

臺北市第 18 屆中小學及幼兒園  
教育專業創新與行動研究徵件活動

教育專業經驗分享類

教育創新、實驗先行~打造一所健康的學校



劉國兆 蕭清月 于文灝

徐佳瑀 施翔禮 梁文馨

# 教育創新、實驗先行~打造一所健康的學校

## 摘要

以健康為首要願景的清江國小，在教育局全力支援下，整合社區資源，集結親師生力量，發展出以「健康飲食教育」為骨幹，佐以「小田園與食農教育」為內涵，並且設計出跨領域及主題性的課程統整模式，除了以健康為核心，整合四大特色課程外，也進一步建立了健康飲食教育、健康講座及體育活動、完善的行政管理、健康資源運用四合一的完整架構。在全校教師總動員，並親自帶著孩子實施的體驗教育活動中，孩子們獲得認知、情意與技能三個層面的學習與成長。學校更藉由實驗創新教育的推動，凝聚大家的向心力，確立學校的品牌，不僅獲得電視、報紙、廣播、雜誌、網路等各類型媒體的報導，更獲得家長及學生的肯定。學校仍然持續朝向「健康學校」的目標邁進。

**關鍵詞：**健康飲食、食農教育、體驗教育

## 壹、實施背景：學校遭逢前所未有的挑戰與困境

### 一、學校正位於「不進則退」的重要關頭

#### (一) 風光不再 學生數目驟減

成立於民國 51 年的清江國小，是全台唯一以「清江」命名的學校，並曾經擁有過一段光榮輝煌的歷史。民國 75 年，王繁森、蘇國榮老師共同開發「清江一號圖書館」整合系統，並用於清江國小圖書館中，為全國第一套的圖書館自動化軟體，開啟往後圖書館自動化之先河；民國 78 年時，小學部學生數目達到高峰，擁有 1560 位學生。然而，由於少子化效應浮現，再加上鄰近學校校舍不斷更新發展，而學校校舍卻日益老舊，更因為社區居民不認同等諸多因素之衝擊，使學生數由千人降至四百人左右，對學校之發展產生巨大影響。

#### (二) 弱勢生多 健康狀況不佳

且近幾年來，因為經濟不景氣之影響，校內 400 位學童中，具弱勢身分之學生人數比例高達 3 成以上，孩童多元學習機會不多，亟需學校教育給予機會和協助，因此學校期盼透過相關資源之爭取，提供學生多元體驗學習與發展機會。再加上弱勢家庭比例高，家長對於孩子的營養教育、健康教育常有忽略或有心無力之情況，連帶使得學生出現體重過輕與過重比例偏高的兩極化現象，民國 104 年的數據顯示，學生體重過輕與過重的人數已超過 100 人，佔學生總數四分之一強。

#### (三) 家長對立 校園氣氛緊張

原本應是學校最佳助手的家長會，此刻卻是站在學校的對立面，不僅發動家長抵制學校，甚至於找媒體投訴，動輒打 1999 等，接著家長會陷入重新改選的風波…。而負面新聞的報導，不僅損及學校形象，更讓校園氣氛低迷，校內人員抱持戒慎恐懼的心情，一種動輒得咎的不安氣氛瀰漫。

#### (四) 社區耳語 學校口碑不佳

社區家長為了停車、進入校園等事，也常與學校起衝突。而少部分家長仍然對學校留有刻板印象，對於學校目前正全力推動的各項課程、教學與活動並不清

楚，到了民國 104 年 8 月劉國兆校長上任後，仍然有耳語流傳，以就讀附近學校為優先選擇，讓清江國小因此而流失一些學生。

 <p>新聞報導：國小營養午餐比牢飯還不如？</p> <p>北投區清江國小家長會日前指出，清江國小每月會有1次以召開「教師研習會」為由，供應學生「中式餐點」午餐，但內容空洞，甚至5月那次還有肉鬆、雙蓮、雞蛋、鹹蛋、香酥、茶葉蛋、粽子吃的雞比牢飯還差。對此，台北市教育局表示，是因教師參加研習無法留校供應午餐才因此因應措施，會請清江國小改進。</p> <p>台北市議員陳重文長期關懷學童營養午餐，北投區清江國小家長會向地檢處，4年來清江國小共有23次，每月有1次以開「教師研習會」為由，營養午餐提供「中式餐點」，但內容十分簡陋，僅給孩童吃肉鬆、雙蓮、雞蛋、鹹蛋、香酥、茶葉蛋、粽子吃的雞比牢飯還差的牢飯都不如，大人至少有大塊肉跟青菜可吃。</p> <p>陳重文說，清江國小提供內容，在每月營養午餐菜單中列出「中式餐點」，沒有標目，卻能標示出餐點內容營養成分。但家長、不知學校營養師是照何標準標出營養成分，認為有違專業。</p> <p>此外，提供清江營養午餐的「冠福食品股份有限公司」，還負責供應土牛、北投區清江、立農、親方國小營養午餐，但其中只有清江的餐色給家長看，且在家長會多次要求校方與教育局改善卻仍置之不理。</p> <p>台北市教育局體檢科科長許裕隆表示，據了解清江國小的學校午餐網頁約有公告菜單明細，且每星期僅有3次午餐以中式簡餐供應，總共有6種組合供應，曾經由營養師分析菜單營養成分，並交出「午餐供應委託書」書決議通過實施。</p> <p>許裕隆表示，學校午餐是以「周平均值」計算營養成分。「中式簡餐」納入周平均仍符合教育局午餐食物內容及營養基準，但該菜略有不足，將請學校注意改善，並社學校應因辦理教師研習時，老師無法留校供應午餐才因此因應措施，會請學校配合改善。</p> <p>責任主編／朱真怡 編輯／洪嘉燕</p>	 <p>新聞報導：營養午餐菜色 家長批比監獄差</p> <p>中式餐點變麵包、香蕉、茶葉蛋</p> <p>北投區清江國小家長會日前指出，清江國小每月會有1次以召開「教師研習會」為由，供應學生「中式餐點」午餐，但內容空洞，甚至5月那次還有肉鬆、雙蓮、雞蛋、鹹蛋、香酥、茶葉蛋、粽子吃的雞比牢飯還差。對此，台北市教育局表示，是因教師參加研習無法留校供應午餐才因此因應措施，會請清江國小改進。</p> <p>台北市議員陳重文長期關懷學童營養午餐，北投區清江國小家長會向地檢處，4年來清江國小共有23次，每月有1次以開「教師研習會」為由，營養午餐提供「中式餐點」，但內容十分簡陋，僅給孩童吃肉鬆、雙蓮、雞蛋、鹹蛋、香酥、茶葉蛋、粽子吃的雞比牢飯還差的牢飯都不如，大人至少有大塊肉跟青菜可吃。</p> <p>陳重文說，清江國小提供內容，在每月營養午餐菜單中列出「中式餐點」，沒有標目，卻能標示出餐點內容營養成分。但家長、不知學校營養師是照何標準標出營養成分，認為有違專業。</p> <p>此外，提供清江營養午餐的「冠福食品股份有限公司」，還負責供應土牛、北投區清江、立農、親方國小營養午餐，但其中只有清江的餐色給家長看，且在家長會多次要求校方與教育局改善卻仍置之不理。</p> <p>台北市教育局體檢科科長許裕隆表示，據了解清江國小的學校午餐網頁約有公告菜單明細，且每星期僅有3次午餐以中式簡餐供應，總共有6種組合供應，曾經由營養師分析菜單營養成分，並交出「午餐供應委託書」書決議通過實施。</p> <p>許裕隆表示，學校午餐是以「周平均值」計算營養成分。「中式簡餐」納入周平均仍符合教育局午餐食物內容及營養基準，但該菜略有不足，將請學校注意改善，並社學校應因辦理教師研習時，老師無法留校供應午餐才因此因應措施，會請學校配合改善。</p> <p>責任主編／朱真怡 編輯／洪嘉燕</p>
<p>負面新聞報導損及學校形象</p>	<p>負面新聞報導打擊人員士氣</p>

