

健康飲食也能當主播 「健康飲食小主播競賽」

5 月 4 日起開放報名至 6 月 29 日截止

(圖/文 體育衛生組 張湘翎)



為引導學生關注飲食與健康議題，並培養正確的食品安全與健康飲食觀念，教育部國教署辦理「第五屆健康飲食小主播」創意競賽，即日起開放報名，歡迎全國國小、國中及高中學生踴躍參與。學生可透過播報與影像創作形式，表達對飲食教育的理解與觀察，讓健康飲食理念從校園延伸至日常生活。更多活動資訊可至活動專頁查詢 (<https://foodeducation.ai4dt.ncku.edu.tw/115>)。

國教署說明，本屆競賽為落實素養導向教學精神，特別規劃 5 大創作主題，從多元面向引導學生思考飲食與生活的關聯。其中，「永續低碳惜食實踐」及「一日學校午餐菜單設計」著重培養學生低碳生活意識與營養規劃能力；「飲食行為身體覺察」及「錯誤飲食知識查證」則強化自我健康管理與媒體識讀素養能力；另新增「我的健康飲食 Vlog」，鼓勵學生以第一人稱影像記錄日常飲食，發掘餐桌背後的情感與文化意涵。透過多元創作形式，全面提升學生健康管理、環境永續與數位公民素養。

本競賽徵件對象為國小、國中及高中學生，各組別將評選出金獎、銀獎、銅獎各 1 名及佳作 2 名，得獎者將獲頒獎狀與禮券；另各組設有「最佳表演獎」1 名，以表揚具創意表現與舞台魅力之優秀作品。

國教署表示，學校午餐不僅是學生每日重要的營養來源，更是推動飲食教育的重要場域。透過本次競賽 5 大主題的引導，學生在蒐集資料、創作與表達的過程中，能深化對飲食教育的理解，培養自我覺察與批判思考能力，並提升對資訊判讀的敏感度，進而將健康飲食觀念內化為生活習慣。

本活動亦呼應十二年國民基本教育課程綱要總綱中健康與體育領域「人與食物」及「健康消費」等學習重點，並結合食農教育政策推動，將飲食教育從課堂延伸至生活實踐。期望透過競賽活動，引導學生關心飲食來源、珍惜食物資源，並建立正確的飲食價值觀，為終身健康奠定良好基礎。