

8-1-1



學校推動健康促進計畫特色

p.1

踴躍參加
普及化運動

創意兒童節
系列活動

p.5

「樂活月」
班際體育競賽

p.11



賢北
生態蝴蝶園

p.19

踴躍參加
健康促進市級
競賽

p.24

豐富的親職
教育活動

p.16



正向心理健康~
探索教育

p.36

「賢北盃」
健康知識
大挑戰

p.29

p.39

賢北
文創小物



多元
課後社團

p.46

申請正向心
理健康社群

p.41



賢北國小

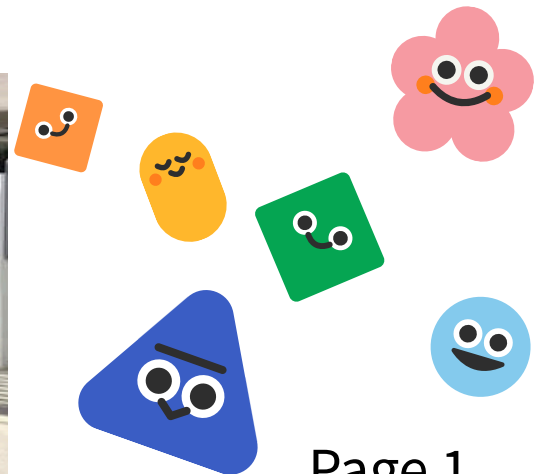


臺南市113學年度賢北國民小學

馬拉松接力班際對抗賽



五年六班的孩子們利用時間加強練跑
每每都汗水淋漓 內心交戰
但是他們都支撐下來了
恭喜 孩子們榮獲五年級甲組**第三名**





臺南市113學年度賢北國民小學

國民中小學大隊接力班際對抗賽

接出了全市**第七名**
的好成績





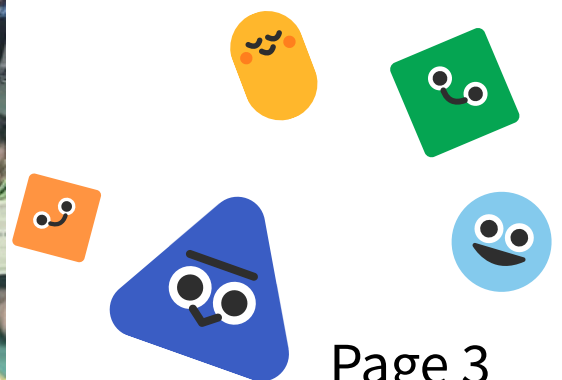
臺南市113學年度賢北國民小學

普及化運動跳繩接力賽



臺南市辦理教育部體育署113學年度國中小學生普及化運動全市跳繩接力決賽

孩子們帶回的好成績！
四年級組第四名
五年級組優勝
六年級組第二名





臺南市113學年度賢北國民小學

「賢北盃」



普及化運動跳繩接力賽



恭喜

401、506、
601的孩子們
取得代表學校參
加市賽的門票



臺南市北區賢北國小 113 學年度「兒童節系列活動--賢北星光舞台」實施計畫

一、依據：

依據 113 學年度第二學期校務行事曆。

二、實施目標：

- (一) 透過舞台演出展現學生多元藝能，實現小小演出家夢想。
- (二) 學生人人上台、個個展藝，進而讓歡笑聲滿校園，發展成學校人文特色。

三、主辦單位：學務處

四、活動期程

演出形式	舉辦時間	辦理地點	說明
各班---初選	即日起~2/28(五)	教室	請導師與音樂老師協助選出表演同學。
複選—星光選秀	3/7(五)	風雨球場	甄選時請自選表演段落，以不超過 3 分鐘為原則。
彩排	4/1(二)	風雨球場	
決賽--星光舞台	4/2(三)	風雨球場	決賽表演人員需與複選時報名人員相通。

五、表演形式：以非音樂性演奏類的活動為主，例如：歌唱、舞蹈、相聲、魔術等。

- (一) 表演時間以不超過 5 分鐘為限。
- (二) 語言、形式不限，請自備道具、舞群、音樂。

六、獎勵方式：

- (一) 各班報名複選的學生均登錄榮譽卡 3 格以茲鼓勵。
- (二) 獲得最終演出的同學均登錄榮譽卡 5 格以茲鼓勵。
- (三) 本次競賽分為低年級組、中年級組及高年級組，每組取 2 名優勝組別 (Super Star)，共 6 名。獎金 1200 元。若各組報名組數不足 2 組，2 名優勝名額可流通至其他組別。除六名優勝組數外，亦會評選出最佳創意獎 (你真的好會獎)、最佳人氣獎 (賢北爆紅獎)、最佳道具獎 (精彩道具 open 獎)、最佳服裝獎 (服裝設計搖擺獎) 及最佳合作獎 (齊心協力贏大獎) 各一名，獎金 800 元。

七、評分方式：





- (一) 評分標準：
 1. 演出內容 40%：是否具有創意、以及能激勵人心向上、向善發展。
 2. 表演技巧 30%：聲音、肢體、情感、臺風、時間控制、背景音樂等。
 3. 表演創意 30%：劇本、服裝、道具、與觀眾互動技巧等。
- (二) 聘請相關專業老師擔任評審。針對演出內容、表演技巧、與表演創意進行審核，以 100 分為滿分。積分加總後，於比賽當日公布結果。

八、經費來源及概算：由本校家長會全額補助。

項目	金額	備註
獎金	11200	1200 元*6 組+800 元*5 組=11200 元
評審費	4800	800 元*2 時*3 人=4800 元
音響承租	10000	
合計	26000	