## 二、學校必須尋思突破困境凝聚共識建立信心的作法

### (一) 前任校長何怡君校長帶來的契機

前任校長何怡君校長於民國 100 年 8 月上任後，致力於學生學習本位與教師教學專業的理念，除了積極爭取經費改善校園軟硬體設備，營造校園美學空間，在課程與教學上，並爭取相關經費辦理校際交流、遊學趣、藝文教學深耕等課程教學活動，並致力推動多元課後社團活動，同時逐步規劃統整校本特色課程與活動，提供學生多元的學習。

### (二) 確立「打造一所健康學校」的目標

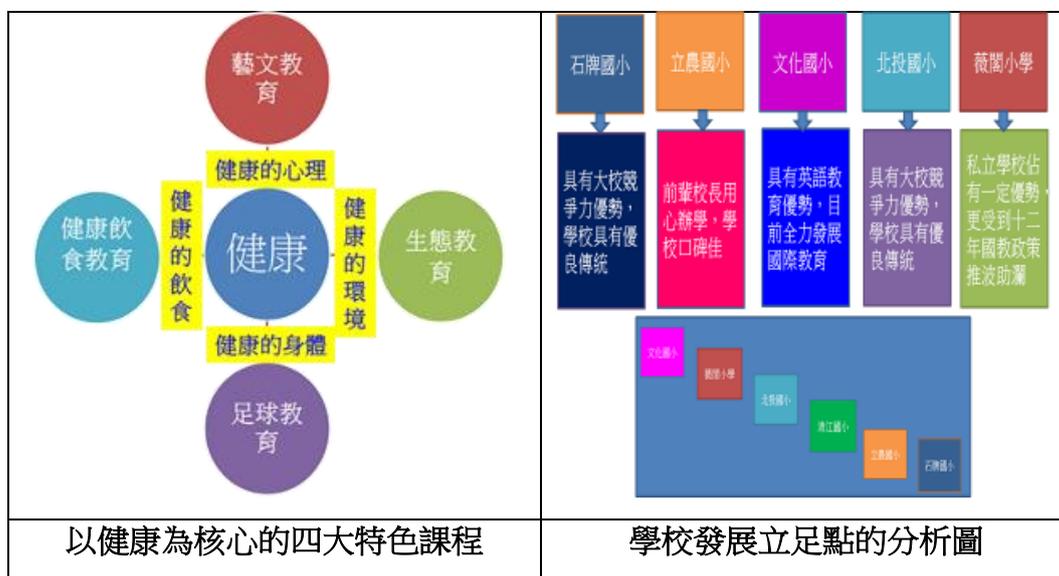
民國 104 年 8 月劉國兆校長上任後，立基於學生的需要，並為了改善學校所遭遇到的諸多問題，因此將學校四大願景之首的「健康」，列為學校發展的最重要目標，傾全力打造一所健康學校。民國 105 年 8 月，更參與臺北市 105 學年度教育創新與實驗計畫。學校希望整合社區資源，集結親師生力量，發展出以「健康飲食教育」為骨幹，佐以「小田園與食農教育」為內涵，並且設計出跨領域及主題性的課程統整模式，更希望進一步建立健康飲食教育、健康講座及體育活動、完善的行政管理、健康資源運用四合一的完整架構。並將家庭及社區納入，

讓學生培養正確健康飲食觀念，與家人擁有健康生活，進而打造全台灣第一所以健康為辦學目標的學校，並能推廣至社區，未來並爭取成立臺北市健康飲食教育課程中心，協助各校發展健康飲食教育課程，打響臺北市健康城市的名號。

## 貳、實施過程：排除萬難 展現團結一心的新局面

### 一、萬事起頭難 頭過身就過：堅定理念與信心

萬事起頭難，但是台語俗諺說：「頭過身就過」。「頭」可以是「理念」、「領導人」、「規劃」等等。吳清山、林天佑(2002)在《道德領導》一文中提到：「校長的領導，是心、手、腦三合一」，而「心」居其中，是最重要的核心。劉國兆校長除回應學生健康的需要，並提出自己的辦學理念：「培育身心健全、主動學習、良好品德的現代公民」，以及學校的發展目標：「清江高手、丹鳳展翅~迎向學校特色發展、學生多元展能的未來」，同時連結到臺北市政府推行的「田園城市」政策以及清江國小所處生態社區的特性，淬鍊出學校要發展的四大特色課程，並以課程的發展，帶動學校的發展，進而從鄰近優質學校中，找到學校發展的立足點。



### 二、動之以情 說之以理：課程領導與溝通

歐用生(2007)在《詩性智慧及其對課程研究的啟示》一文中提到：「詩性智慧是由故事（muthos）和創造（poiein）所組成」，因此，課程領導者要善用故事，創造出具有生命力的課程內涵。劉國兆校長在教師早會上與大家共勉，就算經歷風風雨雨，學校仍然會朝向正向發展，以凝聚校內人員的共識與向心力，並利用

行政會議、擴大行政會議、學年會議、領域會議、教師早會等會議，不斷論述學校要發展四大特色課程：健康飲食教育、藝文教育、生態教育、足球教育。在課程領導與溝通過程中，校長利用各種管道，包括：讀者投書、學校網頁、媒體文章、廣播電台等，說明「善用彈性教學 特色、基礎不偏廢」、「被倒掉的飲食觀與價值觀」、「12 年國教課綱即將上路，您準備好了嗎？」、「一種有溫度的教育模式—讓體驗教育成為實踐 12 年國教理想的最佳途徑」、「讓孩子走出去 讓世界走進來 — 清江國小與您一起努力 開創孩子的天賦能力」。向外界、家長及老師，論述課程發展的重要性。

<p>善用彈性教學 特色、基礎不偏廢</p>	<p>被倒掉的飲食觀與價值觀</p>

### 三、凝聚共識 塑造氛圍：組成跨領域教學團隊

每周的教師早會，除公開肯定與表揚教師的專業表現，並以溫馨有趣故事，讓學校氛圍更加溫馨，輔以教師專業發展評鑑、教學輔導教師制度、行動研究的持續參與、備課觀課議課的進行、教師會成為教師專業發展的重要推手等多層次專業發展帶動下，各領域教師協助課程設計，並組成跨領域教學團隊。計畫主持人是劉國兆校長，成員如下：

表 1 跨領域教學團隊成員表

職務/任教領域	姓名	工作
學務主任、教務主任	于文灝、徐佳瑀	總策畫特色、課程發展
營養師	蕭清月	健康飲食課程設計
護理師	吳怡璇	健康講座活動
體育組長、衛生組長	邱光毅、鄭川淼	體育、健康飲食相關行政工作
自然老師/自然領域	李泰霖、吳明敏	小田園、食農課程設計
社會老師/社會領域	胡靜怡、鄭裘莉	食安議題
美勞老師/藝文領域	王漢瑜、梁文馨	手工皂設計
體育老師/健體領域	張郁婷、邱光毅	體育活動、體重管理、健康知識
級任導師/語文領域	一~六年級全體老師	協助教學活動
資訊老師/資訊領域	施翔禮、廖焱宏	製作小播客

#### 四、立定發展目標 課程列車啟動：總體課程架構修正

立基於前述溝通，課發會通過總體課程架構修正。一來積極回應十二年國民基本教育強調「核心素養」的重要，也配合臺北市政府推行的「田園城市」政策，更符應 195 國於 2015 年 12 月 12 日在 2015 年聯合國氣候峰會中通過的《巴黎協定》氣候協議，冀望能共同遏阻全球暖化趨勢，積極發展氣候友善的農業，更接軌日本政府於 2005 年全面啟動的食育推進計畫。二來解決學校學生實際的健康問題，並集結社區資源及親師生力量，進而融入自己的辦學理念，讓健康成為無可取代的價值，並以健康為核心，扣緊四大特色課程：健康飲食教育是「健康的飲食」，藝文教育是「健康的心理」，生態教育是「健康的環境」，足球教育是「健康的身體」。



