

識飲識食小華陀  
天主教善導小學



# 老師研習

## 2024年2月6日



老師透過工作坊可以先了解有關主題，而且亦有親身體驗包藥的機會。

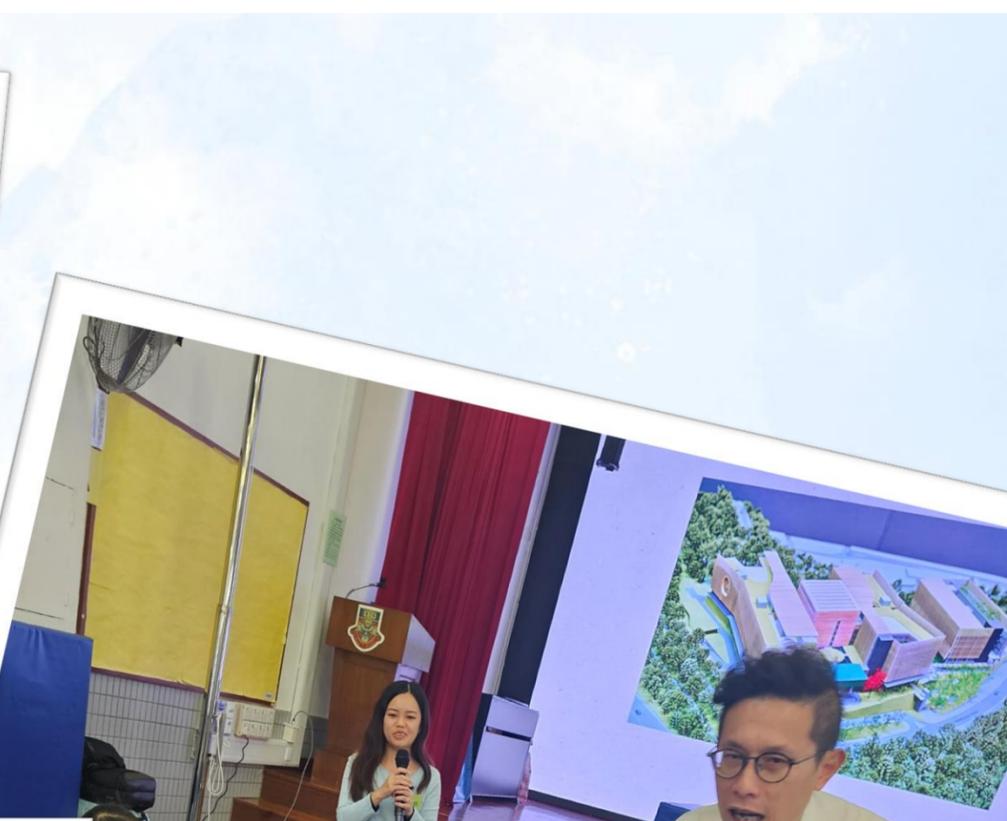


# 學生講座

2024年3月14日

2024年4月16日





# 五禽戲

學習的過程  
富趣味性，學生  
們均投入參與活  
動。



學生外出活動

玩學空間展覽活動

2024年5月14日







方式: 六人一組  
一人擲骰  
五人收集味道

目標:  
集齊五味,  
均衡飲食

增加一個  
增加一個甜味  
增加一個鹹味  
增加一個苦味  
增加一個酸味

甜味  
鹹味  
苦味  
酸味

五種可選一

苦  
鹹  
甜  
酸





玩學空間展  
覽的活動形式多  
樣化，學生可以

# 學生問卷



# 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

姓名：李晉樂 班別 4A 日期：五月十七日

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間
- 沒有用(1) 尚可(2-4) 一般(5-6) 頗為有用(7-8) 非常有用(9-10)



2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為有效(7-8) 非常有效(9-10)



試列舉原因及哪方面的內容

我學會了食物的性味分為——寒、涼、溫和熱四種性質。在四氣之外，還有平。原來平性食材食用後效果較平和，例如：雲耳。

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

天主教善導小學能夠成為第一間學校參與「識飲識食小華佗」的玩學空間，我覺得十分興奮！而且展覽日期只有二十天，機會難得。這次活動內容正好配合常識「清明飲食」單元，能夠邊玩邊學，不但令我加深了食物與健康的知識，還擴闊了我對中醫理倫的認知。