九、本次報名採線上報名，請點選連結：<https://forms.gle/aKE2AShCdPVTqpsJ9> 完成報名。

十、本計畫陳請校長核定後施行，修正時亦同。

承辦人： 學務主任： 校長：
家長會總幹事：



臺南市113學年度賢北國民小學

市模範兒童評選隆重場



校內市模範兒童評選，六年級各班都推出了班上優秀的選手來角逐這項榮譽，且選手們也都使出渾身解術來為自己及為班級爭光





臺南市113學年度賢北國民小學

「五星楷模」表揚



- ✓服務之星
- ✓智慧之星
- ✓運動之星
- ✓品德之星
- ✓藝術之星





臺南市113學年度賢北國民小學

星光舞台閃亮登場



舞台上，歌聲嘹亮、舞姿優雅、扯鈴飛舞、相聲幽默、樂器悠揚，還有氣勢磅礴的武術表演





臺南市113學年度賢北國民小學

星光舞台~氣球葛格秀



超酷的折氣球教學，還有「人入氣球」特技





臺南市113學年度賢北國民小學

兒童節禮物尋寶大作戰



這次的挑戰不只是考驗大家的觀察力和團隊合作，還藏著一份超驚喜的禮物喔！



臺南市賢北國小 113 學年度第二學期推動樂活計畫提升學生體適能

「樂活月」各年級班際體育競賽實施辦法

壹、依據

本校 113 學年度第二學期行事曆辦理。

貳、目標

- 一、透過每週樂活運動時間，培養學生運動習慣的養成。
- 二、利用班級體育活動，達到每天運動 30 分鐘，一週累積 210 分鐘。
- 三、落實「一人一運動」，提升學生體位適中比率，促進身心健康成長。
- 四、藉由班際競賽提升學生學習興趣與成效。

參、比賽時間

114 年 4 月 7 日（星期一）～114 年 5 月 30 日（星期五）之晨光時間

肆、各年級比賽項目內容

序號	年級	日期	時間	比賽項目	地點	裁判
1	一年級	5/19（一）	8：00～8：15	呼拉圈	風雨球場	國鎮、婉妤、亭佳
2	二年級	5/19（一）	8：15～8：30	跳繩	風雨球場	國鎮、婉妤、亭佳
3	三年級	5/21（三）	8：00～8：30	扯鈴	風雨球場	國鎮、婉妤、亭佳
4	四年級	5/5-5/16	8：00～8：30	羽球 (分組循環賽)	風雨球場	國鎮、婉妤、亭佳
5	五年級	4/7 至 5/30	8：00～8：30	樂樂足壘球 (分組循環賽)	操場	國鎮、婉妤、亭佳
6	六年級	4/7 至 5/30	8：00～8：30	樂樂足壘球 (分組循環賽)	操場	國鎮、婉妤、亭佳

伍、活動獎勵：

1. 一至六年級各年級組取前三名，頒發前三名班級獎狀乙張。
2. 一至六年級各學年第一名班級之級任老師嘉獎乙次。

陸、辦理本活動之相關人員，依權責提請敘獎。

柒、本辦法經校長核可後實施，修正亦同。

承辦人：

教師兼體育組長 潘國鎮

主任：

教師兼學生事務主任 黃璋莉

校長：

臺南市賢北國民小學校長 王韋程



臺南市113學年度賢北國民小學

一年級樂活月競賽~呼拉圈



配合教育部體育署「SH150
方案」以及「普及化運動計
畫」，希望藉此培養孩子們
規律運動習慣，強化體適能





臺南市113學年度賢北國民小學

二年級樂活月競賽~跳繩競賽



配合教育部體育署
「SH150方案」以
及「普及化運動計
畫」，希望藉此培
養孩子們規律運動
習慣，強化體適能





臺南市113學年度賢北國民小學

三年級樂活月競賽~扯鈴



扯鈴是賢北國小體育發展
的重點項目之一
今年比賽的安排上則是配
合全國各級學校民俗體育
競賽中的競速與拋準





六年級樂活月~樂樂足壘球



足壘球賽採分組循環賽，
一場場的比賽，一次次增
進班級友誼和團隊合作的
完美機會





臺南市113學年度賢北國民小學

蝴蝶福臺 福至賢北



今年建置出來的蝴蝶園，未來會有很多的孩子都能一起陪著蝶寶寶成長羽化成蝴蝶，讓幸福來至賢北





臺南市113學年度賢北國民小學

蝴蝶福臺 福至賢北



要讓孩子們可以親自照顧蜜源和食草植物，讓蝴蝶媽媽願意來產卵，蝴蝶寶寶可以健康長大。



邀請到園藝專家來幫孩子們講解認識這些誘蝶植物。



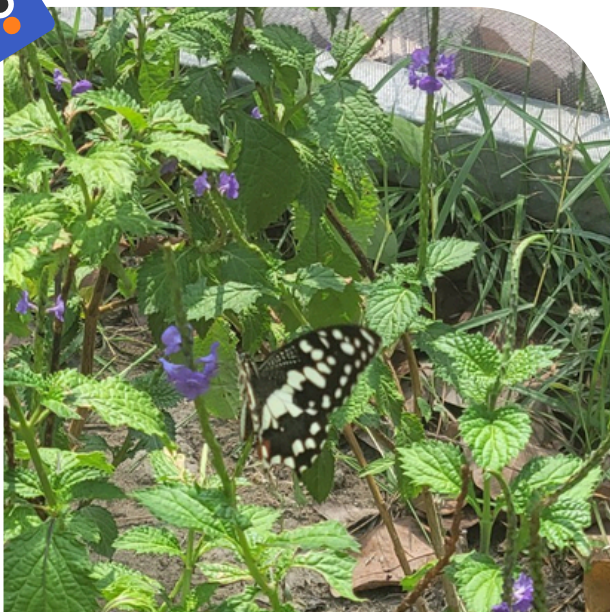


臺南市113學年度賢北國民小學

蝴蝶福臺 福至賢北



我們的蝴蝶園雖然是草創期，植物還沒長成大樹，就受到蝴蝶媽媽的青睞。頻頻來到花園裡流連，眼尖的小志工們驚喜的發現有蝴蝶寶寶了耶！





臺南市113學年度賢北國民小學

健康知識大挑戰



全市第一！我們是健康知識小達人



504的五位健康小尖兵——謝定言、郭秉叡、蔡宇澄、賴品嘉、涂芯慈，他們默契十足、反應迅速，在比賽中一路過關斬將，展現出超強的實力與團隊合作精神





臺南市113學年度賢北國民小學

健康促進逗陣行答喙鼓比賽

臺南市113學年度「健康促進逗陣行」答喙鼓比賽報名表



表演主題：

學校 名稱	中文：臺南市 北 區 賢北 國民小學		
	英文：：Tainan Municipal Bei District Sianbei Elementary School		
學生 姓名	中文：張 英文：Chang,	班級	5 年 3 班
	中文：楊 英文：Yang,	班級	6 年 5 班
指導人員 (1 名)	職稱：代課老師 中文：陳 英文：Chen,	聯絡電話	(o)：3501433#823
			手機：
管理人員 (1 名)	職稱：衛生組長 中文：蕭 英文：Hsiao,!	聯絡電話	(o)：3501433#823
			手機：