升與發展。愛因斯坦曾說：「想像力比知識更重要，因為知識是有限的，而想像力概括著世界上的一切，推動著進步，並且是知識進步的源泉。」黃武雄(2013)也說：「打開窗戶，知識在窗外。」然而實驗創新，仍然必須立基於學生的需要，於是以「健康飲食教育」為主題，申請教育創新與實驗計畫，也因此接連參與了「2017 實驗教育在臺北」論壇、臺北市 106 年創新實驗教育論壇。

<p>學生的需要是辦學的核心</p>	<p>臺北市 106 年創新實驗教育論壇</p>

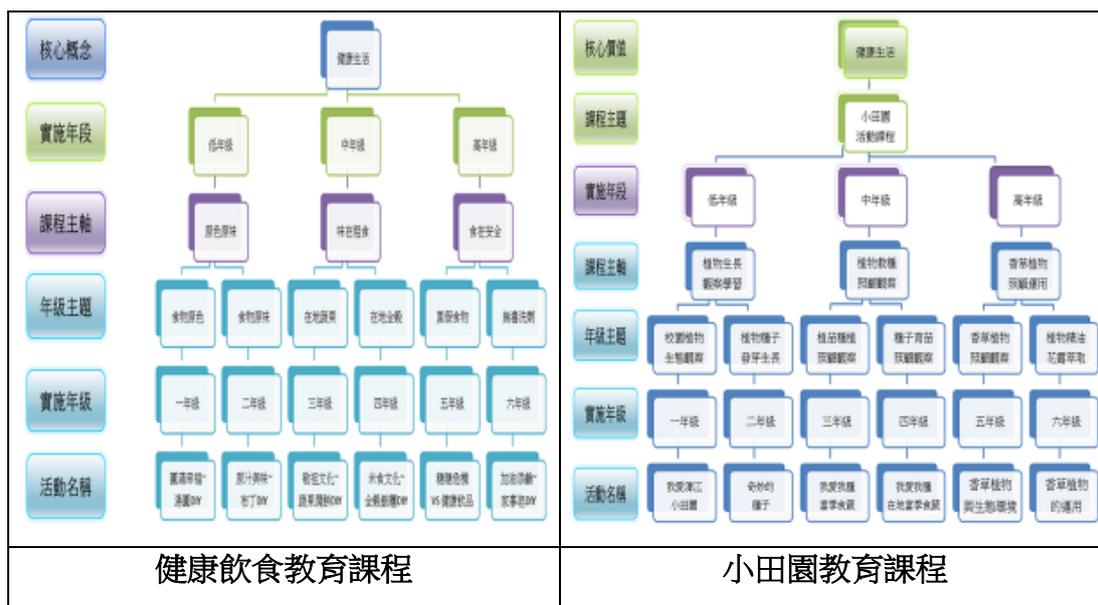
## 七、課程設計 主題統整：設計跨領域課程

### 1. 健康飲食教育課程設計

根據國民營養調查小學生最欠缺的營養知識，以及小學生成長發育的營養需求，並參考食品營養與安全時事新聞，再根據健康教育領域、生活領域、藝術與人文學習領域的能力指標設計健康飲食教育課程。

### 2. 小田園教育課程設計

為提升學校師生有關健康飲食及食物栽種之知能與素養，讓小田園體驗融入課程，以培養學生勞動、農事體驗之生活習慣，並對田園產生情感，同理農夫農作辛勞，進而促使學童喜愛及認識在地糧食，達到教育扎根之功效，據此設計小田園教育課程。



### 3. 跨領域課程設計

將健康飲食教育體驗課程、小田園教學活動課程、健康講座及體育活動及相關領域課程統整成跨領域課程設計。

表 2 跨領域課程設計表

健康飲食教育體驗課程					小田園教學活動課程		健康講座及體育活動			相關領域課程			
主題活動	營養講座	食安概念	學習領域	主題活動	學習領域	衛教宣導	健康活動	學習領域	語文領域	社會領域	資訊領域	藝文領域	
一年級	湯圓DIY	當令食材	農藥殘留	綜合健康領域	我愛清江小田園	自然領域	潔牙入班教學/傳染病	登山、體育活動	綜合、健康體育領域				
二年級	布成食綜			奇妙	自然	視力	登	綜			小		

年級	丁 DI Y	長 營 養 素	品 添 加 物	合 健 康 領 域	的種 子	領域	保健	山、 體育 活動	合、 健康 體育 領域			播 客
三年級	蔬 果 潤 餅 DI Y	蔬 食 營 養 素	基 改 食 品	綜 合 健 康 領 域	我愛 我種 當季 食蔬	自然 領域	潔牙 講 座、 健康 體位	登 山、 體育 活 動、 體重 管理	綜 合、 健康 體育 領域		食 安 議 題	小 播 客
四年級	全 穀 飯 糰 DI Y	體 重 體 位 管 理	加 工 食 品	綜 合 健 康 領 域	我愛 我種 在地 當季 食蔬	自然 領域	牙線 使 用、 健康 體位	登 山、 體育 活 動、 體重 管理	綜 合、 健康 體育 領域		食 安 議 題	小 播 客
五年級	健 康 飲 品	熱 量 超 吸 收	遠 離 垃 圾 食 物	綜 合 健 康 領 域	香 草 植 物 與 生 態 環 境	自然 領域	青 春 期、 健康 體位	登 山、 體育 活 動、 小鐵	綜 合、 健康 體育 領域	小 日 記 、 寒 假	食 安 議 題	小 播 客

								人		學 習 單			
六 年 級	家 事 皂 DI Y	飲 食 保 健	食 用 油 安 全	綜 合 健 康 領 域	香 草 植 物 的 運 用	自 然 領 域	CPR +AE D、 健 康 體 位	登 山、 體 育 活 動、 小 鐵 人	綜 合、 健 康 體 育 領 域	作 文、 議 題 評 量 命 題	食 安 議 題	小 播 客	手 工 皂 設 計

#### 八、專業培訓 同儕合作：辦理一系列研習、觀課、備課與議課活動

實施一系列的專業培訓課程，包括：105.11.02 辦理「有機食物的營養與安全」、105.12.28 辦理「從產地到餐桌—食品安全議題」、106.03.08 辦理「健康飲食—時蔬潤餅 DIY 體驗課程」、106.04.05 辦理「健康飲食—原味粗食全穀飯糰 DIY 體驗課程」、106.05.10 辦理「健康飲食—含糖飲料 V.S 鮮蔬飲料 DIY 體驗課程」、106.06.07 辦理「健康飲食—食用油回收 DIY 手工皂體驗課程」，並結合觀課、備課與議課，不斷提升教學知能。

<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1061102 有機食物的營養與安全</li> <li>• 1061228 從產地到餐桌—食品安全議題</li> <li>• 1060308 健康飲食—時蔬潤餅DIY 體驗課程</li> <li>• 1060405 健康飲食—原味粗食全穀飯糰DIY 體驗課程</li> <li>• 1060510 健康飲食—含糖飲料V.S 鮮蔬飲料DIY 體驗課程</li> <li>• 1060607 健康飲食—食用油回收DIY 手工皂體驗課程</li> </ul> 	
<p>實施一系列的專業培訓課程</p>	<p>觀課、備課與議課</p>

#### 九、走訪社區 整合資源：宣揚溝通理念並善用各種資源

持續拜訪社區重要人士，參與社區各項活動，讓社區居民了解學校現況，以消除負面印象。並積極結合社區各種資源，包括：與北投區健康中心合作辦理「減重班」、與北投區農會合作「農事計畫」、參與奇岩社區發展協會主辦的「生態園圃計畫」等。除此之外，並善用與教育局合作之機會，發展食安學校。包括：擔任全國首創「校園食品中毒應變處理演習觀摩活動」演練學校、擔任臺北市「全面守護食安」複評學校、榮獲臺北市公私立小學珍食美味大作戰總決賽「學校中央廚房組第一名」。



