



計劃總結報告

計劃編號：2008/0650

甲部

計劃名稱：食得有營有型 HEALTHY FOOD FOR CHILDREN

機構/學校名稱：基督教聖約教會小天使(天盛)幼稚園

計劃進行時間：由 2/2010 至 8/2010

乙部

填寫此部份報告前，請先詳閱讀「填寫優質教育基金計劃總結報告指引」。

請另頁(A4紙)書寫，就以下項目作出總結報告：

1. 達成目標
2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響
3. 自我評鑑計劃的成本效益，需清楚列出有關指標及衡量準則
4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應
5. 活動一覽表
6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

* 期終報告應由校監/機構主管或代表機構簽署優質教育基金撥款協議書的人士簽署。

秘書處專用

DI

V

D

E

RC

(一)目標陳述

1.兒童方面

- ✓ 培養幼兒均衡飲食的態度
- ✓ 培養兒童正確的飲食觀念

活動	目標達成程度	達成目標的証據或指標	不能達成目標的理由
健康飲食主題課程	幼兒班：90%	從問卷中，家長表示兒童在課題後樂於嘗試不同種類食物，亦減少了吃零食習慣，並且提高了吃蔬果的興趣，在家中喝水的份量及次數多了。	
	低班：95%	從問卷中，家長表示兒童較前多吃五穀類、蔬果類食物，較前願意吃不同的蔬菜，初步建立均衡的飲食習慣	
	高班：85%	兒童在課題後，表現於生活中，在交談時，懂得表示要吃一些健康的食物，兒童表示願意嚐不同的蔬果，在家中多喝清水，少喝果汁，鼓勵家人一起進食健康的食物。	

2.教職員方面

- ✓ 認識健康的食物，從而成爲健康的飲食校園
- ✓ 初步認識食物標籤，從而選擇適合的食物
- ✓ 設計健康均衡的茶點食譜

活動	目標達成程度	達成目標的証據或指標	不能達成目標的理由
教職員工作坊	97%	從問卷分析中顯示，教職員增加對兒童健康飲食的關注，另外，工作坊也讓教職員深入了解健康飲食的原則，從日常生活中，開始實踐健康飲食。	



3. 家長方面

- ✓ 讓家長認識健康的食物，健康的烹調方法
- ✓ 初步認識食物標籤，從而選擇適合的食物
- ✓ 設計健康均衡的食譜

活動	目標達成程度	達成目標的證據或指標	不能達成目標的理由
健康食物講座 (4 次)	第一次：100% 第二次：100% 第三次：100% 第四次：100%	從問卷及訪談中，家長表示講座能提升他們對健康飲食的關注，增加他們對子女健康飲食的認識，另外，講座中的活動能令家長更懂得選擇健康食物。	
成效分享會	92%	從問卷中，家長表示參加講座後能為子女提供不同顏色的蔬果、三低兩高的食物及嘗試改善子女的飲食習慣。	
親子健康食譜比賽	100%	從食譜中，家長們能設計有營養健康的食譜，從營養師的意見中可見家長們對健康飲食的認知程度。	

(二)計劃的影響

(a)學習成效

兒童經過六星期「食得有營有型」的主題學習(圖 1.1)，有些兒童過往有偏食的習慣至進行主題後願意嚐試不喜歡的食物，使這些有偏食習慣的兒童有新的體會，明白不喜歡吃的食物，沒想像中難接受。另外，老師透過不同的烹調方法，烹調不同的食物，建構兒童多方面的經驗，使兒童能欣賞食物方面及增加吃的樂趣。課題中，老師與兒童一同烹調健康飲食(圖 1.2)，還會認識食物金字塔的內容，好讓兒童明白那些食物要多吃，那些要少吃外，並且與兒童製作健康美味的食物(圖 1.4)，亦會讓兒童初步認識食物標籤的用處等。透過教具及參觀活動，約 90%的兒童改善了飲食習慣，而參觀活動，使兒童及家長一同認識食物的營養成份。

家長方面，透過家長教育講座，提升家長在烹調食物的概念，學習了很多有關食物營養的價值。從家長反映中，兒童在主題學習後，明顯對“食”有改變，兒童會建議家長吃健康的食物，對老師所教導的回到家中會實踐，漸見改善偏食的習慣等。



