

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	學生結合健康促進議題進行全校性宣導		
日期	111 學年度	實施班級	全校
簡述課程內容	透過學生議題宣導，以戲劇的方式結合健康促進概念，提升學生生活常識。		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 自我監控 <input 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 checked="" 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：學生議題宣導：三年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導反菸拒檳-香菸的可怕		說明：學生議題宣導：三年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導反菸拒檳-抽菸的壞處	
			
說明：學生議題宣導：三年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導反菸拒檳-檳榔的危害。		說明：學生議題宣導：三年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導反菸拒檳-反菸拒檳標語呼籲。	



說明：學生議題宣導：四年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導口腔保健-偷懶不刷牙導致蛀牙。



說明：學生議題宣導：四年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導口腔保健-不刷牙導致的口臭讓人不適。



說明：學生議題宣導：四年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導口腔保健-刷牙帶動唱。



說明：學生議題宣導：四年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導口腔保健-刷牙帶動唱。



說明：學生議題宣導：六年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導視力保健-視力檢查表演。



說明：學生議題宣導：六年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導視力保健-視力檢查表演。



說明：學生議題宣導：六年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導視力保健-花花說明錯誤用眼的習慣。



說明：學生議題宣導：六年班學生透過戲劇表演向全校師生宣導視力保健-全班說明正確用眼的方式。



說明：學生議題宣導：五年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導健康體位-平常的壞習慣導致肥胖。



說明：學生議題宣導：五年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導健康體位-健康檢查收到一堆紅字。



說明：學生議題宣導：五年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導健康體位-85210 宣導。



說明：學生議題宣導：五年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導健康體位-85210 宣導。



說明：學生議題宣導：四年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導交通安全-開車錯誤示範。



說明：學生議題宣導：五年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導交通安全-開車應繫安全帶。



學生議題宣導：四年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導交通安全-繞口令宣導開車騎車注意事項。



學生議題宣導：四年甲班學生透過戲劇表演向全校師生宣導交通安全-四甲導師再次複習開車騎車正確觀念。

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	防災演練		
日期	111 學年度	實施班級	全校
簡述課程內容	每學期辦理全校地震與火災演練活動，透過地震就地避難演練、空地疏散、火災逃生解說和練習使用滅火器，教導學生如何避難自救。		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input checked="" 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 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：師生確實就地避難掩護		說明：全校師生往操場進行疏散避難	
			
說明：全校師生於操場集合點名		說明：搶救組於教室尋獲受傷學生	



說明：針對起火點進行滅火



說明：護理師對受傷學生進行包紮



說明：滅火器實際使用



說明：滅火器實際使用

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	食育課程		
日期	111 學年度	實施班級	一年級
簡述課程內容	結合冬至與聖誕節，讓學生進行湯圓及蛋糕DIY，結合下營在地食材，讓學生吃得健康並且減少碳排放。		
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 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 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教師講解湯圓製作步驟。		說明：教師講解湯圓製作步驟。	
			
說明：學生進行湯圓DIY。		說明：學生進行湯圓DIY。	



說明：學生享用 DIY 手作湯圓。



說明：學生享用 DIY 手作湯圓。



說明：教師講解蛋糕製作步驟。



說明：教師講解蛋糕製作步驟。



說明：學生進行蛋糕 DIY。



說明：學生進行蛋糕 DIY。

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	食魚教育		
日期	111 學年度	實施班級	一年級
簡述課程內容	魚的營養價值極高，但只有買對魚、吃對魚，才能年年有魚，請為海洋教育盡一份力。		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input 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 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教師宣導海鮮吃的對有助益海洋保護。		說明：教師講解各種魚類的營養成分。	
			
說明：教師講解各種魚類的營養成分。		說明：教師宣導買對魚、吃對魚，才對身體健康有幫助，也才能年年有魚。	

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	健康體位		
日期	111 學年度	實施班級	體位不良控制班
簡述課程內容	針對體位不良學生成立體位控制班，透過下課時間進行慢跑、跳能等體育活動。		
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 checked="" 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 checked="" 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：護理師針對體位不良控制班於下課時間進行營養教育。		說明：護理師針對體位不良控制班於下課時間進行營養教育。	
			
說明：體位不良控制班於下課時間進行體育活動		說明：體位不良控制班於下課時間進行體育活動	

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	身體自主權		
日期	111 學年度	實施班級	全校
簡述課程內容	透過身體自主權介紹，讓學童懂得保護自己，懂得如何拒絕		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 自我監控 <input 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 checked="" 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不		說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不-影片及繪本觀賞	
			
說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不-影片及繪本觀賞		說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不-影片及繪本觀賞	

賞



說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不-身體自主三步驟教學

賞



說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不-我的身體界線教導



說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不-學生發表



說明：教師進行性別議題宣導-我的身體我來保護、身體自主勇敢說不-學生發表

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	資訊安全素養		
日期	111 學年度	實施班級	全校
簡述課程內容	透過教師全校授課，針對日益嚴重的網路成癮問題，讓學生自主檢視是否有網路成癮的問題，以及如何戒除網路成癮。		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" 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 checked="" 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教師詢問學生是否有網路成癮的狀況？		說明：教師講解網路過度使用可能會發生的情形。	
			
說明：教師講解網路成癮對自己的影響。		說明：教師講解網路成癮對自己的影響。	



說明：教師請學生透過五點檢視自己是否網路成癮。



說明：教師講解五步戒除網路成癮。



說明：教師教導手機成癮戒斷六招。



說明：教師教導學生情緒困擾心理健康資源。



說明：資安素養網路沉迷線上測試資源分享。



說明：學生資安素養網路沉迷線上測試時作。

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	認識校園安全，你我才安全		
日期	111 學年度	實施班級	全校
簡述課程內容	透過教師全校授課，針對校園安全問題，讓學生從簡報中找出錯誤的行為，進而學到正確的安全行為。		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" 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 checked="" 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教師講解為什麼校園容易出現危險的行為樣態。		說明：教師說明教室內可能出現的危險有那些。	
			
說明：教師讓學生找出簡報內的錯誤行為。		說明：教師強調走廊不奔跑，安全沒煩惱。	



說明：教師說明如何避免校園內可能出現的危險。



說明：教師讓學生找出簡報內的錯誤行為。



說明：教師讓學生找出簡報內的錯誤行為。



說明：教師讓學生找出簡報內的錯誤行為。

## 臺南市 111 學年度甲中國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	運動的好處		
日期	111 學年度	實施班級	全校
簡述課程內容	結合閩南語宣導，讓學生能理解運動的好處。		
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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教師請學生分享運動的好處。		說明：教師請學生分享運動的好處。	
			
說明：教師再次總結運動的好處。		說明：閩南語全校宣導的文章。	