備註：

- 1.如為代（理）課及實習教師請務必註明。
- 2.英文校(姓)名請查明後填列。
- 3.英文姓名英譯格式，例：王大明 Wang Ta-ming。

學校承辦人姓名：蕭

聯絡電話：



臺南市113學年度賢北國民小學

校園健康主播



臺南市113學年度健康促進學校校園健康主播評選報名表

收件編號 (主辦單位填寫):					
學校名稱		中: 賢北國小 英: Tainan Municipal North District Sianbei Elementary School			
作品名稱		戶外新體驗, 視力做陣行			
作品長度		4 分 21 秒			
參賽人員(主播、採訪等, 僅供填寫學生姓名), 以5人為限					
身分別	姓名	英文名字	身分別	姓名	英文名字
學生	許	HSU,	學生	林	LIN
學生	許	HSU.LING-	學生		
學生	吳	WU,	學生		
指導與管理人員 (合計2人以內) 教職員工(含代理代課、實習教師), 與社區藥師、家長等。			職稱	姓名	英文名字
		指導人員	導師	王	Wang
		管理人員	衛生組長	蕭	Hsiao
學校主要聯絡人		職稱: 衛生組 姓名: 蕭			
		通訊電話: 3501433-823 通訊地址: 台南市北區大興街599號 E-mail: soar@sbes.tn.edu.tw			
備註					