拜會社區人士溝通理念



媒體報導食品中毒應變處理演習活動

珍食美味大作戰中央廚房組第一名

十、體驗教育 完整學習：實施一種有溫度的教育模式

清江國小在老師們的專業帶領、家長們的大力支持下，正全力發展四大特色課程，並實施一種有溫度的教育模式—體驗教育，讓學生在學習過程中，藉由一系列的步驟，包括：訂定教育目的、辦理專業培訓、組織教學團隊、規劃行政作業、運用社區資源、進行課程設計、落實教學活動、檢視學習成效以及不斷地批判反思修正中，讓學生獲得認知、情意與技能三個層面的完整學習。這樣的學習模式，孩子們不會被動地等待老師教導而已，因為操作後的深層思考，可以促發他們想要主動解決問題，所以，學習不只發生在課堂中，也發生在學校的任何角落。

清江國小的「小田園與食農教育」，除了運用前述一系列的步驟外，更讓學生獲得認知、情意與技能三個層面的完整學習。第一個層面是認知，藉由系統性的學習活動，讓學生們培養正確的健康飲食觀念，並認識在地當季食蔬，故具有完整的知識；第二個層面是技能，透過動手操作，包括：翻土、整地、育苗、施肥、照顧、除蟲、拔草、採摘、清洗、秤重、煮菜、收拾等一系列過程，真正體會到從產地到餐桌的真實歷程，也學會動手種植的技能；第三個層面是情意，讓學生體會人與土地之間的連結關係，更從新鮮食材的品嚐過程中，回味「媽媽的手藝」，也讓學生從每道菜餚中領略不同的故事。這些林林總總的體會，將深入到學生的情感中，未來成為愛護土地、尊重自然、重視健康與珍視家人的生活家。

<p><b>三~六年級各班都參與、從頭到尾都由學生自己動手</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 翻土、整地、育苗、施肥、照顧、除蟲、拔草、採摘、清洗、秤重</li> <li>• 老師帶領學生一起動手做</li> </ul>  <p><b>老師帶領學生實施小田園與食農教育</b></p>	<p><b>火鍋嘉年華</b></p>  <p><b>六年級學生籌畫火鍋嘉年華活動</b></p>
---	---

而清江國小的健康飲食教育課程，小一進行「圓滿幸福~湯圓 DIY」體驗活動時，可以搭配「當令食材重要性」營養講座，並強調「農藥殘留」食安概念；小二進行「原汁美味~布丁 DIY」體驗活動時，可以搭配「成長營養素」營養講

座，並強調「食品添加物」食安概念；小三進行「敬祖文化~蔬果潤餅 DIY」體驗活動時，可以搭配「蔬食營養素」營養講座，並強調「基改食品」食安概念；小四進行「米食文化~全穀飯糰 DIY」體驗活動時，可以搭配「體重體位管理」營養講座，並強調「加工食品」食安概念；小五進行「健康飲料 DIY」體驗活動時，可以搭配「熱量超吸收」營養講座，並強調「遠離垃圾食物」食安概念；小六進行「加油添鹼~家事皂 DIY」體驗活動時，可以搭配「食用油安全」食安概念。學校可以根據健康教育領域、生活領域、藝術與人文學習領域的能力指標，藉由主題性、系統性的課程實施，讓學生學習到完備的健康飲食知識，並懂得如何實踐在生活中。

<table border="1"> <thead> <tr> <th>年級</th> <th>體驗活動主題</th> <th>營養講座</th> <th>食安概念</th> <th>備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一</td> <td>當今食材湯圓DIY</td> <td>當今食材</td> <td>農藥殘留</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>在自己動手搓湯圓的過程中，學生從人文歷史領域瞭解湯圓與文化之間的連結；從健康飲食教育領域則瞭解適度吸收熱量的重要；再來從食品安全領域更可以瞭解當今食材入湯圓的安全性，以及「天然食物染料」與「人工色素」的區分。相信學生在整合各個層面及不同領域的學習過程中，更可以藉由分組合作，體會「合作」的可貴！</p> 	年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念	備註	一	當今食材湯圓DIY	當今食材	農藥殘留		<table border="1"> <thead> <tr> <th>年級</th> <th>體驗活動主題</th> <th>營養講座</th> <th>食安概念</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>二</td> <td>奶香烤布丁DIY</td> <td>成長營養素 牛奶製程介紹</td> <td>食品添加物</td> </tr> </tbody> </table> <p>在自己動手製作布丁的過程中，學生知道布丁的主要材料，包括：牛奶、雞蛋與糖，並知道市售的布丁，有一些加了很多的「食品添加物」，讓我們吃起來可以QQ的、香香的又甜甜的，也添加了比較多的「糖」，故最好不要多吃。</p> 	年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念	二	奶香烤布丁DIY	成長營養素 牛奶製程介紹	食品添加物
年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念	備註															
一	當今食材湯圓DIY	當今食材	農藥殘留																
年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念																
二	奶香烤布丁DIY	成長營養素 牛奶製程介紹	食品添加物																
<p>一年級圓滿幸福~湯圓 DIY</p>	<p>二年級原汁美味~布丁 DIY</p>																		
<table border="1"> <thead> <tr> <th>年級</th> <th>體驗活動主題</th> <th>營養講座</th> <th>食安概念</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>三</td> <td>蔬食潤餅DIY</td> <td>蔬食營養素</td> <td>基改食品</td> </tr> </tbody> </table> <p>在自己動手做蔬食潤餅的過程中，學生從人文歷史領域瞭解「吃潤餅」也是清明節習俗之一；從健康飲食教育領域則瞭解少油、少鹽、少糖的重要；再來從食品安全領域更可以瞭解非基改食品的安全性。</p> 	年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念	三	蔬食潤餅DIY	蔬食營養素	基改食品	<table border="1"> <thead> <tr> <th>年級</th> <th>體驗活動主題</th> <th>營養講座</th> <th>食安概念</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>四</td> <td>彩虹飯糰DIY</td> <td>體重體位管理</td> <td>加工食品</td> </tr> </tbody> </table> <p>在自己動手做彩虹飯糰的過程中，學生從人文歷史領域瞭解飯糰的由來；從健康飲食教育領域則瞭解必須使用多種的全穀類做為主食，營養素才會更豐富；再來從食品安全領域更可以瞭解加工食品的對人體健康的影響。</p> 	年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念	四	彩虹飯糰DIY	體重體位管理	加工食品		
年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念																
三	蔬食潤餅DIY	蔬食營養素	基改食品																
年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念																
四	彩虹飯糰DIY	體重體位管理	加工食品																
<p>三年級敬祖文化~蔬果潤餅 DIY</p>	<p>四年級米食文化~全穀飯糰 DIY</p>																		

年級	體驗活動主題	營養講座	食安概念	備註
五	健康飲料DIY	熱量超吸收 全穀食物	遠離垃圾食物	
六	手工皂DIY		食用油安全	

<p>除了自己動手做新鮮果汁外，並了解購買市售飲料前，要看懂營養標示與食品成分標示，並且算一算你常喝的含糖飲料，含有多少熱量與糖量。</p> 	<p>本校特色課程手工環保香皂製作，由本校營養師蕭清月博士主講，材料包括果皮蒸餾出來的花露，再加上特別調製的油。在親手製作的過程中，將深刻體會到善用各種資源對於生態環境的重要性。而且自製的手工環保香皂，可是既衛生、又環保，外帶有種特殊淡雅的香味喔。</p> <p>香港光明學校來訪—手工皂製作 大陸廣西北海市海城區第二小學來訪—手工皂製作</p> 
五年級糖糖危機 VS 健康飲品	六年級加油添鹼~家事皂 DIY