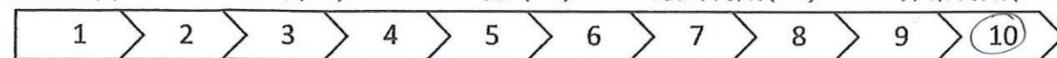
~~~~~完~~~~~

# 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

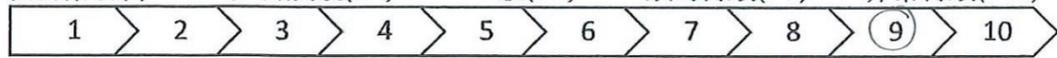
姓名：彭允希 班別 4C 日期：21-5-24

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間
- 沒有用(1) 尚可(2-4) 一般(5-6) 頗為有用(7-8) 非常有用(9-10)



2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為有效(7-8) 非常有效(9-10)

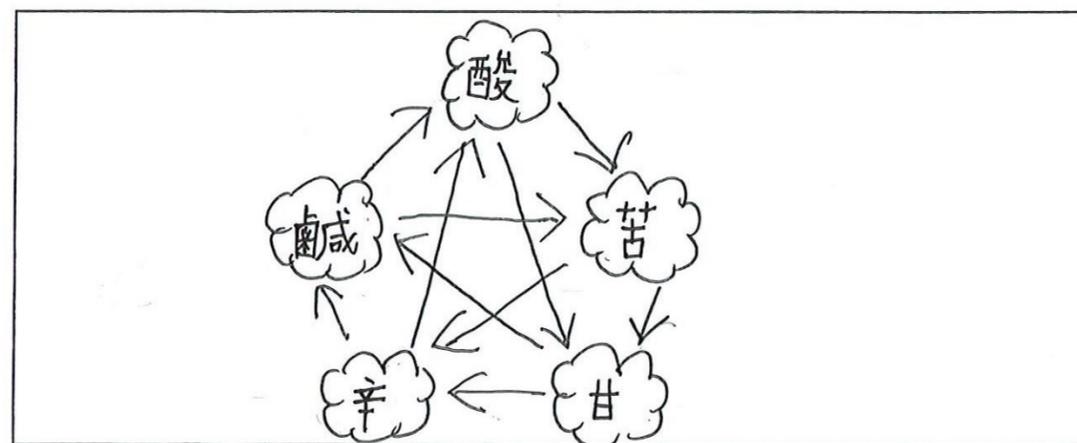


試列舉原因及哪方面的內容

會玩飛行棋來認識中醫藥文化，一邊做題目一邊學新知識。

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

我覺得這次的活動很有趣，不但讓我認識到中醫藥文化，而且還讓我可以看到中醫的展覽。我很期待下一次的「識飲識食小華佗」這個活動，也很希望下一次可以您們來到學校跟我們說更多的中醫知識呢！



~~~~~完~~~~~

# 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

姓名：羅正丞 班別 4C 日期：21-5-2024

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間
- 沒有用(1)      尚可(2-4)      一般(5-6)      頗為有用(7-8)      非常有用(9-10)

1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > **8** > 9 > 10

2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1)      少有成效(2-4)      一般(5-6)      頗為有效(7-8)      非常有效(9-10)

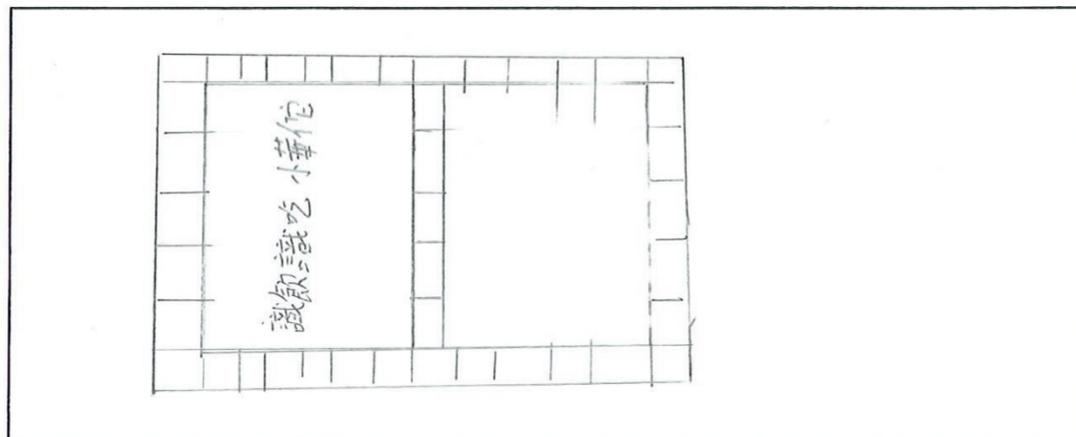
1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > **8** > 9 > 10

