

108 年「提升兒童食育力 健康飲食教育知能工作坊」

孩子的成長不能重頭來，發育不能慢半拍！根據 2012 年臺灣地區 4-6 歲幼兒整體飲食品質與肥胖體位之相關性調查顯示，4-6 歲幼兒飲食中蔬菜類及乳製品攝取量偏低。許多研究均顯示，正確的飲食觀念與良好的飲食習慣，必須及早建立，尤其幼兒期是食物喜好與飲食習慣的養成階段，也是培養正確觀念、施予營養教育最重要的時期，二至五歲更為飲食習慣建立之關鍵期，此時期幼兒開始接觸各式新食物，不但形成食物喜好，亦逐步累積生活經驗、架構飲食觀念與行為，其所形成的各種食物喜好將可能影響日後的飲食習慣，故良好兒童飲食習慣之培養，對營養、健康狀況有長遠的影響，能有效預防肥胖及慢性病的發生並保障兒童多方發展。

為此，董氏基金會特別規劃幼兒健康飲食教育知能工作坊，分享推動健康飲食教育的技巧外，也安排實作課程讓學員實際操作把健康飲食教育做到實用而生活化，並激盪創新的教學設計，讓幼教人員輕鬆落實孩子們的飲食教育，幫助每個孩子都能健康快樂的成長！

主辦單位：財團法人董氏基金會

經費來源：全家便利商店零錢捐

研習費用：免費（課程含茶水及午餐，為求環保請自備水杯及環保餐具）

研習日期及地點：

- (一) **台南場【課程代號：2735777】**：108 年 12 月 7 日(星期六)上午 8 點 20 分至下午 4 點整；台南文創園區-富貴文創講堂(臺南市東區北門路二段 16 號，臺南火車站步行約 3 分鐘)。
- (二) **台中場【課程代號：2735823】**：108 年 12 月 14 日(星期六)上午 8 點 20 分至下午 4 點整；新譽管理有限公司-大會議室(台中市中區三民路二段 46 號 10 樓之一；近台中火車站)。
- (三) **台北場【課程代號：2735757】**：108 年 12 月 28 日(星期六)上午 8 點 20 分至下午 4 點整；YWCA-大教室(台北市青島西路 7 號 4 樓)。
- (四) **新北場【課程代號：2738435】**：108 年 12 月 29 日(星期日)上午 8 點 20 分至下午 4 點整；UNA 亞太教育訓練中心(新北市板橋區文化路 2 段 321 號之 1；江子翠捷運站 1 號出口旁)。

參加對象：公私立幼兒園之園長、教師、教保服務人員及相關行政人員等。

學分認證：安全教育時數 6 小時；需全程參與課程方能核發時數。

報名方式：

- (一) 請至全國教師在職進修資訊網搜尋課程代碼/名稱 報名(網址<http://www.inservice.edu.tw/>)，依報名時間先後順序錄取，額滿為止。報名後請至全國教師在職進修資訊網查詢錄取名單或由系統寄發電子信箱通知錄取。
- (二) 若有要事需要請假，請務必先上網取消報名以利名額提供給後補學員；同時為確保研習品質，研習前一週將不受理請假即取消報名事宜。

研習流程：

時間	主題
8:20~8:50	報到 /問卷填寫
8:50~10:20	兒童食育 什麼是健康的食物？什麼是不健康的食物？ 十要四不策略不可少！供餐原則報你知！
10:30~12:00	如何教孩子培養『吃的』好習慣？ 如何與孩子談營養？ 園所實務經驗分享-孩子不吃青菜怎麼辦？孩子不喝牛奶怎麼辦？孩子不吃全穀雜糧怎麼辦？
12:00~12:40	午餐/休息
12:40~14:10	兒童成長及飲食行為之發展
14:20~16:00	腦力食力玩創意 教案設計/實例分享
16:00~	賦歸

※報名確認或活動相關問題歡迎洽詢：食品營養中心 02-27766133 分機 305 許小姐。

※各場講師稍有不同，研習相關內容以本會網站公告為主(<https://nutri.jtf.org.tw/>)。