另外，學校辦理一系列健康講座及體育活動，包括：健康動一動、體重管理、登山活動、小鐵人等等。在跨領域課程小播客方面，202 林主播製播「飲食大革命帶來的教育大改造」、401 楊主播製播「友善農品石虎米」、501 王主播製播「人間佳餚」。

	<p>國小畢業生上山下海 挑戰自我</p> <p>最近正當畢業季，各有別於在禮堂領畢業典禮、源自傳統的傳統形式，台北市有學校鼓勵學生「上山下海」，接觸大自然並挑戰自我的典禮儀式，近年來蔚為風潮。</p> <p>中山國小黃源福副校長今年更以翠宮玉山作為畢業禮物，一行八廿日在雷陣雨中抵達排雲山莊，為天賜啟晴，金風吹動旗頂！黃源福老師從翠宮玉山出發表示，所有孩子都登上台灣最高峰玉山主峰，只剩下山約「最後5公里」，即可「凱旋榮歸」，市長柯文哲與西區副區長區副區長。</p> <p>同樣是畢業生登山，北投區田寮國小因在竹子湖，鄰近大屯山、七星山，加上學校離山步遠數年，敬請主任帶隊登山，自70年代開始，每年畢業生都選擇七星山，在山上領畢業證書。</p> <p>與國國小學校主任余平瑛表示，體育是學校的特色課程，游泳、籃球及足球隊都有名，因此，今年首次為14位畢業生安排「畢業前2項挑戰」，學生分3天體驗游泳、籃球、足球，最後再登上學校旁的象山，領取動盪畢業證書。</p> <p>除此之外，精進國小近年推動池河教育，畢業生需手作愛心炸醬麵「送給」清江國小，雙邊國小則舉辦「開關佳餚」小鐵人競賽；大屯國小也安排畢業生師生，挑戰凱旋大屯山。</p>
登山慶祝兒童節	中國時報報導
	<p>自由時報</p> <p>五月帶媽媽遊關島抽iRobot</p> <p>《台北都會》台北 學生當小主播 清江國小票選人氣王</p> <p>2017-03-15</p> <p>【記者蔡國坤／台北報導】北投清江國小推動「媒體素養教育」，規劃三大教學方式，由校方評選出適合媒體的新聞稿件，讓學生化身為小主播，操縱新聞內容生動精彩影片，共有十七支影片，開放全校師生票選出人氣小主播。票選網站：<a href="https://www.youtube.com/user/cjstp/videos">https://www.youtube.com/user/cjstp/videos</a>，票選時間即日起至三月二十日。</p> <p>清江國小說，媒體素養教育包括「媒體識讀教育」，透過媒體媒體的閱讀，延伸學習的觸角，豐富學習的內涵，透過學習認知能力來分析媒體。其次是「媒體思辨能力」，開啟學生以結構方式，運用思辨能力，從新聞雜誌中挑選出適合的報導或文章。</p> <p>最後是「媒體社羣意見」部分，由教師或評選出適合公開報導十至二十件，錄製成廣播影片，在學校中央學堂電視牆及校園公開播放，同時開放票選人氣小主播、專業小主播、清江國小說、前次選出公民聲音，讓學生正確討論媒體資訊，成為善用媒體資訊的現代公民。</p>
飲食大革命帶來的教育大改造	自由時報報導

## 參、實施成果：清江展新貌 實驗創新有一套

### 一、學生及教師滿意度高

#### (一) 學生

學生對於健康飲食教育課程滿意度為 88%，對於小田園課程滿意度為 76%。對於表示尚可、不滿意及很不滿意的學生，學校仍需進一步了解，做為課程實施改進之參考。

項 目	5 很滿意	4 滿意	3 尚可	2 不滿意	1 很不滿意	滿意%
1.健康飲食教育	64%	24%	9%	1%	2%	88%
2.小田園	48%	28%	17%	4%	3%	76%

#### (二) 教師

教師對於課程設計目標、課程內容連貫性、教學時間分配、學生參與意願、學生學習效果等項目，滿意度達 100%。顯見教師親身投入課程活動，也獲致相當的成就感。

項 目	5 很滿意	4 滿意	3 尚可	2 不滿意	1 很不滿意	滿意%
1.特色課程目標清楚明確並可達成，且能依據學生能力進行規劃設計	95%	5%	0%	0%	0%	100%
2.課程內容有注意縱向、橫向的連貫與連接	71%	29%	0%	0%	0%	100%
3.課程內容份量適切、教學時間分配適切	90%	10%	0%	0%	0%	100%
4.學生對所學習內容能維持一定的參與意願，並嘗試將所學運用於日常生活中	81%	19%	0%	0%	0%	100%

5.能設計及實施評量檢核學生學習效果	81%	19%	0%	0%	0%	100%
--------------------	-----	-----	----	----	----	------

## 二、找到學生學習亮點

促進健康概念，學生體位適中者增加；學生喜歡學習，更能專注學習；豐富學生的生活經驗，因而提升學生的語文能力；增進運動風氣，在北區運動會獲得好成績。

學期	過輕%	過重%	肥胖%	適中%
10301	8.4	12.8	16	62.7
10302	6.9	13.4	14.1	65.9
10401	10.4	11.4	15.1	63.2
10402	6.2	12.1	13.6	68.1
10501	8.7	12.7	11.7	67

到任時間 →

增加	減少	增加	減少	增加
減少	增加	減少	增加	減少
增加	減少	增加	減少	增加
減少	增加	減少	增加	減少

學生體位適中者增加	北區運動會獲得好成績
-----------	------------

## 三、提升教師專業動能

教師會是學校教師專業發展的重要推手，教師評鑑、教學輔導、行動研究與觀課議課成為教師專業發展的最佳工具。本專案更促使教師專業的正向發展，積極參與各項教材教案的徵選，並獲「微笑台灣·創意教學教案徵選」國小組中油綠色教育獎、生命教育教材單元活動設計甄選比賽特優、臺北市第17屆教育專業創新與行動研究國小組團體獎乙組第四名等佳績。

	
教育創新行動研究團體乙組第四名	積極參與教材教案徵選及各項比賽

#### 四、促發課程多元創新

學校參與教育創新與實驗計畫，形成跨領域團隊，也讓本專案「健康飲食教育」與學校同時進行的專案「小田園與食農」、「藝文深耕計畫」、「環境教育專題研究」、「樂高積木課程」產生跨域連結與整合。

