

乙部 計劃撮要

計劃名稱: 食得有營有型 (Healthy Food For Children)

機構名稱: 基督教聖約教會小天使(天盛)幼稚園/幼兒園

(1) 目的: 透過計劃使家長認識如何為幼兒選擇健康的食物, 從而教育幼兒健康飲食與成長的重要, 並且學會吃得健康, 有健康的人生。

(2) 目標: (i) 培養幼兒均衡飲食的態度及正確的飲食觀念。
(ii) 使家長及老師初步認識食物標籤及健康的食物, 一同推行健康飲食。
(iii) 讓家長認識健康的食物, 健康的烹調方法

(3) 對象: 幼兒、家長及教師

(i) 預期受惠人數: 幼兒約 100 人
家長約 500 人 (包括本園及屋苑內的家長)
教師約 14 人
共約 614 人

(4) 推行方案:

(i) 進行時間: 2010 年 2 月至 2010 年 8 月

(ii) 過程/時間表:

項目	推行時段
家長及教職員健康食物講座 (4 次)	2010 年 2 月-2010 年 4 月
成效分享會 (1 次)	2010 年 6 月
教職員工作坊 (1 次)	2010 年 2 月
親子健康食譜	2010 年 8 月
兒童健康飲食題課程	2010 年 3 月-2010 年 4 月

(5) 產品/成果: 1. 產品:

- 1.1 學校方面設計健康均衡茶點食譜
- 1.2 輯錄比賽食譜, 製作健康食譜送贈屋苑內家長及區內的同業。
- 1.3 編寫兒童健康飲食主題教案

2. 成果:

- 2.1 幼兒能有均衡飲食。
- 2.2 幼兒能有正確的飲食觀念, 認識健康及垃圾食物。
- 2.3 家長及教職員對健康的食物及食物標籤有初步認識。

(6) 預算: \$81,300 活動開支: \$71,800

(包括: 家長及教師講座、主題教材、教具、參觀, 兒童學習講座及編輯食譜。)
一般開支: \$9,500

(7) 評鑑:

- 1.1 透過問卷調查, 收集家長為兒童選擇健康食物的數據。
- 1.2 家長培訓講座及家長座談會的出席人數統計; 於每階段進行家長問卷調查, 以收集成效數據。
- 1.3 透過成效分享會收集數據, 藉此檢視兒童的飲食習慣改善情況。
- 1.4 透過問卷調查, 收集教職員在設計及安排均衡茶點的數據