

宜蘭縣政府環境保護局

【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選

活動簡章-創意教案組

壹、活動目的

為推廣社會大眾關注及支持惜食理念，透過惜食教案甄選活動，鼓勵對料理或惜食文化推廣感興趣的人士、環境教育人員、餐飲相關產業廚師、學生、教師、從業人員運用運用創意將惜食理念轉化為教學行動之中一同創造出惜食新風尚！

貳、辦理單位

指導單位：環境部

主辦單位：宜蘭縣政府環境保護局

承辦單位：亞太環境科技股份有限公司

參、甄選組別：創意教案組

肆、參加對象及組隊方式

（一）參加對象：

從事餐飲相關產業人士、科系相關教師、學生、從業人員、對料理或惜食文化推廣感興趣的人士及環境教育人員皆可參加。

（二）組隊方式：

不限個人或團隊報名參加，若以團隊參賽，成員至多3名，惟報名時請以1人為代表人報名，勿多人同時報名。

伍、甄件時間：即日起至5月27日(二)截止

陸、報名方式

（一）至報名網頁下載報名參賽相關資料。

（二）於規定時間內至環境部惜食料理食譜暨教案甄選活動報名網頁(www.cherishfood.com.tw)，各縣市初賽>宜蘭縣>我要報名，點選創意教案組，填寫報名資料並上傳報名相關資料（請依格式範本填寫）。

柒、教案主題：

內含 10 項惜食行動「主動說、可以選、可打包、吃格外、吃全食、吃在地、惜食材、愛地球、愛分享、愛推廣」之惜食教案，請多利用教學教具培養學生惜食理念。涵蓋主題愈多或愈廣、愈有創意及趣味性、愈能有效提升惜食理念者為佳。

主題	內容說明	附註
主動說	鼓勵主動說明餐點／食品內容或主動詢問餐點內容，不吃的食物可事先表明。	可混合多個主題進行教案設計
可以選	鼓勵「吃多少，點/買多少」，主動說出份量大小的需求，並可依喜好減少特殊食材。	
可打包	鼓勵打包吃不完的食物，並妥善存放、盡快食用。	
吃格外	不排斥格外品（如：醜蔬果）和即期品；如為即食需求，鼓勵可優先選擇即期品。	
吃全食	煮飯時，鼓勵將整個食材（如果皆可食）全部入菜食用，來一頓零廚餘的料理。	
吃在地	自煮時鼓勵優先購買在地食材；外食時鼓勵優先選擇惜食推廣種子店家、綠色餐廳。	
惜食材	✓ 鼓勵每天至少 1 餐，把點的食物全部吃完。 ✓ 鼓勵善用食材不浪費（如：骨頭熬湯、果皮堆肥）	
愛地球	✓ 鼓勵一週一蔬食日，並且做好廚餘分類。 ✓ 鼓勵自備環保杯、餐具、購物袋。	
愛分享	鼓勵可將吃不完的食材／食物，趁新鮮與親友分享或捐贈給食物銀行／剩食再利用組織。	
愛推廣	鼓勵可適時與親友分享惜食理念。	

捌、甄選規格：

規劃至少 2 至 4 節課之教學內容。國小階段每節課 40 分鐘，中學階段每節課 50 分鐘，主辦單位將按參賽者提供的報名文件進行評選。

（一）收件時間：自即日起至 114 年 5 月 27 日（星期二）止，以檔案上傳時間為憑，逾期不予受理。

（二）報名資料：需繳交報名表、教學表（教案名稱、設計理念、教學目標、教學

時間、教學對象、主題概念、教學流程、教學評估、附件資料）、作品授權書、法定代理人同意書。

(三) 參賽隊伍報名資料符合甄選相關規定者，始進入評選階段。

(四) 評選階段，參賽者需配合教案準備 12 分鐘以內之教案展演。

(五) 錄取人數：取前 3 名進行頒獎。

(六) 評選方式及項目：

(1) 由本局邀集專家學者組成評選小組，召開評選會議。

(2) 依各評審委員評定之總分，轉換成序位法排。加總每位委員序後，以和（由低至高）排名次。如有序位和相同者，則以「內容正確與豐富」得分高者排序在前；如仍相同時，再以「規劃適切與可行性」得分高者排序在前；如仍相同者，再以獲得「序列 1」多者排序在前。