																																																								
<p>藝文深耕計畫獲中國時報報導</p>	<p>藝文深耕計畫獲國語日報報導</p>																																																							
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>課程名稱/項目</th> <th>學習內容/活動</th> <th>計畫實施類別</th> <th>參與人員</th> <th>備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>環境建置</td> <td>生態池整理</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>全校師生</td> <td>校長、總務處、學務處</td> </tr> <tr> <td></td> <td>校園綠地活化</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>全校師生</td> <td>校長、總務處、學務處</td> </tr> <tr> <td>課程設計</td> <td>綠色大地—認識校園植物、環境</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>一年級學生</td> <td>教務處、自然領域</td> </tr> <tr> <td></td> <td>綠上人—幫校園中大樹量樹圍</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>二年級學生</td> <td>教務處、自然領域</td> </tr> <tr> <td></td> <td>小田園—種植蔬菜</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>三年級學生</td> <td>教務處、自然領域</td> </tr> <tr> <td></td> <td>生態池—認識生態池水生植物、與湖的</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>四年級學生</td> <td>教務處、自然領域</td> </tr> <tr> <td></td> <td>綠色校園—畫出校園植物、繪製校園植物地圖</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>五年級學生</td> <td>教務處、自然領域</td> </tr> <tr> <td></td> <td>小小解說員—製作校園解說牌、解說校園植物、生態池</td> <td>生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>六年級學生</td> <td>教務處、自然領域</td> </tr> <tr> <td>登山活動</td> <td>貓山、雙山</td> <td>中區研習、丹鳳山、華嚴岩、丹鳳公園、仰光公園、生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆</td> <td>全校師生</td> <td>學務處、總務室、各處室</td> </tr> <tr> <td>社區環境教育推廣</td> <td></td> <td></td> <td>社區環境教育推廣機構</td> <td>總務室</td> </tr> </tbody> </table>	課程名稱/項目	學習內容/活動	計畫實施類別	參與人員	備註	環境建置	生態池整理	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	全校師生	校長、總務處、學務處		校園綠地活化	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	全校師生	校長、總務處、學務處	課程設計	綠色大地—認識校園植物、環境	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	一年級學生	教務處、自然領域		綠上人—幫校園中大樹量樹圍	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	二年級學生	教務處、自然領域		小田園—種植蔬菜	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	三年級學生	教務處、自然領域		生態池—認識生態池水生植物、與湖的	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	四年級學生	教務處、自然領域		綠色校園—畫出校園植物、繪製校園植物地圖	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	五年級學生	教務處、自然領域		小小解說員—製作校園解說牌、解說校園植物、生態池	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	六年級學生	教務處、自然領域	登山活動	貓山、雙山	中區研習、丹鳳山、華嚴岩、丹鳳公園、仰光公園、生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	全校師生	學務處、總務室、各處室	社區環境教育推廣			社區環境教育推廣機構	總務室
課程名稱/項目	學習內容/活動	計畫實施類別	參與人員	備註																																																				
環境建置	生態池整理	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	全校師生	校長、總務處、學務處																																																				
	校園綠地活化	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	全校師生	校長、總務處、學務處																																																				
課程設計	綠色大地—認識校園植物、環境	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	一年級學生	教務處、自然領域																																																				
	綠上人—幫校園中大樹量樹圍	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	二年級學生	教務處、自然領域																																																				
	小田園—種植蔬菜	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	三年級學生	教務處、自然領域																																																				
	生態池—認識生態池水生植物、與湖的	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	四年級學生	教務處、自然領域																																																				
	綠色校園—畫出校園植物、繪製校園植物地圖	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	五年級學生	教務處、自然領域																																																				
	小小解說員—製作校園解說牌、解說校園植物、生態池	生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	六年級學生	教務處、自然領域																																																				
登山活動	貓山、雙山	中區研習、丹鳳山、華嚴岩、丹鳳公園、仰光公園、生態、環境、植物等專家團體、志工及民衆	全校師生	學務處、總務室、各處室																																																				
社區環境教育推廣			社區環境教育推廣機構	總務室																																																				
<p>資源班樂高主題課程</p>	<p>生態課程設計</p>																																																							

#### 五、帶動學校整體發展

本案實施後對學校造成的整體效應如下：

- (一) 學校行政人員工作有價值，更樂意投入行政工作，本年度考上兩位候用主任。
- (二) 學校特色發展獲得教育局、媒體及社區重視，不同特色課程彼此也產生連結。
- (三) 學校品牌建立，提到健康飲食第一個先想到清江國小(教育局連續兩年

推荐清江國小擔任候用校長班健康飲食教育、小田園與食農教育課程講座，遠見雜誌要做健康飲食教育、小田園與食農教育專題報導，清江國小是臺北市唯一受推薦學校。

- (四) 學生喜歡上學，在體驗教育中，孩子可以學習解決問題的方法。
- (五) 凝聚親師生向心力，因為發展特色課程，讓親師生關係更緊密，更加認同學校。
- (六) 形成跨領域團隊，學校組成「健康飲食教育」、「小田園與食農教育」、「藝文深耕計畫」、「環境教育專題研究」、「樂高積木課程」等跨領域團隊。
- (七) 教師專業發展持續升級，從教師評鑑、教學輔導、行動研究與觀課議課提升到自編教材，並實驗創新。
- (八) 社區家長肯定，逐漸扭轉過去對學校的刻板印象，並協助行銷學校(在校長臉書上，已有愈來愈多的家長，謝謝學校辦理相關活動，並轉載分享，且要讓孩子就讀本校)。
- (九) 更促使報紙、雜誌與電視媒體的採訪報導，正面行銷學校，也讓學校的努力獲得家長的肯定，再加上學區人口增加，因此，106 學年度一年級核定班級數增加一班為四個班，此為五年來首度增班。

	
學生愈來愈喜歡上學	獲教育行銷獎肯定

	
<p>社區家長扭轉對學校的刻板印象</p>	<p>教師專業社群發展更見成熟</p>

### 六、媒體報導

健康飲食教育課程、小田園與食農教育課程、食安教育等各類型媒體報導，包括：

- (一) 電視類：公視午間新聞、民視新聞、凱擘大台北數位新聞、台視新聞。
- (二) 報紙類：國語日報、中國時報、聯合報、自由時報。
- (三) 廣播類：教育廣播電台、正聲廣播電台。
- (四) 雜誌類：遠見雜誌。
- (五) 網路類：Hinet 新聞。

表 3 健康飲食教育課程、小田園與食農教育課程、食安教育等各類型媒體報導

年級	主題 活動	健康飲食教育課程媒體報導	食安媒體報導
一	圓滿 幸福~ 湯圓 DIY	 <p>中視新聞報導</p>	<p>1.北市演練食物中毒 擬定 SOP~國語日報、中國時報、聯合報、民視報導</p>

原汁  
美味~  
布丁  
DIY

二

三

敬祖  
文化~  
蔬果



公視午間新聞報導



中國時報報導



國語日報報導

正聲廣播電台採訪報導



民視報導



聯合報報導



中國時報報導

2.推動食農、食育、食安、剩食減量~國語日報、聯合報報導

	潤餅 DIY		
四	米食 文化~ 全穀 飯糰 DIY	 <p>凱學大台北新聞報導</p>	<p>國語日報報導</p>
五	糖糖 危機 VS 健康 飲品 Y	 <p>凱學大台北數位新聞報導</p>  <p>人間電視新聞報導</p>	 <p>聯合報報導</p> <p>3. 遠見雜誌專題採訪</p> 
六	加油 添鹼~ 家事 皂 DIY		<p>遠見雜誌專題採訪報導</p> <p>4. 教育廣播電台採訪</p>

因為參與教育創新與實驗計畫，促使學校在各方面活動也不斷創新，更獲得媒體的重視與大幅報導。

	
<p>媒體報導藝文教育</p>	<p>1 媒體報導學生學習</p>
	
<p>媒體報導小田園食農教育</p>	<p>媒體報導健康飲食教育</p>

#### 肆、省思分享：看到改變發生 持續精進向前邁進

##### 一、看到學生的改變、老師的熱情與家長的認同

##### (一)學生的改變

清江國小以「健康飲食教育」為骨幹，佐以「小田園與食農教育」為內涵，並且設計出跨領域及主題性的課程統整模式，並實施一系列健康講座、體育活動等，目的是培養學生正確健康飲食觀念，進而影響家庭，與家人擁有健康生活。實施至今，我們看到了原本的「不可能」，已經逐漸轉變成「可能」。

在認知上，學生改變了對於特定蔬菜的恐懼，知道健康的重要，新鮮及在地食材的可貴。四年級學生說：

這個星期二，我們的午餐非常特別，為什麼很特別呢？因為我們吃的是菜包肉，更特別的是，菜是我們自己種的。第一節下課，我和林昀臻、丁翊軒、張慶立一起到菜圃裡剪拔葉萵苣，我們專心的剪著，剪完時發現大豐收，到了中午，老師先發給我們一人一片萵苣，大家就開始興奮地包肉，咬下去時，外脆內軟，實在太好吃了！一開始，我覺得萵苣應該不好吃，沒想到小小的一口，竟然大大的改變我對萵苣的看法

