

臺南市鹽水區歡雅國民小學 109 學年度健康促進學校評選說明

| | 項目 | 評 鑑 內 容 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------|
|  | 三、素養導向健康教學 <u>自評: 2%</u> | 1. 健康教育課程以生活技能及健康素養為導向之設計，並能呈現於個人教學檔案或教案中 |
| | | 3-1-5 健康教學活動成果表 |
| 學 校 執 行 狀 況 | | |
| <p>1. 制定符合全校健康教育課程以生活技能及健康素養為導向之設計及進行。</p> <p>佐證資料：</p> <p style="padding-left: 40px;">3-1-5：健康教學活動成果表</p> | | |



臺南市鹽水區歡雅國民小學健康教學活動成果表

| | | | |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|
| 議題名稱 | 黃金三角吃四方 | | |
| 日期 | 109年 07 月 06日 | 實施班級 | 二年甲班 |
| 簡述課程內容 | 由學生從家裡帶來的食物，並且觀察食物的種類與體驗進行組合成一碗最有營養的蔬果沙拉，並加強食物金字塔。 | | |
| 符合生活技能項目 (勾選) | <input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input checked="" type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。 | | |
| 符合核心素養項目 (勾選) | <input type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input checked="" type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input checked="" type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 <input type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 | | |

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：老師邀請學生解說食物金字塔



說明：播放 Do you like spaghetti Yogurt?影片



說明：讓學生說出喜歡或不喜歡的食物



說明：A4紙上畫出「最___」的食物組合



自製水果沙拉



品嘗時間



臺南市鹽水區歡雅國民小學健康教學活動成果表

| | | | |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|
| 議題名稱 | 肢體動作練習與呼拉圈運用 | | |
| 日期 | 109年 10 月 21日 | 實施班級 | 四年甲班 |
| 簡述課程內容 | 先暖身操與跑步暖身再來黏皮糖活動、上臂呼拉圈運動、回呼拉圈的家 | | |
| 符合生活技能項目 (勾選) | <input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input checked="" type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input checked="" type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。 | | |
| 符合核心素養項目 (勾選) | <input checked="" type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 <input type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 | | |

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：黏皮糖活動



說明：回呼拉圈的家



說明：分組練習後，學生一一投籃，並互相觀摩。



說明：教師講解並練習



說明：分組套圈



說明：角標活動



臺南市 109 學年度歡雅國民小學健康教學活動成果表

| | | | |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|
| 議題名稱 | 投籃高手 | | |
| 日期 | 109年 11 月 25日 | 實施班級 | 五年甲班 |
| 簡述課程內容 | 透過教師動作示範，同學在同儕分組間互動及觀摩學習並勇於嘗試投籃，慢慢找到適合自己的投籃方式，並會運用膝蓋彎曲反彈讓身體自然帶動籃球，順利投進籃框。 | | |
| 符合生活技能項目 (勾選) | <input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input checked="" type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input checked="" type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。 | | |
| 符合核心素養項目 (勾選) | <input type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input checked="" type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 <input type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 | | |

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：學生分組討論投球技巧



說明：教師講解與示範後，學生分組練習。



說明：分組練習後，學生一一投籃，並
互相觀摩。



說明：教師講解並示範投球技巧與動作。