創意教案組評分標準

評分項目	佔分比例	評分標準
內容正確與豐富	35%	1. 學習目標與教學方法具體，並切合教學對象。 2. 教學架構具備邏輯連貫性；教學後的學習成果及評估能符合教學目標。 3. 教學活動之知識、技能內容正確，案設計內容豐富且具創意性、獨特性，能啟發學習者思考與視野。
主題明確與創新	20%	4. 主題符合惜食理念與行動，並能有效提升學習者惜食素養。
規劃適切與可行性	25%	1. 依教學內容需要準備材具，且展演得宜、具體可行。 2. 教學活動可行性高且易推廣。
教學展演	20%	能掌握基本教學要領，引學習者注意力。

玖、績優獎項及鼓勵：

惜食創意教案組-地方初賽獎勵

名次	名額	獎勵
第一名	1	每組 10,000 元禮券或獎品、獎座一座
第二名	1	每組 5,000 元禮券或獎品、獎座一座
第三名	1	每組 3,000 元禮券或獎品、獎座一座
佳作	2	每組 1,000 元禮券或獎品、獎狀一張

- 如參賽作品未達評選小組之評定標準(60 分及格)，獎項得從缺。

壹拾、全國總評比

- (一) 由宜蘭縣創意教案組第一名代表宜蘭縣參加「第 3 屆首惜廚師甄選活動」-創意教學組全國總評比，如無法配合，由第二名參賽，以此類推。
- (二) 全國總評比，交通、食宿由主辦方提供。
- (三) 競賽時間及地點
全國總評比暨頒獎典禮訂於 114 年 8 月 16 日（六）於環境部（臺北市中正區中華路 1 段 83 號）辦理。
- (四) 參賽者需準備 12 分鐘以內之教案展演，涵括教學情境（主題、對象、教學目標）、教學活動說明及試教，可自行準備教具或教材。結束展演後，將由評審小組進行提問及互動交流。
- (五) 評比展演順序，訂於 114 年 7 月 1 日（二）抽籤決定（抽籤過程將全程公開錄影並公布於本活動網頁）。
- (六) 由主辦單位邀集專家學者或實務工作者組成評審小組，召開教案展演評比會議，依評分項目及標準進行評分。
- (七) 獎項與獎勵

獎項名稱	數量	獎勵說明
學惜金獎	1 名	6 萬元禮券、獎狀一紙、獎座一座 紀念綠領巾乙條
學惜銀獎	1 名	3 萬元禮券、獎狀一紙、獎座一座 紀念綠領巾乙條
學惜銅獎	1 名	1 萬元禮券、獎狀一紙、獎座一座 紀念綠領巾乙條