在情意上，學生在「健康飲食教育」課程中，學習分組合作、互相尊重及協助的態度，在「小田園與食農教育」課程中，在翻土、整地、育苗、施肥、照顧、除蟲、拔草、採摘、清洗、秤重過程中，學生親近孕育萬物的土地，知道農人的辛勞，更體認到「誰知盤中飧、粒粒皆辛苦」的道理。更學習到一種勇於迎接挑戰、不怕困難的態度。五年級學生表示：

我覺得種菜不但可以培養耐性，還能讓我們學會如何種菜才是正確的，自己種菜，真的非常好玩，尤其看著菜慢慢長大，心裡真是開心又滿足…，這個活動真是太棒了！

六年級學生也表示：

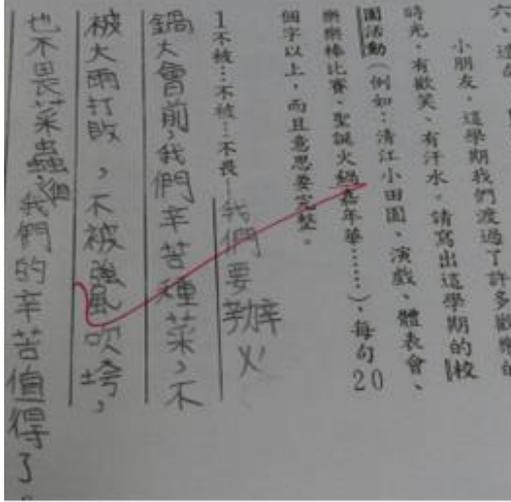
我們要辦火鍋大會前，我們辛苦種菜，不被大雨打敗，不被強風吹垮，也不畏菜蟲，但我們的辛苦值得了。

在技能上，學生回家也開始動手製作布丁，並與家人一起炒菜，而在小播客活動中，學生更針對飲食大革命、友善農品、人間佳餚等主題，進行製播報導。在課程中帶著學生一起做的老師們，也對學生做了仔細的觀察與回饋：

「蔬果潤餅 DIY」的活動，能讓學生對食物的熱量，有更進一步的瞭解，

知道如何搭配，讓潤餅的食材更爽口，無負擔…自己動手，運用新鮮營養的食材來包製飯糰，對每個學生來說是個有趣且珍貴的午餐經驗，大家都很滿意自己包出來各具特色的飯糰，也大口大口的吃下，真是美好的用餐經驗…

培養學生具備兼具「認知、情意與技能」的素養，是 12 年國教的目標，其實也正是我們正在努力的方向。

	
<p>學生改變對萵苣的看法</p>	<p>學生在家裡自己動手做布丁</p>
	
<p>學生將種的菜拿回家與奶奶分享</p>	<p>學生在考卷上抒發辦理火鍋大會心得</p>

## (二) 老師的熱情

清江國小實施「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」，是經過全體老師一起討論參與，並共同選定「健康飲食教育」為學校發展的主軸，更難能可貴的是，一到六年老師全部參與，親自授課並帶領學生一起動手做。老師們看到孩子們的收穫，都表達了內心的喜悅：

學生認真學習與實作，不僅新奇也更有趣~營養教育與米食文化結合，營養、健康又美味…從過程中，獲得很高的成就感及學習樂趣…

老師更進而協助發展與「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」攸關的「生態教育課程」，也主動申請與「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」連結的「環境教育專題研究」，甚至在圖書館改建工程中，老師們也希望結合「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」，打造出屬於清江國小風格的圖書館。

當媒體來採訪時，常常問校長：為什麼全校老師都願意投入「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」課程？我想，那是因為全校教師都相信「健康，是無可取代的價值」，就是這股專業的熱情與動力，驅使著我們繼續往「打造一所健康的學校」目標邁進。

### (三) 家長的認同

清江國小實施「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」，全力打造一所健康的學校，逐漸獲得家長的支持與肯定，除了在平日給予老師與學校正面回饋外，並常常上校長臉書留言。

清江國小，讚讚讚！用心的校長推動創新實驗教育，帶著盡心專業的老師，成就專心的孩子，讓家長安心！學習落實在日常生活，好棒的教學活動！對新型態有機農業發展，紮根與落實教育很期待！

陸陸續續有家長告訴校長：「清江國小真的不一樣ㄟ，現在孩子回家都說好喜歡學校！」，也有家長將孩子轉來清江國小，不是因為足球，而是因為本校在推動「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」。

真心希望家長繼續支持，共同朝向「打造一所健康的學校」目標邁進。

	
<p>家長上校長臉書留言肯定學校</p>	<p>家長上校長臉書留言肯定學校</p>

## 二、聽到社區的回饋、長官的肯定與媒體的聲音

### (一) 社區的回饋

社區對於學校實施「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」頗多肯定，除了學區三位里長給予肯定外，近來陸續有北投區健康中心合作與學校合作辦理「減重班」，北投區農會與學校合作辦理「農事計畫」，奇岩社區發展協會與學校合作辦理「生態園圃計畫」，董氏基金會也希望學校成為全台灣北中南三所學校中北部的合作學校。社區的回饋，給予學校繼續前進的力量，我們當然會繼續大步向前行。

### (二) 長官的肯定

在學校實施「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」過程中，教育局除提供經費之協助外，更在教育局的指定下，擔任全國首創「校園食品中毒應變處理演習觀摩活動」演練學校，並擔任臺北市「全面守護食安」複評學校。教育局更連續兩年推薦清江國小擔任候用校長班健康飲食教育、小田園與食農教育課程講座，而遠見雜誌要做健康飲食教育、小田園與食農教育專題報導，清江國小是臺北市唯一受推薦學校。長官的肯定，是學校前進最大的動力，我們會繼續努力。

### (三) 媒體的聲音

在各類型媒體報導，包括：公視午間新聞、民視新聞、凱擘大台北數位新聞、台視新聞、國語日報、中國時報、聯合報、自由時報、教育廣播電台、正聲廣播電台、遠見雜誌等等，採訪學校實施「健康飲食教育課程、小田園與食農教育課程、食安教育」的過程中，媒體記者的報導也給予我們很大的力量。在國語日報

的報導中提到(阮筱琪，2016)：

清江國小因此大力發展食農、食育、食安課程，蕭清月也設計「從田園到餐桌」各年級課程：低年級認識食物，做布丁、搓湯圓；三年級下學期配合自然課種菜；六年級學生除了自己採收蔬菜，還要稱重包裝，賣給學校教職員。教師有時要學生賣便宜一點，學生就說：「老師，最近有颱風，菜很難種，不要殺價啦！」四年級學生吳尚恩說，以前午餐會剩很多飯菜，現在會想把食物吃完。四年級學生林曉萱說，有些人挑食，只吃肉不吃青菜，但老師規定每種菜都要吃，因自己種菜，覺得種菜很辛苦，現在班上午餐剩食很少。

聯合報的報導也提到(吳思萍，2016)：

北市清江國小發展營養教育多年，全校依不同年級上營養講座並搭配實作，包括參觀廚房、探索 食品安全、西餐禮儀、營養教育等，讓學生在食安風暴中認識食材，注重食品安全。清江國小校長劉國兆說，每年級每學期約有半天的營養教育課程，請營養師安排營養講座，並搭配實作、配合時事，讓學生更了解食品安全議題。營養教育也結合生態環保，像食材運送過程、耗費多少環境能源，也會分析基改與非基改食品所需付出的成本。一年級學生因肌肉發展尚未完全，就教他們搓湯圓，二年級學生則製作布丁，了解布丁如何凝固，三年級學生捲潤餅，四年級學生則蓋薑餅屋，五年級學生製作含糖飲料與非含糖飲料，六年級學生則用回收油製作手工皂。

