臺南市111學年度東區大同國小健康教學活動成果表

議題名稱	視力保健(eye 讓「視」界更美麗)		
日期	111年10月26日	實施班級	三年級
簡述課程內容	現場教學發現學童忽略視力保健的重要性，導致長期的不良用眼習慣與平日欠缺護眼行動的實踐，引導孩子體認愛護眼睛的重要性，學習落實視力保健行為所需的生活技巧，在生活中實踐護眼行動，建立健康的生活型態。		
符合生活技能項目(勾選)	■做決定■批判思考□解決問題■自我覺察□情緒調適 □抗壓能力■自我監控■目標設定□同理心■合作與團隊作業 □人際溝通能力□倡導能力□協商能力■拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）		
符合核心素養項目(勾選)	■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。 ■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。 □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。 ■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。 □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。 □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。 □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。 ■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。 ■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：健康課進行視力保健議題	說明：教師講解眼睛的構造
說明：教師提醒學生用眼須適度休息	說明：教師說明保持正確的姿勢讀寫
說明：教師說明均衡飲食以維持視力保健	說明：學生書寫學習單

議題名稱	健康體位(在地小農，健康吃法式吐司)		
日期	111年11月11日	實施班級	五年級
簡述課程內容	飲食教育就是最基礎的生活教育，孩子長期欠缺接觸食材或是烹調食物的經驗，對於食物的選擇，自然無感也無從辨識。事實上，孩子如果對於料理食物的基本技能毫無概念，自然不會理解料理中食材來源的重要性，更不會關切每道料理中油、鹽、糖等隱形食材的影響。 藉由從在地農場帶回的天然食材:雞蛋與蜂蜜，帶領學生自製法式吐司，了解「吃」對於健康體位的重要性。		
符合生活技能項目(勾選)	■做決定■批判思考□解決問題■自我覺察□情緒調適 □抗壓能力■自我監控□目標設定□同理心■合作與團隊作業 □人際溝通能力□倡導能力□協商能力■拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）		
符合核心素養項目(勾選)	■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。 ■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。 □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。 □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。 □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。 ■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。 □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。 ■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。 ■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。		

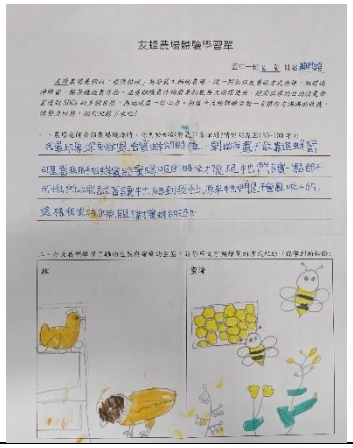
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)

說明：學生到在地農場體驗採蜂蜜

說明：學生到在地農場體驗正確撿拾雞蛋的方式

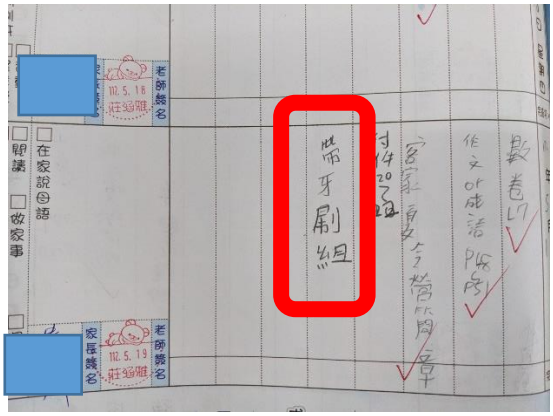
說明：學生親自體驗使用在地蜂蜜與雞蛋製作法式吐司的過程

說明：學生製作法式吐司的過程



說明：學生完成之學習單

議題名稱	口腔保健(健康素養好口腔)		
日期	112年5月30日	實施班級	五年級
簡述課程內容	每天刷牙是牙齒健康的關鍵因素，從小養成正確刷牙習慣是一件非常重要的事。教學目標就是透過影片分享，讓學生學習正確的刷牙技巧，除此之外，在每天午餐後確實進行潔牙練習，並於每周二進行一次含氟漱口水，達到口腔保健之效果。		
符合生活技能項目(勾選)	■做決定■批判思考□解決問題■自我覺察□情緒調適 □抗壓能力■自我監控■目標設定□同理心■合作與團隊作業 □人際溝通能力□倡導能力□協商能力■拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）		
符合核心素養項目(勾選)	■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。 ■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。 □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。 ■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。 □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。 □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。 □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。 ■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。 ■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：老師講解督導式潔牙方法	
	
說明：教師說明貝氏刷牙的技巧	說明：學生聯絡簿註記攜帶牙刷組到校
說明：學生進行飯後潔牙	說明：學生進行含氟漱口水