試列舉原因及哪方面的內容

玩飛行棋

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

很開心，令我對中醫的方面<sup>有</sup>更了解，不但可以認識更多關於中醫，還可以玩到不同的遊戲，最重要的是可以和朋友一起展覽，一起玩遊戲，讓我尋集資料，今天的活動令我感到又好玩又興奮。



~~~~完~~~~

# 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

姓名：施樂妍 班別 4C 日期：5月21日

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間
- 沒有用(1)      尚可(2-4)      一般(5-6)      頗為有用(7-8)      非常有用(9-10)

1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > **8** > 9 > 10

2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1)      少有成效(2-4)      一般(5-6)      頗為有效(7-8)      非常有效(9-10)

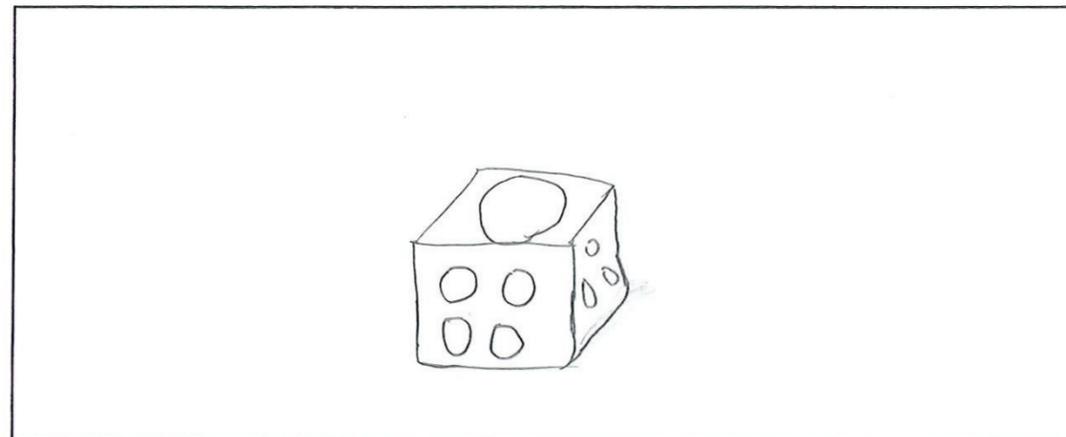
1 > 2 > 3 > 4 > 5 > **6** > 7 > 8 > 9 > 10

試列舉原因及哪方面的內容

因為中醫有四氣五味，我覺得十分有趣。

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

我覺得這次項目很有趣，因為我們玩了一個遊戲，還去填答案，更玩了一個 wordwall，十分有意思，老師還教我們什麼吃健康的食物。



~~~~完~~~~

# 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

姓名：饒柏源 班別：4C 日期：21-5-24

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間  
沒有用(1) 尚可(2-4) 一般(5-6) 頗為有用(7-8) 非常有用(9-10)

1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > 8 > 9 > **10**

2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為有效(7-8) 非常有效(9-10)

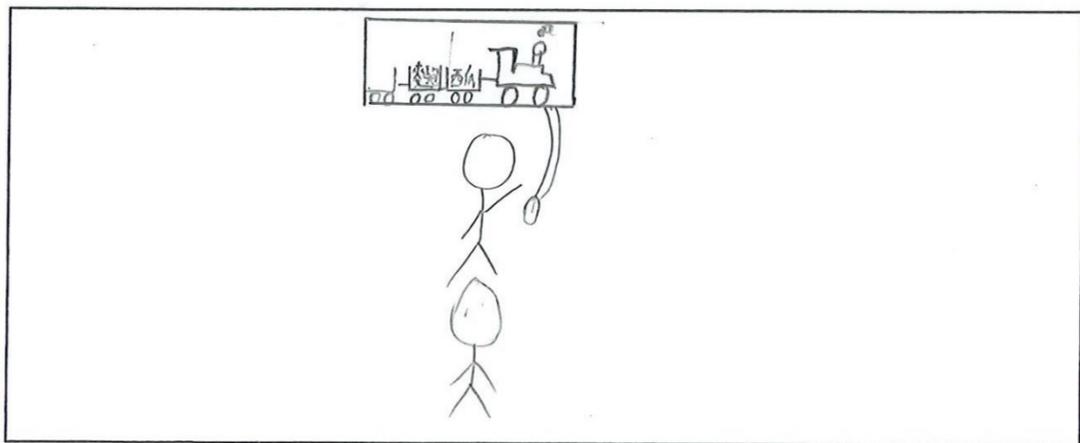
1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > 8 > 9 > **10**