遠見雜誌特刊的報導更提到(陳承璋，2017)：

但清江國小似乎不受影響，當季有什麼菜，小朋友照單全收，不會喊著青菜難吃，也不會回家向家長告狀，關鍵在於，從一年級開始，每班就開始落實食農教育。走進清江國小的中庭，是台北市長柯文哲就任後給予補助所闢建的菜園。菜園不小，幾乎占滿半個中庭，菜種更是多元，從白菜、

萬芎，到香草類的迷迭香、九層塔都有，所有菜都是小朋友親自栽種，從整地挖土、澆灌施肥、除草採收，一學期四次耕種，不灑農藥，用的都是落葉枯枝堆的肥。食農教育就從這個田園起步。清江國小營養師蕭清月指出，每個學年至少會有三堂營養教育課，除了種菜，還會安排體驗課。比如，蔬果潤餅 DIY 讓小朋友親手包蔬菜潤餅；火鍋嘉年華直接採收田園蔬菜煮火鍋；還有田園市集，把收成蔬菜一把一把包裝好，以每斤 30 元價格賣給老師，體會農人辛苦。

媒體的正面評價，讓我們對學校的未來發展更具信心。我們會繼續加油，向前邁進。

### 三、想到自己的責任、大家的期待與未來的發展

#### (一) 自己的責任

身為學校的一份子，肩負著學校發展的重任，深感榮幸，也深覺責任重大。記得在 104 年 8 月 1 日就職典禮當天，我望向台下滿座的賓客，訴說著自己的故事，自己的教育理想，自己與學校、社區之間的連結，然後我以「夥伴們，讓我們一起努力，讓清江迎向學校特色發展、學生多元展能的未來。」作為結語。如今，學校已朝向此目標前進。但是，教育是場接力賽，棒棒相傳，一棒接一棒，我也期勉自己，一定要帶著教師、家長與學生，持續向前跑，朝向「學校特色發展、學生多元展能」的目標邁進。

#### (二) 大家的期待

學生們每天滿心歡喜地上學，上完「健康飲食教育」與「小田園與食農教育」課程後，常常主動地與我分享心得；同仁們每天認真的教學與工作，希望提升學生學習成效；家長們每天協助各項志工服務工作，並主動回饋學校，給予支持，深深盼望學校環境愈來愈好。大家的期待，已成為學校前進的強大動力。

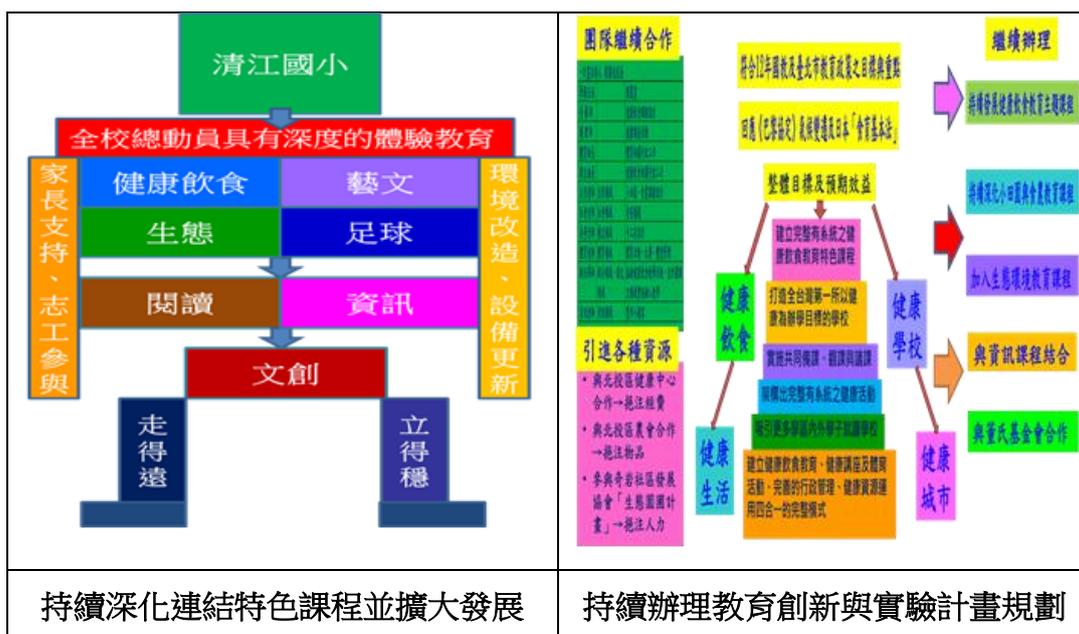
#### (三) 未來的發展

本案必須立基在學校長遠發展的方向，才不會讓外界以為參加實驗創新只是曇花一現，或只是政策下的產物。在執行上，必須做三階段規劃，讓實驗創新逐

漸深化到學校課程、教學、行政、學習等各方面，第一階段確立「打造一所健康的學校」目標，設計出跨領域及主題性的課程統整模式；邁入第二階段發展，則全力打造「以健康為核心的四大特色課程」，讓健康涵蓋飲食、心理、身體與環境四個面向；進入第三階段時，「一所健康學校」已然建立，並持續精進提升，希望能爭取成立臺北市健康飲食教育課程中心，協助各校發展健康飲食教育課程，進而打響臺北市健康城市的名號。

本案將在現有基礎上，繼續作如下之發展：

- 1.健康飲食教育課程：目前已發展六套主題課程，下一個學年度再發展出六套主題課程。
- 2.小田園與食農教育課程：目前已發展在地蔬菜耕作，下一個學年度結合生態教育，並發展水耕蔬菜及多樣化的蔬菜，並強調生態的保育。
- 3.結合資訊科技：讓健康飲食教育與小田園、食農教育課程，具有資訊科技的內涵。
- 4.擴大社區資源合作對象：與董氏基金會合作。
- 5.持續發展四大特色課程：以健康為核心，讓四大特色課程產生跨域連結，並具有健康的內涵。



## 伍、結語

改變一所學校？與我相識三十三年的師專老同學告訴我：「校長改變了我們，我們的努力不僅被看見，而且大家對學校的認同度也提高了，連老師們的教學模式也跟著改變了…」他還告訴我：「家長看到校長及老師的用心，大家口耳相傳，所以今年學校開始增班…」學校的改變，不僅發生在老同學服務的學校，也發生在清江國小。

在親師生的共同努力，以及教育創新、實驗先行的氛圍帶動下，清江國小正逐步朝向一所健康的學校邁進。近六年來，學生人數最多的一屆，就是現在的六年級應屆畢業生，總共有 75 人，而今年的新生人數，很有可能突破 100 人，並首度增加一班，成為四個班級。

回首來時路，清江國小立下「打造健康學校」的目標時，正值教育潮流快速變遷，向心力亟待凝聚之際，雖然面對艱難的局勢，但是大家在團結合作、堅定信念與確立方向的努力下，藉由實驗創新教育的推動，凝聚大家的向心力，確立學校的品牌，不僅獲得電視、報紙、廣播、雜誌、網路等各類型媒體的報導，更獲得家長及學生的肯定。

但是，我們不會滿足於現狀，因為努力是永無止盡的，我們一定會朝向下一個階段繼續前進。

## 參考文獻

阮筱琪(2016年10月26日)。推動食農教育 北市清江剩食減量。《國語日報》，15版。吳思萍(2016年1月7日)。清江國小親手作食物 食安扎根。《聯合報》，B2版。

吳清山、林天佑(2002)道德領導。《教育研究月刊》，98，144。

陳承璋(2017年4月)。從食育扎根 讓小朋友愛上吃蔬菜。《遠見雜誌》特刊〈食農教育動起來 認真學吃飯〉。取自

[https://www.gvm.com.tw/Boardcontent\\_33000.html](https://www.gvm.com.tw/Boardcontent_33000.html)。

黃武雄(2013)。《學校在窗外（教改二十周年紀念版）》。新北市：左岸文化。

歐用生(2007)。詩性智慧及其對課程研究的啟示。《課程與教學季刊》，10(3)，1-16。