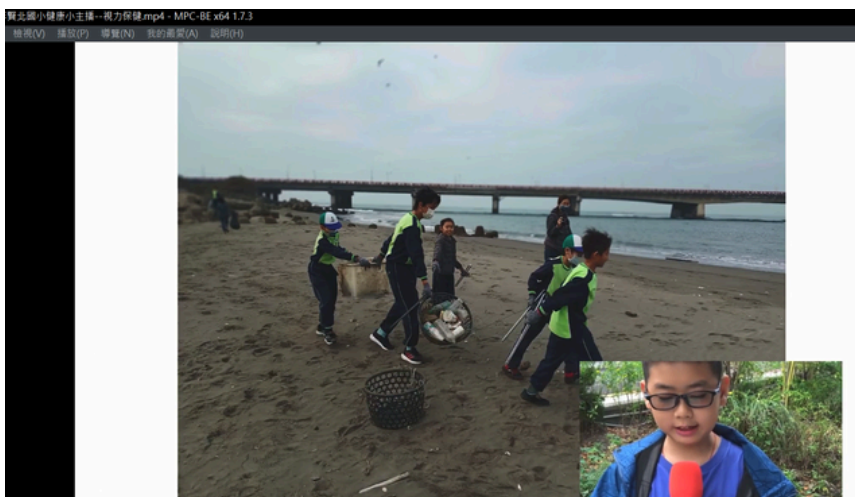


臺南市113學年度賢北國民小學

校園健康主播



戶外新體驗，視力做陣行



1.以視力保健議題出發，提供各個資源讓學生走到戶外。

2.結合學校的特色活動，讓學生實際參與，達到視力保健的目的。



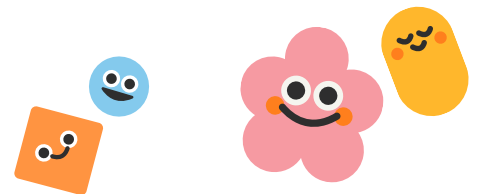


臺南市113學年度賢北國民小學

親子動手做-DIY 潔淨洗手慕斯



家長跟孩子一起來上手作課，除了增加親子的親密感之外，手作也是訓練肌肉的好方式親子間的關係，還可以發現孩子生活上許多習慣喔。





臺南市113學年度賢北國民小學

親子玩園藝親職講座



透過親子園藝活動建立與孩子的情感交流，透過親子共學緩和情緒、抒發日常壓力，達到心理之平穩與安定





臺南市113學年度賢北國民小學

照顧情緒一起來親職講座



除了有照顧情緒現場練習、自我鼓勵及鼓勵孩子5種語法練習。為了增加親子互動，還有手作放鬆體驗喔



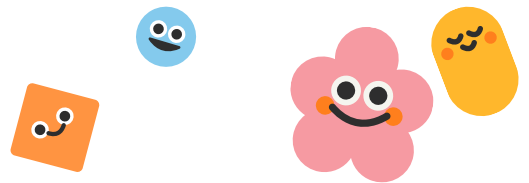


臺南市113學年度賢北國民小學

藝起聊心親職講座



希望可以讓家長理解各階段孩子的創作的不同，開啟家庭對話視窗，讓家長能與孩子有效溝通，改善親子互動關係





臺南市113學年度賢北國民小學

解鎖孩子情緒百寶箱親職講座



分享在家庭中如何引導孩子辨識情緒並以適當的方式表達，讓孩子逐步學會控制情緒，直接改變孩子的行為



學生探索教育體驗申請表

執行單位	賢北國小	
計畫聯絡人聯絡資訊	姓名：黃翊筠 職稱：輔導主任 電話：(公) 3501433轉840 手機：0929537784 E-mail：tnfen502@tn.edu.tw	
計畫名稱	溪遊創思變變變	
一、課程實施資訊		
(一) 結合課程屬性	<input type="checkbox"/> 部定課程 <input checked="" type="checkbox"/> 校訂課程	
(二) 課程實施地點	<input type="checkbox"/> 跨縣市 <input checked="" type="checkbox"/> 無跨縣市 地點：台江國家公園	
(三) 課程實施單位	<input checked="" type="checkbox"/> 班級 <input type="checkbox"/> 班群 <input type="checkbox"/> 學年	
二、計畫理念與目標		
(一)理念：		
<p>教育部國教育部國教署將正向心理健康，促進納入健康促進學校組推的議題之一，提出五正(正向情緒、正向參與、正向關係、正向意義、正向成就)、四樂(樂動、樂活、樂食、樂眠)的推動策略，提供學生情緒支持相關資源連結，也希望教師能用熱情與正向的情緒感染學生，讓學生能在校園中快樂學習，為了達成此一目的，特為孩子們規劃戶外探索教育，從實際體驗中面對自我，學會為團體合作，本計畫以「五正四樂」作為核心概念，即正向情緒、正向參與、正向關係、正向成就、樂動、樂活、樂食、樂眠等九個層面是本次計畫的目標。同時讓學生利用五官探索與體驗及藝術欣賞創作，並透過挑戰活動獲得高峰經驗，建立自信，讓孩子們從體驗中逐步成長。</p>		
(二)目標：		
1.透過體驗活動，增進學生勇於探索生命、冒險嘗試體驗及其自我探索與自我價值感。 2.透過團體互動、經驗交流，培養人際溝通與團隊合作能力，進而提升其人際智能與自信。 3.透過活動設計，促發學生看見自己的有限，進而體會與理解其感受和需要。		
三、課程規劃與運作		
課程內涵與教學內容	(一) 課前預備	【課前準備】 一、認識鹽水溪 1. 教師播放鹽水溪相關影片，並解說鹽水溪的過去與未來，並引導學生思考[察覺 【正向情緒 (Positive Emotions)】 -自我覺察、感恩態度,引導學生在觀看影片中覺察鹽水溪的美里與哀愁，保持正向情緒、學習感恩與希望。

		<p>2. 聯想力訓練訓練 學生看到鹽水溪，會聯想到什麼？ (1). 植物:紅海欖與欖李 (2). 生物:彈塗魚、招潮蟹 (3). 鳥類:赤腹鷹、松雀鷹、灰面鵟、短耳鴉 (4). 河岸景觀</p> <p>活動進行戶外風險管理、語言溝通技巧訓練</p> <p>1. 本次教學活動，設定在學生熟悉學校附近場域進行戶外探索教育活動，透過環境呈現的任務與孩子共同討論，找出面對任務之可行策略，達成【正向參與 (Engagement)】-勇於挑戰-能夠勇敢面對生活中困難的任務。</p>
	<p>(二) 課中學習</p>	<p>1. 【活動一】搭乘竹筏探訪台江 地點:台江國家公園 活動預估時間:4小時 學生搭乘竹筏遊台江綠色隧道，聘請解說員解說台江的歷史、文化。 四草綠色隧道有袖珍版亞馬遜河之稱，學生戴斗笠搭竹筏欣賞全台唯一的水上綠色隧道，欣賞河道兩旁的紅樹林樹冠向中央生長交錯，加上水面的倒影，交織出茂密的半圓綠頂，河岸兩旁豐富的紅樹林動植物生態，是大自然教室。這條四草綠色隧道的河道並非自然河川，而是一條人工開鑿的運河。道光三年(1823)，颱風豪雨帶來的土石流，造成台江內海淤積，當時安平港淤塞待清，所以船隻改由北側七股的國賽港進出，而國賽港與台南府城航運交通不便，於是台南三郊出錢開闢一條可以使用竹筏載運貨品的運河，由國賽港通往四草，至安平水域，再轉運台南府城。這條行駛竹筏的運河就被稱為「竹筏港」，即今日的四草綠色隧道。</p> <p>※在活動中強調「傾聽」、「說話」及「肢體表達」等技巧，對於決策過程的重要影響，同時透過活動的參與，提供學生一個不論在思想上、情感上或是行為上，加強溝通能力與增進適切表達的機會。達到【正向意義 (Meaning)】-良好關係-能與他人保持良好的互動關係，並在需要幫助時主動尋求協助；【正向意義 (Meaning)】-價值判斷-能夠釐清自我價值，並能為自己的決定負責]</p> <p>2. 運用學生熟悉的學校周遭環境，由暖身活動建立安全感與團體凝聚力，再進行主要的體驗</p>

		<p>活動，活動進行時除了各班的導師，另外各班會搭配一位行政人員，其中含專業課程及安全風險管理各一位。</p> <p>【活動二】製作鹽水溪意象公仔 地點:各班教室 活動預估時間:2小時 講師:外聘</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識公仔~介紹公仔文化的起源以及運用哪些設計品表達，分析其造型及色彩運用， 2. 全班共同討論活動~ 擷取鹽水溪意象, 討論鹽水溪水精靈公仔之特色與外型。 3. 示範講解~示範講解樹脂土捏塑的技巧及其他綜合媒材的應用。 4. 鹽水溪水精靈公仔的捏塑~學生進行各項鹽水溪水精靈公仔捏塑，教師從旁協助。 <p>【活動三】作品發表與欣賞 每位同學上台說明自己的創作理念及作品介绍。</p> <p>※在活動中強調「發揮所長」、「問題解決」及「成就自己」等技巧，透過活動的參與，提供學生一個成功經驗的機會。達到【正向成就 (Accomplishment)】-問題解決,並能與他人保持良好的互動關係，並在需要幫助時主動尋求協助；【正向意義 (Meaning)】-價值判斷-能夠釐清自我價值，並能為自己的決定負責</p> <p>【人力配置】 參加人員:各班導師2名與行政協同人員4名</p>
	<p>(三) 課後反思</p>	<p>透過溪遊創思變變課程認識鹽水溪沿岸的自然環境, 互相分享彼此經驗及收穫, 落實探索教育「從體驗中學習」之目的。學習表達自我，專心傾聽他人想法；從分享中更進一步的認識自己，並達成【正向成就 (Accomplishment)】-問題解決-具有解決問題的能力，並從中獲得成就感]</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 製作鹽水溪意象公仔並能上台展演發表，讓學生透過手做課程後反思學習歷程。
<p>四、評量與回饋機制：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能在探索台江時注意安全並完成老師交代的學習任務。 2. 完成鹽水溪 水精靈公仔之 創作。 3. 能對別人的作品有正確的作品欣賞態度。 		

