

## 【附件2】

## 臺南市111學年度玉豐國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	各年級實施健康課程活動成果表		
日期	學期中	實施班級	全校班級
簡述課程內容	1. 推廣跳繩和大跑步運動並自行記錄於自主登記表，上傳於體適能網站。 2. 配合董氏基金會的健康吃快樂動，融入於健體領域 3. 配合食農教育，使用在地食材與自產蜂蜜，讓學生手做並吃 出健康 4. 登月計畫-讓學生認識自己的身體 5. 配合社區協會，與長者一起運動 6. 進行防制藥物濫用繪圖，並推派反毒大使進行宣導 7. 護理師與鄰近院校宣導健康促進議題 8. 雙語融入健體課程		
符合生活技能 項目(勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 做決定 <input checked="" 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 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 checked="" 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 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)			

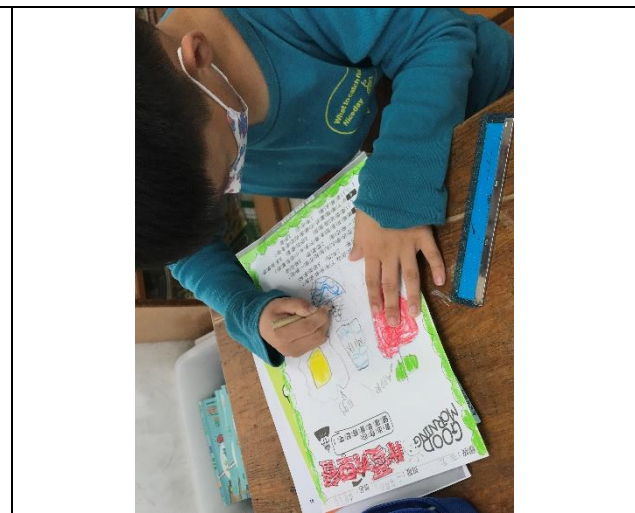


體適能資料庫游泳與自救能力上傳管理系統  
Version 3.0

系統首頁 | 111公告 | 修改密碼 | 111公告查詢 | 公告查詢 | 公告查詢 | 個人帳號管理 | 退出系統

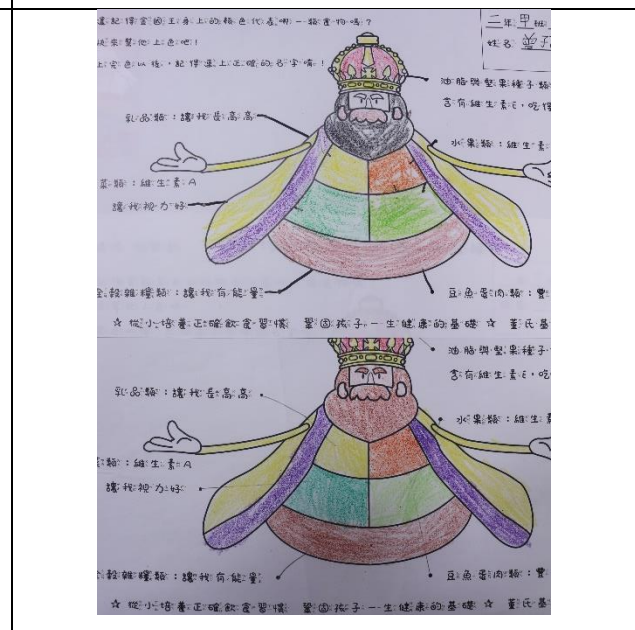
里程統計

日期	人數	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	總計
二至四級	11	4	4	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	14
三至四級	16	4	4	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	16
二至三級	11	18	20	20	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	60
一至二級	19	15	15	15	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	60
六至七級	17	9	9	9	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	36
八至九級	11	11	11	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	44