獎項名稱	數量	獎勵說明
珍稀食客教案賞	9 名	5,000 元禮券、獎狀一紙、獎座一座
愛完食教案賞	10 名	2,000 元禮券、獎狀一紙、獎座一座

壹拾壹、注意事項：

- (一) 參賽者報名後，即表示同意遵守本活動所有規則、注意事項及內容規範，如有違反前述任一內容主辦單位將取消其得獎資格。
- (二) 參賽者保證所有提供之個人資料均為真實且正確，如有不實或不正確之情事，將被取消得獎資格，且如有損害於主／委辦單位或其他任何第三人，應負一切民刑事責任。主／委辦單位對於任何不實或不正確之資料不負任何法律責任。
- (三) 參賽者須遵守主辦單位的一切安排。如有違反者，主辦單位有權取消其參賽資格及其所獲獎項。
- (四) 所有入圍決賽隊伍，至少須有 1 位參賽選手參加頒獎典禮。除特殊原因外，不在頒獎現場的獲獎隊伍將以自動放棄獎項處理。
- (五) 獲獎者同意將本活動所撰寫之食譜、教案內容等著作之著作財產權，無償授權與環境部、宜蘭縣政府環境保護局及經環境部、宜蘭縣政府環境保護局授權之人(單位)使用，包含將作品複製、重製、數位化等方式進行教育推廣、發表、展示、出版、上網公開或其他非營利目的使用。環境部得以創用 CC(Creative Commons)「姓名標示-非商業性 (4.0 版)」標示授權。
- (六) 參賽作品須為自行創作，且無發生侵害第三人著作權利之情事；如有抄襲侵權、或其他違反法令等情形發生，除取消入選資格、追回獎項外，參賽者應負一切相關法律責任。
- (七) 本活動主辦單位將全程錄影，所有相關彩排及比賽的過程，在參賽者簽署「作品授權書及肖像權授權同意書」後，將有可能被運用在主辦單位製作多媒體相關宣傳文宣，參賽者不得異議。
- (八) 參賽者同意主辦單位得對參賽者及其作品得為拍照、錄影。參賽之食譜、參賽者個人簡介與個人照/廚師照，亦同意授權主辦單位使用(包括製作平面刊物、拍攝影像、新聞稿及網站刊登等)。

(九) 依據所得稅法規定，將開立年度扣繳憑單予本活動獎項得獎者，均須依中華民國稅法規定，由主辦單位代扣應繳稅額後給付，得獎者領獎時需檢附身分證正反面影本、護照或居留證影本（團體創作得獎者，請依報名表填寫主要創作者交付），以便日後扣繳憑單之寄送作業；如得獎者不接受開立扣繳憑單，或未於規定期限內完成相關手續者，視同放棄得獎權利。（依所得稅法規定，本國國人機會中獎之獎項價值超過新臺幣 1,000 元，所得將列入個人年度綜合所得稅申報；若獎品價值總額超過新臺幣 20,000 元，中華民國境內居住之個人須就中獎所得扣繳 10% 稅額；外籍人士不論金額，均須依中國民國稅法扣繳 20% 稅額。）

(十) 獲獎作品如為共同創作者，應由共同得獎者自行決定獎勵分配。

(十一) 所有參賽作品及相關資料恕不退件，承辦單位留存備查 1 年後得進行資料封存或銷毀。

(十二) 參賽者已滿 18 歲或已取得法定代理人之同意，有權合法參加本活動並領取獎項。若參賽者未滿 18 歲，主辦單位有權要求參賽者提供法定代理人書面同意之相關資料。

(十三) 參賽者於地方初賽/分區決賽 / 全國總決賽 / 全國總評比當天須出示有貼照片之身分證明文件供辦理單位查驗，若有冒名頂替等未依規定辦理者，一律取消參賽資格。除因突發或不可抗力因素外，不可臨時替換參賽者。

(十四) 主辦單位擁有對本活動規則的最終解釋權，並有權修正、更改或刪除相關規定之權利。

(十五) 本簡章如有未盡善之處，主辦單位保留最終修訂及解釋之權利。

壹拾貳、 聯絡窗口：

李小姐 (03)960-0317

徐小姐 (03)990-7755#154

附件 2

【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選 創意教案組-報名表

設計者姓名 (至多 3 名)		代表縣(市)	
教案名稱			
設計理念	(300 字內)		
教學目標			
教學時間			
教學對象			
主題概念 (可複選)	<input type="checkbox"/> 主動說 <input type="checkbox"/> 可以選 <input type="checkbox"/> 可打包 <input type="checkbox"/> 吃格外 <input type="checkbox"/> 吃全食 <input type="checkbox"/> 吃在地 <input type="checkbox"/> 惜食材 <input type="checkbox"/> 愛地球 <input type="checkbox"/> 愛分享 <input type="checkbox"/> 愛推廣		
教學流程 (請規劃設計 2 至 4 節課之教學內容，自行依需求增列表格列數)			
學習活動		時間	教學資源
引起動機			
發展活動			
綜合活動			
學習成效評估			
附件資料			
1.學習單 1 份 2.教學簡報 1 份 3.評量工具 1 份 4.參考資料等 (僅為範例，參賽者得自由調整)			