4. 能自己或與他人合作完成上台報告或展演。
5. 活動當下老師引導學生省思，並運用多元的方式分享，且即時回饋。

五、風險評估與安全管理機制	<p>1. 場地風險管理：由學校行政人員進行場勘，設計探索式的體驗活動，活動當日注意學生生活動進行之安全與保護機制。</p> <p>2. 依據「戶外教育實施參考手冊-行政指引篇」、「戶外教育實施參考手冊-安全管理篇」、國教院「戶外教育實施指引」之檢核項目，逐一檢視。</p>
---------------	---

六、預期效益

執行項目	量化成效	填列說明
(一)參與人次	1. 參與學生數 <u>60</u> 人 2. 參與教師數 <u>4</u> 人 3. 參與家長數 <u>0</u> 人	1. 共兩個班級參加。
(二)外部協作師資	1. 共 <u>2</u> 位協作師資 2. 協作師資屬性 <input type="checkbox"/> 專業課程需求 <u> </u> 位 <input type="checkbox"/> 安全風險管理需求 <u> </u> 位 <input type="checkbox"/> 其他 <u> </u> 需求， <u> </u> 位	協作講師： 1. 本校張良誠老師(現任臺南市自然科國教輔導團)。 2. 外聘紙黏土專業師資1名次

七、經費概算表：(附件二)

詳如附件三

八、計畫注意事項

(一)申請條件與程序	<p>學校應填具計畫書向本局提出申請，鼓勵學校結合校本課程、彈性學習課程辦理健康促進之正向心裡探索體驗教育，審查基準如下：</p> <p>1. 以偏鄉學校為優先。</p> <p>2. 需運用本市相關探索體驗教育場域進行。</p>
(二)撰寫重點及方向	學校應結合校本課程、彈性學習課程辦理健康促進之正向心裡探索體驗教育。
(三)經費編列原則	每校以補助二萬五千元為原則

承辦人：

處室主任：

校長：

教師兼輔導主任 黃翊筠

教師兼輔導主任 黃翊筠

臺南市北區賢北國民小學校長 王章程

賢北國小辦理【學生探索教育體驗】成果報告表

計畫名稱	賢北國小探索教育體驗活動	辦理地點	台江國家公園
參與對象	601、603學生	辦理日期	114.05.22
活動場次	1場次	參與人次	60人次
成果報告	<p>執行成果概述：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能在探索台江時注意安全並完成老師交代的學習任務。 2. 學生完成鹽水溪水精靈公仔之創作。 3. 學生仔細聆聽發表，能對別人的作品有正確的作品欣賞態度。 4. 學生能自己與他人合作完成上台報告。 5. 活動當下老師引導學生省思，並運用多元的方式分享，且即時回饋。 		
	<p>效益評估：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過溪遊創思變變課程認識鹽水溪沿岸的自然環境, 互相分享彼此經驗及收穫, 落實探索教育「從體驗中學習」之目的。 2. 學習表達自我，專心傾聽他人想法；從分享中更進一步的認識自己，並達成正向成就(Accomplishment)-問題解決-具有解決問題的能力，並從中獲得成就感。 3. 製作鹽水溪意象公仔並能上台展演發表，讓學生透過手做課程後反思學習歷程。 		
	<p>檢討與建議</p> <p>謝謝主辦單位讓學生有機會經由探索教育認識自我、建立正向成就。</p>		

賢北國小辦理【學生探索教育體驗】成果照片



講師教導學生手做水中精靈



講師教導學生手做水中精靈



主任進行行前說明與安全事項提醒



出發至台江公園搭竹筏



在台江公園河畔旁進行解說導覽



台江公園搭竹筏探索



體驗古時漁夫捕魚



體驗桶更寮上先民的生活



到台江國家公園遊客中心參觀



同心協力將漁網拉起來

以上表格不敷使用，請自行增列

臺南市北區賢北國小

「114 年度健康小學堂—健康知識大挑戰」實施計畫

一、依據：臺南市各級學校健康體適能與飲食教育行動計畫辦理。

二、參加對象：

(一)五年級學生，每班至少組 1 隊參加。第二隊以上即可跨班跨年級組隊。

(二)三、四年級學生，可跨班跨年段組隊參加，自由報名。

(三)每隊參賽學生 5 位，其中 3 位學生擔任答題代表，其餘學生為智囊團及候補隊員。

三、比賽時間：114 年 2 月 27 日(星期四)，早上八點

四、報名時間：114 年 2 月 12 日(星期三)，中午 12 點前

<https://forms.gle/y5VeNPS9q4EHZwa58>

五、競賽內容與方式

(一)競賽題目範圍：健康促進六大議題：口腔保健、視力保健、健康體位、全民健保(含正確用藥)、菸檳防制(含酒、電子煙)、性教育(含愛滋病防治)、正向健康心理，藥物濫用防制、營養教育(含餐前 5 分鐘)、全人健康等。

