【附件2】

臺南市111學年度中西區成功國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	健康作伙來		
日期	112年　3 月 15　日	實施班級	三 年　二 班
簡述課程內容	從健康課本發想，配合餐前五分鐘影片到午餐教育網站營養教育專欄，帶學生認識各式食物營養價值及迷思，並透過課程討論，嘗試尋找食物的營養配方，分組練習試做、試吃，真正動手做，讓飲食教育不止是紙上談兵，更能真正親身體驗。		
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）等不列計。		
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：餐前五分鐘

說明：飲食迷思影片

說明：健康餐盤課程	說明：上課時，完成健康飲食學習單
說明：回家作業，完成營養學習單	說明：廚藝大比拚
說明：分組蒸蛋製作	說明：玉米濃湯製作

【附件2】

臺南市111學年度中西區成功國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	健康一起來，疾病不會來		
日期	112年 6月 1 日	實施班級	一年　一 班
簡述課程內容	從五官體驗開始，帶領學生覺察五官的功用，並提示保護各器官的方法，隨著疫情升溫、各式傳染病流行，指導學生從自身保護的小祕訣做起，做好各項預防措施，疾病就不會靠近。		
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）等不列計。		
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：老師授課	說明：老師示範		

說明：老師協助調整遮蔽的位置	說明：兩兩分組體驗
說明：如果沒有眼睛，世界會怎麼樣？	說明：結語討論
說明：用過的口罩，摺好再丟	

【附件2】

臺南市111學年度中西區成功國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	優點大轟炸		
日期	112年　5月 9　日	實施班級	一 年　二 班
簡述課程內容	透過討論、發表及海報製作，讓學生覺察自身及同學優點，並學習和不同同學相處，培養正向、積極的生活態度。		
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）等不列計。		
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：分組討論各自的優點	說明：開心討論與創作		

說明：和同學一邊討論、一邊寫，好開心	說明：原來我在同學的眼中，有這麼多我沒發現的優點
說明：第一次登台報告，好緊張	說明：優點大轟炸，正式發表
說明：優點大轟炸作品欣賞	說明：滿滿的正能量，大家都很認真

【附件2】

臺南市111學年度中西區成功國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	四肢協調性訓練		
日期	112年 3月 21日	實施班級	五年　一 班
簡述課程內容	由體適能測驗，發現學生各項較需加強的地方，再透過簡易的動作，加強學生的四肢協調能力，強化肌力及身體的耐力。		
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）等不列計。		
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：先進行各項體適能測驗		說明：先進行各項體適能測驗	

說明：開合跳	說明：胯下拍手
說明：抬腿	說明：毽子踢
說明：暖身過後，心肺功能加強	說明：跑步、心肺、體能強化訓練