試列舉原因及哪方面的內容

知道食物的屬性

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

這次項目令我大開眼界，因為我知道神農嘗百草和四氣五味需要平衡和玩khoot學食物的屬性。



~~~~~完~~~~~

# 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

姓名：馮鈺如 班別：4C 日期：21<sup>st</sup> May, 2024

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間  
沒有用(1) 尚可(2-4) 一般(5-6) 頗為有用(7-8) 非常有用(9-10)

1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > 8 > **9** > 10

2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為有效(7-8) 非常有效(9-10)

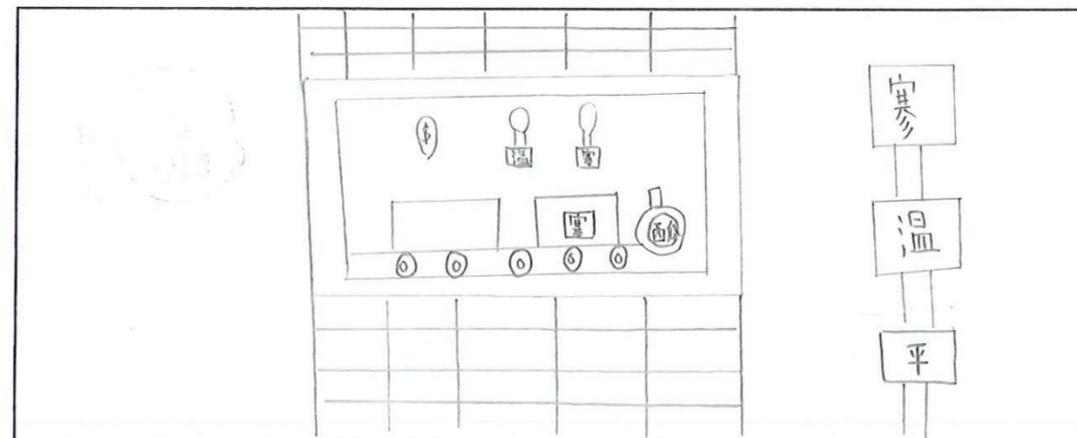
1 > 2 > 3 > 4 > 5 > 6 > 7 > 8 > **9** > 10

試列舉原因及哪方面的內容

又可以學習的飛行棋，十分有趣，還學習例如：認識四氣食物。

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

我感到有趣，當然除了玩，也會做一些工作紙，工作紙要周圍尋找不同的四氣，認識不同食物是哪種四氣，真的是既有趣又能新的知識。



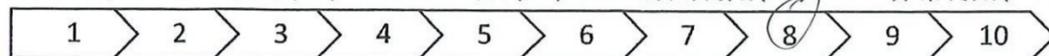
~~~~~完~~~~~

### 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

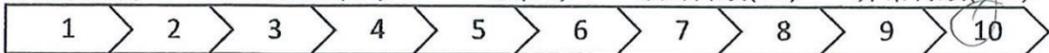
姓名：林道然 班別 4A 日期：20-5-24

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間  
 沒有用(1) 尚可(2-4) 一般(5-6) 頗為有用(7-8) 非常有用(9-10)



2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為有效(7-8) 非常有效(9-10)



