

財團法人癌症關懷基金會
「動漫學健康・食在好聰明」活動簡章

本會深耕校園食育逾十年，由營養師團隊深入全台十縣市國小舉辦生動有趣的「小樂活健康講座」，並斥資百萬開發專為學童設計的漫畫及動漫教材，致力讓健康從小紮根。

為落實「營養及健康飲食促進法」，並響應國民健康署推動之「114年營養及健康飲食教育推廣方案」，本會特別舉辦本次活動，期望結合動漫影片與延伸教具，協助學校推廣正確飲食觀念。

此活動所用動漫教材《愷兒小王子的麥普雷特大冒險》，是一部結合營養、飲食與防癌知識的故事，經本會剪輯為2支精華影片，鼓勵師生/親子共學觀看影片，並於觀後輔以線上學習單加深學習印象，且填答人數達全班50%以上，本會將贈送動漫周邊產品作為獎勵。是一套低師資依賴、可彈性運用的食育機制。同時，鼓勵各國小向本會申請免費借用「食物分類貼貼樂！麥普雷特冒險任務」全新教具，搭配動漫進行健康飲食相關宣導，讓學童在寓教於樂的過程中，強化正確的飲食觀念。

一、主辦單位：

財團法人癌症關懷基金會。

二、參與對象：

全台灣國小三至四年級學生。

（*歡迎所有年級學生觀看影片，但後續獎勵申請僅限三、四年級學生）

三、活動時間：

114年9月23（星期二）至114年11月23日（星期日）23:59截止

四、活動內容：

活動一、看動漫學健康、換好禮

1. 動漫影片內容：

以「真食物」為核心概念，對應學童常見的飲食迷思與錯誤選擇，加強推廣全穀及未精製雜糧、蔬果多元攝取、減糖、減鹽等重要性，共有2支影片，可任選其一。

影片一、真食物三部曲	影片二、彩虹餐盤探險記
引導學童認識全穀類的營養價值，並培養	了解蔬菜多元攝取的重要性，同時認識醃

減糖、減鹽的飲食習慣，提升日常健康食物的辨識能力。 學習目標： (1) 含糖飲料與加工食品對健康的影響：認識糖分與添加物對健康的危害，養成少喝含糖飲料及少吃加工食品的習慣。 (2) 全穀類的營養與益處：介紹糙米等全穀類的營養價值，鼓勵以全穀類取代精製澱粉。 (3) 辨識健康食物：從日常飲食中分辨蔬菜、全穀與偽裝的「健康食品」，建立正確選擇能力。	漬食品與加工蔬菜中常含有高鹽分與食品添加物，進而強化選擇新鮮蔬菜的判斷能力，培養減少鹽分攝取與健康的飲食習慣。 學習目標： (1) 彩色蔬菜的營養價值：七色蔬菜分別對應七色植化素，說明不同顏色植化素的營養功效，鼓勵學童每日均衡攝取多樣化蔬果。 (2) 新鮮蔬菜的效益：了解醃漬、加工蔬菜對健康的危害，學會辨識新鮮蔬菜的外觀。
影片時間：約 12 分鐘	影片時間：約 10 分鐘

2. 建議使用時機：

可彈性運用！

- ◆ 在校：早自習、午餐時間、健體領域課程或其他相關教育課程皆可。
- ◆ 在家：作為回家作業，鼓勵親子共學，一起吃出健康。

3. 操作流程：

- ◆ 在校：由班級老師／導師播放影片→ 學童填線上學習單(亦可作為當天作業)。
- ◆ 在家：由家長播放影片→ 學童填線上學習單。

4. 獎勵申請：

其中一支影片之線上學習單填答人數達全班 50%以上，由班級導師提交申請，本會將寄送麥普雷特動漫周邊產品作為回饋獎勵。

申請網址：<https://forms.gle/59pWrWn3F7xVKYVV9>

5. 影片及學習單連結網址：

(1) 影片連結：

- 影片一、真食物三部曲

<https://www.youtube.com/watch?v=Id3Xevesld4>

- 影片二、彩虹餐盤探險記

<https://www.youtube.com/watch?v=fEiOUKba6SM>

(2) 線上學習單：

● 影片一、真食物三部曲

前測：<https://forms.gle/HjPDhHkrWjnjWxNH7>

後測：<https://forms.gle/dhBq7iF3JkXB3pZx9>

● 影片二、彩虹餐盤探險記

前測：<https://forms.gle/1qQz6WiAgabqmUER6>

後測：<https://forms.gle/Yf7kvAa2brhCHWUP6>

活動二、教具免費用- 麥普雷特冒險任務·食物分類貼貼樂教具

1. 教具簡介：

將「麥普雷特大冒險地圖」設計為對開折疊式教具，涵蓋六大類食物的冒險區域，透過可重覆黏貼式的地圖+食物圖卡的互動操作，讓學童在遊戲中學會分辨六大類食物，認識均衡飲食的重要性。



2. 建議使用時機：

健體領域教育課程、其他相關教育課程，以互動式教學或於闖關活動使用。

3. 教學建議方式：

可引導學童將食物圖卡黏貼於「麥普雷特冒險地圖」上，透過互動教學六大類食物類別。

同時，本會將提供教具使用說明，隨件附上，協助教師更有效運用該教具。

4. 申請條件：

以學校為單位，全校三至四年級合併達 50%以上學童完成前項影片學習單填寫，且班級老師完成學習單獎勵申請，學校可免費借用此食物分類貼貼樂教具。

申請網址：<https://forms.gle/CQj54nNYYCHZoDY07>

五、注意事項：

1. 活動最新資訊，公告在癌症關懷基金會及官方 Facebook 上，請參賽者持續關注，避免遺漏重要訊息。
2. 有任何問題歡迎來電詢問，基金會電話：02-2775-2529 分機 19，徐佩瑜營養師。
3. 癌症關懷基金會保留本活動相關內容之最終更改、禁止或終止等權利外，對相關內容有最終之詮釋權。