

# 臺南市 111 學年度左鎮國民小學辦理營養教育 健康促進

## 相關增能活動成果表

活動名稱	膳食纖維~蔬果、全穀及天天吃早餐活力健康每一天融入教學宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111 年 9 月 26 日	參加人數	13	13	2
簡述活動內容	營養教育融入教學宣導及發放學習單了解教學成效。衛教單張放在聯絡簿向家長宣導。			

### 佐證資料(宣導照片)



說明：『黃金比例 221』營養教育。



說明：『設計健康餐點』學習單-學生創作，藉此增強好習慣養成。



說明：健康教育融入營養議題宣導後有獎徵答活動，提供文具用品。



說明：表揚營養學習單優良學生，並把作品放在公佈欄，讓學生感到榮譽。

# 臺南市 111 學年度左鎮國民小學辦理視力保健健康促進

## 相關增能活動成果表

活動名稱	『均衡飲食金字塔』及『每天兩份奶』融入教學宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111 年 12 月 15 日	參加人數	7	0	1
簡述活動內容	『視力保健』融入教學宣導，課後進行有獎徵答及藉由遊戲更可加深學生視力保健認識。學生體驗盲人生活不便，表示要好好愛護眼睛。			
佐證資料(宣導照片)				
				
說明：過眼球模型講解『眼球構造』。		說明：近視是一種疾病，高度近視會導致失明。介紹造成近視原因。		
				
說明：分組進行『遠離惡視力，護眼起步走』大富翁比賽，以利了解學習成效。		說明：學生體驗盲人生活不便，反思要愛護眼睛。		

# 臺南市 111 學年度左鎮國民小學辦理性教育健康促進

## 相關增能活動成果表

活動名稱	介紹青春期中身體變化及生理期知識			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111 年 11 月 4 日	參加人數	7	0	2
簡述活動內容	講述生理期身體及心理變化、生理期間身體保養、請學生示範衛生棉正確使用方式。			
佐證資料(宣導照片、計畫等)				
				
說明：身體期間抵抗力弱要注意保暖。		說明：正確使用衛生棉，請學生上台示範。		
				
說明：分組討論月經週期計算。		說明：有獎徵答活動。		