試列舉原因及哪方面的內容

有，因為以神農嘗百草故事，帶出食物與藥物的關係

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

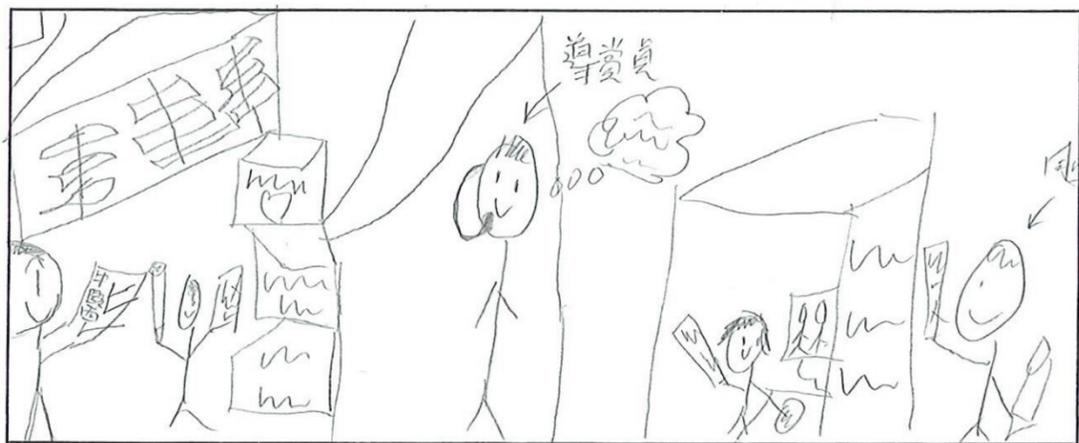
---



---



---



~~~~~完~~~~~

### 「識飲識食小華佗」學生報告

(請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷交回)

姓名：陳傲晴 班別 4C 日期：五月二十一日

1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間  
 沒有用(1) 尚可(2-4) 一般(5-6) 頗為有用(7-8) 非常有用(9-10)



2. 此項目能幫助增加對中醫藥文化的興趣和加深對中醫藥文化的認識？

沒有幫助(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為有效(7-8) 非常有效(9-10)



試列舉原因及哪方面的內容

四氣五味

3. 對是次項目的感受 (以不少於50字或加插圖畫、相片表達)

感受到中藥的性質和滋味，學小懂了藥性理論的基本內容。

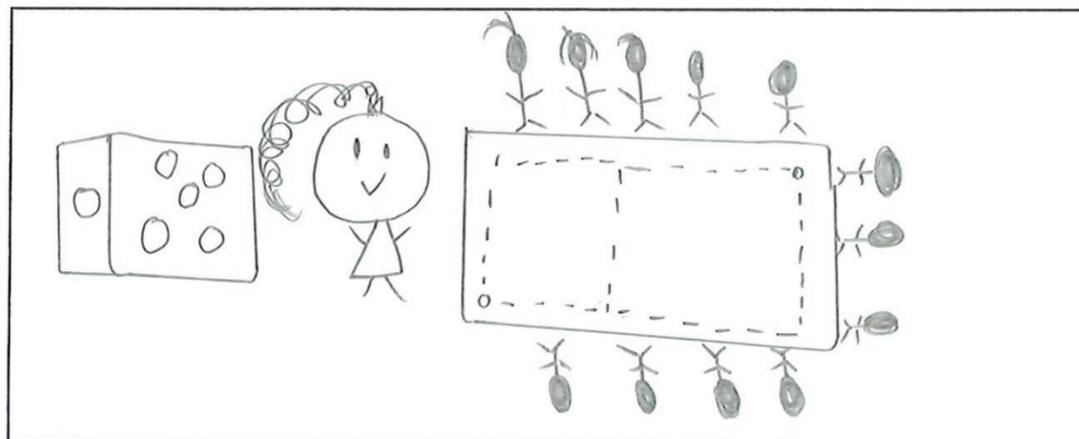
---



---



---



~~~~~完~~~~~

## 「識飲識食小華佗」意見調查

請圈出○合適的答案，並於 2024 年 6 月 14 日或之前，將填妥的問卷以 Whatsapp 上傳或電郵 info@cccfoundation.com.hk 給我們。

### 1. 校訪內容、「識飲識食小華佗」網頁內容及短片、「識飲識食小華佗」玩學空間

沒有用(1) 尚可(2-4) 一般(5-6) 頗為有用(7-8) 非常有用(9-10)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

其他意見：十分欣賞 貴機構的職員到場講解生動、清晰，而且內容亦很適合小學生。

### 2. 學員報告

擬備和提交活動報告的時間

非常不足(1) 尚可(2-4) 適中(5-6) 充足(7-8) 非常充足(9-10)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

其他意見：

### 3. 學校有否舉辦其他活動配合「識飲識食小華佗」項目？

有(請註明所辦活動：圖書館管理員參加了「童心童創·本草貼畫」比賽)

沒有

### 4. 此項目是否有效培養學生對中醫藥文化的興趣？

沒有幫助(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為有效(7-8) 非常有效(9-10)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

其他意見：

### 5. 此項目是否適宜在學校推行？

不適宜(1) 少有成效(2-4) 一般(5-6) 頗為適宜(7-8) 非常適宜(9-10)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

其他意見：

### 6. 若有相關延伸計劃，會否繼續參與？

會  不會  考慮

### 7. 對計劃的整體意見

十分欣賞此計劃的構思，讓小學生由生活中認識中醫藥的中國傳統文化，期望再有相關

的電子書或圖書，如五禽戲等主題，讓學生可作延伸閱讀及自學之用。

學校名稱：天主教善導小學

學校印鑑：



負責老師姓名：葉慧欣

日期：16-05-2024

~~~~~ 感謝貴校的寶貴意見！ ~~~~~

# 老師問卷