說明：將自主運動登記表填入體適能里程數

說明：健康吃快樂動學習單



說明：健康吃快樂動學習單

說明：健康吃快樂動學習單



說明：教師進行武術教學

說明：教師進行健康課教學



說明：食農教育-蜂蜜蛋糕製作



說明：食農教育-蜂蜜蛋糕製作



說明：食農教育-在地蓮子



說明：食農教育-在地藕粉



說明：食農教育-水耕農場



說明：食農教育-水耕農場



說明：登月計畫-月經教學



說明：登月計畫-月經教學



說明：女性衛生講座



說明：校園海報張貼



說明：與社區長者一起做上肢肌力訓練



說明：與社區長者一起做上肢肌力訓練



說明：進行防制藥物濫用繪圖，並推派反毒大使進行宣導



說明：進行防制藥物濫用繪圖，並推派反毒大使進行宣導



說明：護理師含氟漱口水教學



說明：護理師含氟漱口水教學



說明：護理師牙線使用教學



說明：護理師牙線使用教學





說明：[雙語健體 - 牙膏口味選擇](#)



說明：[雙語健體 - 數牙齒數量](#)



說明：[雙語健體 - 健康操](#)



說明：[雙語健體 - Tchoukball](#)





說明：[雙語健體 - Soapberry Tree](#)




說明：[雙語健體 - How to Use Soapberries](#)



Stop  **Red** ⇒ **Stop**

Look  **Green** ⇒ **Go**

Listen  **Orange** ⇒ **Slow down**  
**Yellow**

### 二年級健體-雙語教材

如果鼻子不舒服，應該怎麼做呢？



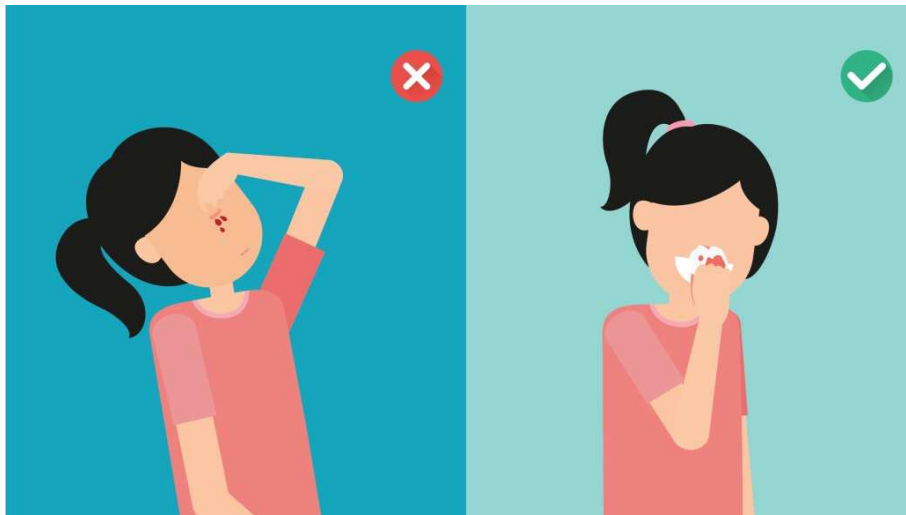
流血時，頭向前傾，用手指捏住鼻翼。



**動動腦時間**  
還有哪些情況會造成流血？

**How to Stop a Nosebleed?**  
Student: **I have a nosebleed.**  
Teacher: **Sit down. Lean forward. Pinch.**

<https://www.youtube.com/watch?v=K4KWO0FnwGc>



<https://www.michiganmedicine.org/health-lab/10-ways-stop-bloody-nose>

### What Can You Recycle?

單元

### 3 健康的生活環境

影音頻道

能發揮公德心愛護環境，並靈活運用學校、社區健康資源的人，就是一個健康小尖兵。想一想，小澤和小璇誰是健康小尖兵呢？

小澤帶杯子到學校裝開水喝。

小澤到社區藥局領藥時，仔細聆聽藥師的叮嚀。

小澤做好垃圾分類，不亂丟垃圾。

38

<https://www.starfall.com/h/holiday/earthday/?sn=main>