(b) 專業發展

老師們在計劃課程前先對課程有所認識，數據顯示約 97% 老師在工作坊後，增加對兒童健康飲食的關注，促進老師們專業水平(圖 2.1)，另外，工作坊也讓老師深入了解健康飲食的原則，從日常生活中，開始讓兒童實踐健康飲食。老師們經過策劃及教授課程後，發現兒童在飲食方面有明顯的改善，兒童在校多喝了清水，多吃了水果、蔬菜(因茶點時間會安排)，因著老師在課題上安排試不同的食物，製作不同的健康小食，兒童都能學會紅、黃、綠燈的食物的內容，認識要吃 3 低 2 高的食物、午餐、晚餐 3:2:1 的食物份量，留意食物標纖等，這使老師有滿足感。而作為老師的也因課題，在自己的日常生活中漸漸也關注飲食健康，因而提升老師在健康教育方面的知識，加上與家長的協作，增加了家校合作的成效。

此表格／指引可於優質教育基金網頁 <http://www.info.gov.hk/qef/> 下載。



(c) 學校發展

是次優質教育基金的撥款，確對學校有深遠的影響：教養孩童使他走當行的路，就是到老他也不偏離，從小教育兒童一個正確的飲食態度，這也是我們學校發展的目標。因應是次活動，我們聯絡屋苑內立案法團、鄰近小學，將健康飲食推廣，確立了本園服務居民的意念，雖參加居民不多，但從而讓屋苑的居民知道本園正推行與兒童健康相關課程，並且增加本幼稚園與小學的協作機會，由於幼稚園欠缺地方推行大型講座，由鄰近小學借出地方，而幼稚園提供講座，出席的家長均認同講座能提升他們對健康飲食的關注，增加他們對子女健康飲食的認識及活動能令家長更懂得選擇健康食物(圖 2.2)。

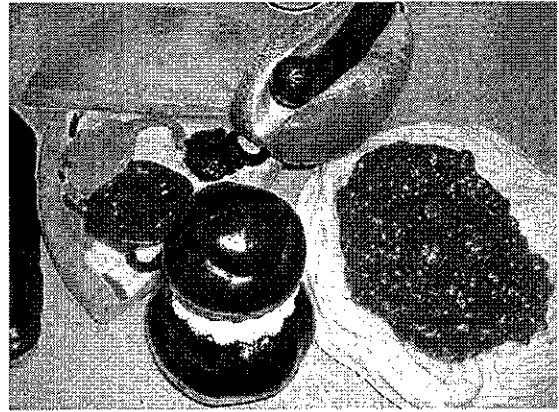
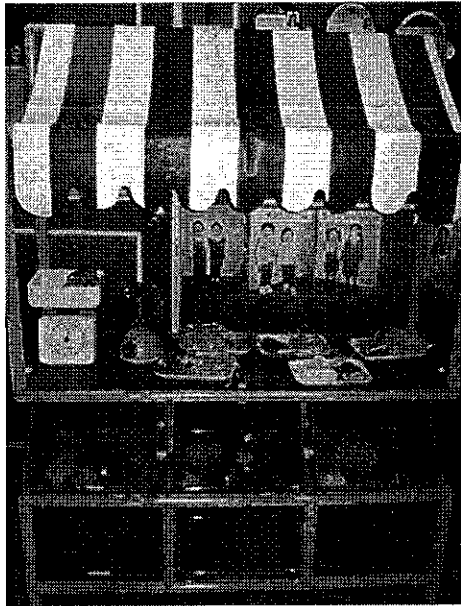


(三)自我評鑑成本效益

表二: 預算核對表

預算項目 (根據協議書附件二)	批核預算 (甲)	實際支出 (乙)	變更 [(乙)-(甲)]/(甲) +/- 百分率
活動開支	71,800.00 元	58,206.80 元	-0.189%
一般開支	9,500.00 元	5,495.70 元	-0.421%

兒童健康飲食已成為本園發展的一項目標，透過是次申請，本園因「食得有型有營」活動所添置的各項器材及教具，可供本園在課題上持續進行，讓兒童在幼稚園階段得到適切學習，而各項教材教具讓老師在教學上能運用自如，使兒童有多元化的學習。



