師	李菡珍
9:30~11:10	繪本的教育意義及教學技巧	陳櫻慧老師	李菡珍
11:20~12:10	(低)單元一 我是全穀小達人	張穎嫻營養師	李菡珍
用餐及午休時間			
13:20~14:10	(低)繪本 全穀雜糧尋寶趣	李素珠營養師	李菡珍
14:10~15:00	(低)單元二 "筷" 樂夾全穀	劉聰美營養師	李菡珍
15:10~16:00	(中)單元一 吃全穀 I(愛)健康	李敏齡營養師	李菡珍
16:00~16:50	(中)單元二 台灣常見全穀	黃柏欣營養師	李菡珍
16:50~	~賦歸~		

日期：109 年 7 月 22 日 星期三			
時間	課程主題	演講者	主持人
8:00~8:30	報 到		
8:30~10:10	營養教育教學技巧	陳芊穎營養師	李菡珍
10:20~11:10	(高)單元一 創意炊飯好料理	李菡珍營養師	李菡珍
11:10~12:00	(高)單元二 在地的全穀雜糧	楊惠喬營養師	李菡珍
用餐及午休時間			
13:10~14:50	(高)單元三 全穀雜糧桌遊趣	蕭清月營養師	李菡珍
15:10~16:50	分組演練與回饋	謝智如老師	李菡珍
16:50	~賦歸~		