表格若不敷使用，請自行增刪，總頁數請於 20 頁以內。

附件2

【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選 創意教案組—地方初賽/分區決賽/全國總決賽食譜授權書

組別	□料理食譜組		□創意教案組
作品名稱			
授權人	1.	2.	3.
被授權人	宜蘭縣政府環境保護局		
說明	<p>本參賽人員（團隊）參加宜蘭縣政府環境保護局「【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選」，就該作品保證及授權如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本參賽人員（團隊）保證報名資料均為真實正確，作品（食譜或教案）未侵害或抄襲他人著作、未經刊登、非授權自其他人或單位之原創作品，且未於其他活動重覆參選而得獎。若作品內容涉及侵權事宜、資料填寫不實等情形，經查證屬實，除取消獲獎資格、追回獎勵外，參賽者須自負各項法律責任，與辦理單位無關；若造成辦理單位之損害，參賽者另應負損害賠償責任。 2. 本參賽人員（團隊）同意無條件將活動內所產出之作品（食譜或教案）無償授權予環境部，得將作品複製、重製、數位化等方式進行教育推廣、發表、展示、出版、上網公開或其他非營利目的使用。環境部得以創用 CC(Creative Commons)「姓名標示-非商業性（4.0 版）」標示授權。 3. 本授權為非專屬授權，授權人對授權著作仍擁有著作權。 		
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請以標楷體填寫。 2. 作品若為 2 人以上之共同著作，全體人員皆須簽署，否則本同意書視同無效，並取消甄選資格。 		
<p>此致 宜蘭縣政府環境保護局</p> <p>立授權書人（全體人員簽章）：</p> <p style="text-align: center;">中華民國 114 年 月 日</p>			

附件3

【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選 未成年人參加-法定代理人同意書

您好：

為了保障貴子弟的權益，請務必詳細的閱讀本同意書之各項內容。

1. 主辦單位宜蘭縣政府環境保護局委託本單位亞太環境科技股份有限公司（以下稱本單位）辦理「【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選」，因活動相關業務之需求，取得您自由提供的貴子弟個人資料，在個人資料保護法及相關法令之規定下，本單位將依法處理及利用貴子弟的個人資料。
2. 您所提供以下的個人資料：姓名及聯絡方式（包括但不限於電話號碼或聯絡地址）或其他得以直接或間接識別貴子弟個人之資料皆受本單位保全維護，並僅限於公務使用。
3. 您同意本單位以您所提供的個人資料確認貴子弟的身分，並與您進行聯絡、提供您本活動之相關資訊。
4. 您所提供之個人資料，若經檢舉或經本單位發現不足以確認貴子弟的身分真實性或其他個人資料冒用、盜用、資料不實等情形，本單位有權終止貴子弟參與本活動之相關權利。
5. 個人資料蒐集之特定目的消失或期限屆滿時，本單位將主動或依當事人之請求，刪除、停止處理或利用該個人資料。但因執行職務或業務所必須或經當事人書面同意者，不在此限。
6. 您瞭解此一同意書符合個人資料保護法及相關法規之要求，具有書面同意本單位蒐集、處理及利用您提供的個人資料之效果。

※簽署即視為您已詳閱並了解本同意書的內容，且同意貴子弟參加本單位辦理之「【首惜廚師】宜蘭縣惜食料理食譜暨教案甄選」並遵守所有事項，謝謝。

參賽者姓名：

法定代理人(監護人) 簽章：

身分證字號：

聯絡電話：

中華民國 114 年 月 日