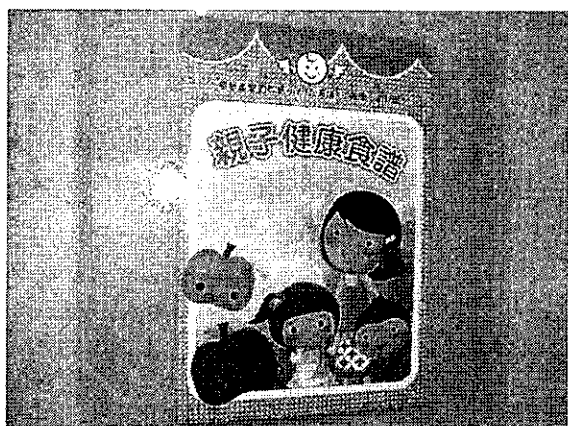


(四)可推行的成果及推廣模式

表三: 計劃成品的推廣價值

項目詳情 (例如 種類、名稱、 數量等)	該成品的質素 及推廣價值評鑑	舉辦的推廣活動 (例如 模式、日期等)	是否值得優質教育基金推介及 可行性? 如值得, 請提議推廣模式
親子健康食譜 150 本	內容有健康資訊, 如 3-6 歲兒童所需午餐 及晚餐份量, 五色蔬 果介紹、紅黃綠燈小 食。由家長設計的健康 食譜, 設計精美, 小冊子大小, 容易收 藏。	2010年6月19日舉行 親子食譜設計比賽, 資料整理後於9月初 派發予各家長及屋苑	

參加親子健康食譜比賽之家長十分投入, 當日比賽後大家一同品嚐各款菜色, 色香味俱全, 而健康指素十分高, 亦盡見家長為著家人, 顯出心思。



親子健康食譜

(五)活動一覽表

表四: 活動一覽表

活動性質 (例如座談會、表演等)	簡略形容 (例如日期、主題、地點等)	參加人數				參加者回應
		幼稚園家長	教師	小學家長	其他 (請註明) 屋苑居民	
1.家長講座 (第一次)	日期 6/3/2010(六) 主題 幼兒營養	15	5	10	4	家長對講座感到滿意，認為能提升他們對健康飲食的關注。
(第二次)	日期 13/3/2010(六) 主題 均衡飲食原則及健康烹調方法	9	5	12	5	家長對講座感到滿意，認為內容充實。希望有健康課程及諮詢服務
(第三次)	日期 27/3/2010(六) 主題 健康小食原則	23	5	20	6	家長對講座感到滿意，認為一起製作小食很好，但講座時間可短些。
(第四次)	日期 24/4/2010(六) 主題 食物標籤知多少 地點獅子會何德心小學	13	5	6	1	家長對講座感到滿意，能讓家長了解如何解讀及運用食物標籤選擇包裝食品
成分享會	日期 19/6/2010(六)	12	10	0	0	家長認為參加工作坊後可以改善子女的飲食習慣，亦會為子女提供不同的蔬果、三低兩高的食物。
親子食譜比賽	日期 19/6/2010(六) 地點小天使(天盛) 幼稚園	12	10	0	0	家長們投入活動並能設計有營養健康的食譜，從營養師的意見中可見家長們對健康飲食的認知程度。
2.教職員工作坊	10/2/2010(五)	0	13	0	0	從問卷分析中顯示，教職員增加對兒童健康飲食的關注，另外，工作坊也讓教職員深入了解健康飲食的原則，從日常生活中，開始實踐健康飲食。



活動性質 (例如座談會、表演等)	簡略形容 (例如日期、主題、地點等)	參加人數				參加者回應
		幼稚園學生	教師	家長	其他 (請註明)	
3.兒童 主題教學	日期 1/3/2010 至 15/4/2010 地點本園					
參觀活動	日期 幼/N1:19/3/2010 低:24/3/2010 高:31/3//2010 地點 衛生署食物環境資源中心	36 25 30	5 3 3	38 5 5		兒童很開心及投入操弄中心內的設施。(見圖 2.3)
健康講座	日期:22/6/2010 地點:本園	123	10	/	/	兒童透過布偶劇，認識均衡飲食的重要，透過活動學習多吃不同的蔬果。兒童反應良好，從活動中再一次鞏固兒童的學習，兒童能將已有知識，從講座中反映出來。

(六)困難及解決方法

總結計劃：已完滿結束，回顧計劃開展至結束，都大致反應良好。惟屋苑居民參加較預期為低，原因可能舉行日期接近農曆新年，家家戶戶都忙於過年，過年後又沒關注屋苑的活動，加上辦事處人士變動，不太積極協助。雖作出相對的變動，即時印製海報張貼在每座大廈報告板內，報名表存放在辦事處，方便家長報名，但無改居民的參加意慾。相信與家長不太喜歡參加講座有關。但參加者的反應及連續的出席，使這些家長得著不少。而有關課程亦令兒童在飲食方面能建構新知識。