

替學校午餐飯盒供應商設計健康飲食餐單

學習階段： 3

學習領域： 科學教育、科技教育和數學教育學習領域

學習元素：

學習領域	學習元素
科學教育	<ul style="list-style-type: none">• 常見的食物成份• 食物成份的功能• 食物金字塔• 均衡飲食• 健康的生活方式
科技教育	<ul style="list-style-type: none">• 食品分類，膳食目標和飲食習慣• 膳食計劃• 食物準備的原則和技巧，衛生和安全• 食物產品的開發-按設計週期創造和開發食物產品，以滿足一個特定的需求規格，例如能針對青少年的健康問題和乎合對產品的感官要求• 健康的生活方式/久坐的生活方式/不健康的生活方式
數學教育	<ul style="list-style-type: none">• 近似與估算• 數據的收集和整理• 統計圖的製作和闡釋• 集中趨勢的量度

目標： 綜合和運用科學、科技和數學教育學習領域的知識與技能解決現實生活問題

活動內容：

在這活動，教師採用跨學習領域的方式綜合科學、科技及數學教育學習領域的學習。專題研習本身是獨立於各學習領域的活動。在進行專題研習時，教師或學生把不同學習領域的學習元素融入學習之中。

- 開始時，教師選取與大多數學生相關的真實問題。例如常有學生投訴學校飯堂的午餐飯盒的味道和品質。另一方面，飯盒的營養價值也與學生的健康息息相

關。教師可要求學生進行專題研習，替午餐飯盒供應商設計健康飲食餐單，為學校提供既富營養而又美味的食物。

- 由這研習主題可為學生帶出許多學習機會，讓他們組織、綜合和應用不同學習領域的知識與技能。學生可使用資訊科技能力搜尋有關食物和日常飲食的資料，包括各種食物成份的功能、營養價值、建議每天攝取量等。學生可應用數學能力去計算和分析不同食物的營養價值。學生亦可進行調查以了解同學對食物的喜好，及安排試食。在適當分析後，學生可向午餐飯盒供應商提交他們的健康飲食餐單以作參考。
- 在專題研習的過程中，教師宜向學生提供合適的指導，並在有需要時給予回饋、資源及協助。

此示例主要涉及以下共通能力：

1. 協作能力
 - 分擔責任及了解個別組員所擔當的角色
 - 通過討論找出完成專題研習的合適策略
2. 創造力
 - 在食物營養與材料比例的限制下，學生運用創造力設計餐單
3. 解決問題能力
 - 找出與專題研習有關的問題
 - 根據所收集的數據設計餐單