(二)試題來源及題型：國小 1 至 6 年級「健康與體育」教材、本市餐前 5 分鐘飲食營養教育教材、本市各國小提供之健康

知識相關題庫、本市健康促進輔導團及新北市健康識能競賽
網站之新北健康小學堂 14 大類型題庫等，題型為是非題及
選擇題。

六、請於比賽前詳閱競賽方式，請見比賽規則(附件 1)。

七、獎勵：取前三名頒發獎狀，第一、二名代表本校參加本市健康
知識大挑戰競賽

承辦

教師兼
衛生組長 蕭順允

主任

教師兼
學生事務主任 黃瑋華

校長

臺南市北區賢北
國民小學校長 王堯程
0706



臺南市113學年度賢北國民小學

第三屆「賢北盃」健康知識大挑戰

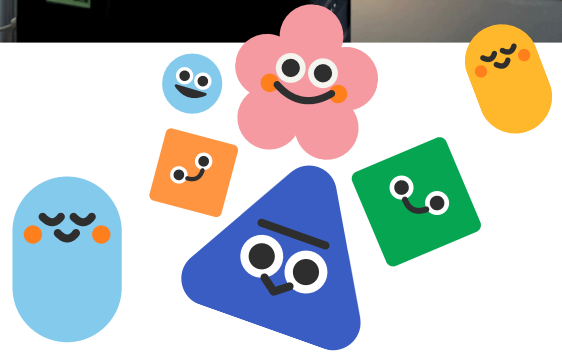


恭喜

502健康都答隊

504 健康+

取得晉級市賽門票





臺南市113學年度賢北國民小學

賢北文創小物



木漿海綿



我們是木漿海綿啦

只要泡水就會胖嘟嘟



我們可以用來洗碗，也可以用來洗澡



只要努力參加賢北活動，你就有機會得到我們喔!





臺南市113學年度賢北國民小學

賢北文創小物



賢北創意玩咖 PART TWO

賢北新巨星~豆仔魚+超級可愛的迷你濕紙巾



賢北孩子們，隨時都要保持良好衛生習慣喔~~



臺南市北區賢北國民小學 113 學年度第一學期課後社團招生簡章

一、目的：培養學生學習興趣，激發兒童潛能，充實生活內涵，培養正當休閒活動。

二、報名方式：

1. 線上報名：賢北國小首頁(<https://www.sbes.tn.edu.tw>)/家長專區/報名賢北國小最新社團。也可掃描 Qrcode
2. 報名時間為 113 年 8 月 31 日(星期六)下午 9 點至 113 年 9 月 3 日(星期二)下午 9 點。
3. 每班人數上限 15 人，報名未達各班下限人數不開課，以報名先後順序決定。



■報名系統是以按下**確定報名**鍵的先後順序判斷是否滿額。若按下**確定報名**鍵後出現需要填入資料的畫面，表示**沒有**報名成功，可能是滿額或同一時段報名了另一個社團；**確認**按下報名**確認**鍵後，出現報名的社團列表顯示**正取**才算是報名成功。

4. 為顧及上課品質，不接受中途報名加入。

三、上課期間及費用：

1. 學費 **1800 元**，自 113 年 9 月 16 日(一)起開課共 **14 次**，每次上課 2 小時，合計 28 小時，逢國定假日或補假停課(以最新公告為主)，課程順延。
2. 費用計算公式《依臺南市課後社團活動實施要點辦理》： $\text{教師鐘點費 } 450 \text{ 元} \times \text{實際上課總節數} \div 0.7 \div \text{學生人數}(15 \text{ 人})$ 。
3. 本校使用臺銀多元收費系統製單，請收到繳費單後於期限內至各窗口繳費，**收據聯無須繳回**。
4. 下列身分者，學費予以七折收費：持有低收入戶證明、身障人士子女、領有**身心障礙**手冊之學生或原住民、新住民身分學生，**【請持以上證明文件影本，在 9/4 前交至輔導室，逾期恕不受理減免】**。
5. 請於期限內繳交報名費，以免延宕行政作業，損及他人權益。

四、師資：敦聘校內外具有授課專長及愛心耐心指導的老師。

五、其它：

1. 此簡章班別排列順序與線上社團列表相同，皆依社團老師提出申請順序排列，**請家長注意上課日期、時間及上課地點**。
2. 報名截止後，即暫時關閉社團報名網頁，進行資料彙整，並陸續發放繳款單及開課通知，屆時請家長留意金額與班別是否無誤。
3. 請依開課通知之時間、地點，準時前來上課；家長須自負接送子弟之責。
4. 請詳閱本簡章內容，並仔細考慮無疑異者再上網報名。報名期限截止後不再接受報名。
5. 在報名截止後欲退班者，務必至輔導室拿退班申請書，提出書面申請，才算完成退班程序，沒完成手續當節不予退費，退費部分按節數退還剩餘費，將於期末交由學生帶回。
6. 本校僅代收課程學費，各社團課程所需應備物品或材料，本校不協助處理，請自行準備或與社團老師聯繫。
7. 請依報名時段上課，**請假無補課**機制。
8. 報名操作方式如操作影片，影片網址：<https://www.youtube.com/watch?v=Aviy730gjGk>(影片連結公告於學校網頁)

六、班別：如下

編號	班別名稱	參加年級	開課人數	上課時間	授課老師	電話	應備物品/ 需自付材料費	上課地點
1	W1 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	林佩如	0917511793	球拍、水。 需自付材料費:200 元乒乓球	C 棟四樓桌球教室
2	W1 輕質黏土創意造型班	1-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	王秀枝	0930033276	需自付材料費:1200 元(黏土及上課用素材)	C 棟三樓自然教室 1
3	W1 羽球	3-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	黃聰敏	0952500828	羽球拍	風雨球場
4	W1 街舞 MV 表演班	1-6 年級	8-15 人	每周一(16:00-18:00)	劉宛毓	0918510008	水	C 棟四樓地板教室
5	W1 神奇魔術社	1-6 年級	8-15 人	每周一(16:00-18:00)	林育正	0939601721	自付材料費:600 元	C 棟三樓自然教室 2
6	W2 Powertech 仿生動力機械模組	4-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	張良誠	0933354059	需自付材料費:1000 元	A 棟四樓科學教室
7	W2 扯鈴	1-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
8	W2 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	郭育輔	0918912600	球拍、水。 需自付材料費:200 元乒乓	C 棟四樓桌球教室
9	W2 書法	2-6 年級	4-15 人	每周二(16:00-18:00)	吳秀貞	0936586220	毛筆/墨汁/硯台/墊布 需自付材料費:15 格式毛邊宣紙 50 元、講義費用 50 元	C 棟三樓自然教室 2
10	W2 直排輪 A	1-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	陳冠榮	0938880272	直排輪鞋裝備	C 棟四樓空間
11	W2 直排輪 B	1-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	姜易成	0936388448	直排輪鞋裝備	C 棟四樓空間
12	W2 趣味泰拳防身術	1-6 年級	1-15 人	每周二(16:00-18:00)	吳柏霖	0934045840	水壺	C 棟四樓樂活教室
13	W2 跆拳道	1-6 年級	5-15 人	每周二(16:00-18:00)	蔡介良	0938636851	跆拳道道服/毛巾/水 如需教練代購跆拳道道服一套 1000 元	C 棟四樓地板教室

編號	班別名稱	參加年級	開課人數	上課時間	授課老師	電話	應備物品	上課地點
14	W3 兒童芭蕾	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	詹凱婷	0966687235	水、毛巾、舞衣、舞裙、舞襪、舞鞋(可代購)	C 棟四樓地板教室
15	W3 動手玩數學	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	林逸欣	0911609316	教材由教師準備 需自付材料費:700 元	C 棟三樓樂齡教室
16	W3 書法	2-6 年級	4-15 人	每周三(12:40-14:40)	吳秀貞	0936586220	毛筆/墨汁/硯台/墊布 需自付材料費:15 格式毛邊宣紙 50 元、講義費用 50 元	C 棟三樓自然教室 2
17	W3 桌遊	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	蔣育芳	0911189225	筆/水壺 需自付材料費:500 元	C 棟四樓 E 化教室
18	W3 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	林佩如	0917511793	球拍、水。 需自付材料費:200 元乒乓	C 棟四樓桌球教室
19	W3 小小藝術家	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	高麗惠	0929300522	自備畫畫衣或圍裙 需自付材料費:1000 元	C 棟三樓自然教室 1
20	W3 酷炫街舞 MV 班	1-6 年級	7-15 人	每周三(12:40-14:40)	周玉音	0973106311	水	C 棟 4 樓樂活教室
21	W4 珠心算	1-6 年級	6-15 人	每周四(16:00-18:00)	鄭如玟	0930686789	算盤/鉛筆 需自付材料費:300 元	C 棟三樓自然教室 2
22	W4 跆拳道	1-6 年級	5-15 人	每周四(16:00-18:00)	蔡介良	0938636851	跆拳道道服/毛巾/水 教練代購跆拳道服 1000 元/套	C 棟四樓地板教室
23	W4 扯鈴	1-6 年級	6-15 人	每周四(16:00-18:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
24	W4 仿生機器人班	1-6 年級	6-15 人	每周四(16:00-18:00)	劉錄鈴	0912724979	斜口鉗/十字起子/三號電池 *2。需自付材料費:1000 元	C 棟三樓自然教室 1
25	W4 街舞 MV 表演班	1-6 年級	8-15 人	每周四(16:00-18:00)	劉宛毓	0918510008	水	C 棟四樓樂活教室
26	W4 直排輪	1-6 年級	6-15 人	每周四(16:00-18:00)	黃渝琰	0903121065	直排輪/護具/水/毛巾。可幫忙代購	C 棟二樓走廊空間
27	W5 直排輪	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	黃渝琰	0903121065	直排輪/護具/水/毛巾。可幫忙代購	C 棟二樓走廊空間
28	W5 扯鈴	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
29	W5 羽球	3-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	黃聰敏	0952500828	羽球拍	風雨球場
30	W5 圍棋	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	任奕澄	0908105049	文具, 水壺 需自付材料費:200 元	C 棟三樓樂齡教室
31	W5 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	郭育輔	0918912600	球拍、水。 需自付材料費:200 元乒乓	C 棟四樓桌球教室
32	W5 桌遊	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	魏琬謙	0985008973	水 需自付材料費:500 元	C 棟三樓自然教室 1
33	W5 作文成長班	3-6 年級	1-15 人	每周五(16:00-18:00)	陳美鶯	0931957395	水/筆/字典	C 棟三樓自然教室 2
34	W6 籃球	3-6 年級	10-15 人	每週六(8:00-10:00)	柯尊仁	0939705405	籃球/飲用水/毛巾	操場
35	W6 扯鈴 A	1-6 年級	6-15 人	每週六(8:00-10:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
36	W6 扯鈴 B	1-6 年級	6-15 人	每週六(10:01-12:01)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
37	W6 兒童街舞	1-6 年級	10-15 人	每週六(10:00-12:00)	邱于恬	0913150885	穿著水褲(可由老師代買)	C 棟一樓玄關舞台前
38	W6 空手道	1-6 年級	1-15 人	每週六(10:00-12:00)	陳志銘	0937666744	水、空手道服	備註:賢北警衛室前集合,文賢國中空手道訓練室上課。

臺南市北區賢北國民小學 113 學年度第二學期課後社團招生簡章

一、目的：培養學生學習興趣，激發兒童潛能，充實生活內涵，培養正當休閒活動。

二、報名方式：

1. 線上報名：賢北國小首頁(<https://www.sbes.tn.edu.tw>)/家長專區/報名賢北國小最新社團。也可掃描 Qrcode
2. 報名時間為 114 年 2 月 7 日(星期五)下午 9 點至 114 年 2 月 10 日(星期一)下午 9 點。
3. 每班人數上限 15 人，報名未達各班下限人數不開課，以報名先後順序決定。



報名系統是以按下**確定報名**鍵的先後順序判斷是否滿額。若按下**確定報名**鍵後出現需要填入資料的畫面，表示**沒有**報名成功，可能是滿額或同一時段報名了另一個社團；**確認**按下報名**確認**鍵後，出現報名的社團列表顯示**正取**才算是報名成功。或至**報名系統/我的社團**，**確認**是否報名成功。

4. 為顧及上課品質，**不接受**中途報名加入。

三、上課期間及費用：

1. 學費 **1800 元**，自 114 年 **2 月 14 日(五)**起開課共 14 次，每次上課 2 小時，合計 28 小時，逢國定假日或補假停課或因故暫停(以最新公告為主)，課程順延。
2. 費用計算公式《依臺南市課後社團活動實施要點辦理》： $\text{教師鐘點費} 450 \text{ 元} \times \text{實際上課總節數} \div 0.7 \div \text{學生人數}(15 \text{ 人})$ 。
3. 本校使用臺銀多元收費系統製單，請收到繳費單後於期限內至各窗口繳費，**收據聯無須繳回**。
4. 下列身分者，學費予以七折收費：持有低收入戶證明、身障人士子女、領有身心障礙手冊之學生或原住民、新住民身分學生，【請持以上證明文件影本，**在 2/12 前交至輔導室**，逾期恕不受理減免】。
5. 請於期限內繳交報名費，以免延宕行政作業，損及他人權益。

四、師資：敦聘校內外具有授課專長及愛心耐心指導的老師。

五、其它：

1. 此簡章班別排列順序與線上社團列表相同，皆依社團老師提出申請順序排列，**請家長注意上課日期、時間及上課地點**。
2. 報名截止後，即暫時關閉社團報名網頁，進行資料彙整，並陸續發放繳款單及開課通知，屆時請家長留意金額與班別是否無誤。
3. 請依開課通知之時間、地點，準時前來上課；家長須自負接送子弟之責。
4. 請詳閱本簡章內容，並仔細考慮無疑異者再上網報名。報名期限截止後不再接受報名。
5. 在報名截止後欲退班者，務必至輔導室拿退班申請書，提出書面申請，才算完成退班程序，沒完成手續當節不予退費，退費部分按節數退還剩餘費，將於期末交由學生帶回。
6. 本校僅代收課程學費，各社團課程所需應備物品或材料，請自行準備或與社團老師聯繫。
7. 請依報名時段上課，**請假無補課機制**。
8. 報名操作方式如操作影片，影片網址：<https://www.youtube.com/watch?v=Aviy730gJGk>(影片連結公告於學校網頁)

六、班別：如下

編號	班別名稱	參加年級	開課人數	上課時間	授課老師	電話	應備物品/ 需自付材料費	上課地點
1	W1 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	林佩如	0917511793	球拍(可代購)、水。 需自付材料費:200 元乒乓球	C 棟四樓桌球教室
2	W1 輕質黏土創意造型班	1-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	王秀枝	0930033276	需自付材料費:1200 元(黏土及上課用素材)	C 棟三樓自然教室 1
3	W1 羽球	3-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	黃聰敏	0952500828	羽球拍	風雨球場
4	W1 街舞 MV 表演班	1-6 年級	8-15 人	每周一(16:00-18:00)	劉宛毓	0918510008	水	C 棟四樓地板教室
5	W1 神奇魔術社	1-6 年級	8-15 人	每周一(16:00-18:00)	林育正	0939601721	自付材料費:600 元	C 棟三樓自然教室 2
6	W1 圍棋	1-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	任奕澄	0908105049	文具, 水壺 需自付材料費:200 元	C 棟三樓樂齡教室
7	W1 小小花藝師-手作花藝課	3-6 年級	6-15 人	每周一(16:00-18:00)	張騰文	0925978176	工具教師準備。 需自付花材費用 2000 元。	A 棟一樓功能教室 (幼兒園對面)
8	W2 Powertech 仿生動力機械模組	4-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	張良誠	0933354059	需自付材料費:1000 元	A 棟四樓科學教室
9	W2 扯鈴	1-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
10	W2 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周二(16:00-18:00)	郭育輔	0918912600	自備球拍(可代購 700 元)、水。 需自付材料費:200 元乒乓	C 棟四樓桌球教室
11	W2 書法	2-6 年級	4-15 人	每周二(16:00-18:00)	吳秀貞	0936586220	毛筆/墨汁/硯台/墊布 需自付材料費:15 格式毛邊宣紙 50 元、講義費用 50 元	C 棟三樓自然教室 2
12	W2 直排輪	1-6 年級	7-15 人	每周二(16:00-18:00)	陳冠榮	0938880272	直排輪鞋裝備	C 棟四樓空間
13	W2 趣味泰拳防身術	1-6 年級	1-15 人	每周二(16:00-18:00)	吳柏霖	0934045840	水壺	C 棟四樓樂活教室
14	W2 跆拳道	1-6 年級	5-15 人	每周二(16:00-18:00)	蔡介良	0938636851	跆拳道道服/毛巾/水 教練可代購跆拳道服 1500 元/套	C 棟四樓地板教室

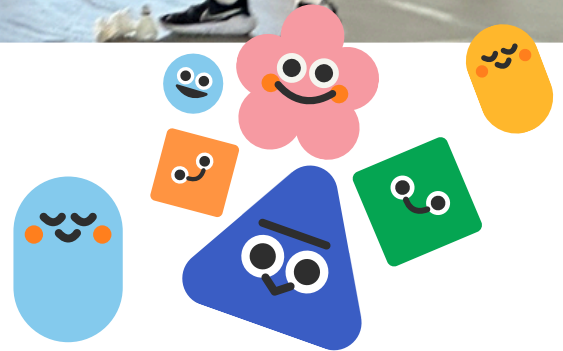
編號	班別名稱	參加年級	開課人數	上課時間	授課老師	電話	應備物品	上課地點
15	W3 兒童芭蕾	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	詹凱婷	0966687235	水、毛巾、舞衣、舞裙、舞襪、舞鞋(可代購)	C 棟四樓地板教室
16	W3 動手玩數學	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	林逸欣	0911609316	教材由教師準備 需自付材料費:700 元	B 棟一樓本語教室
17	W3 書法	2-6 年級	4-15 人	每周三(12:40-14:40)	吳秀貞	0936586220	毛筆/墨汁/硯台/墊布 需自付材料費:15 格式毛邊宣紙 50 元、講義費用 50 元	C 棟三樓自然教室 2
18	W3 桌遊	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	蔣育芳	0911189225	筆/水壺 需自付材料費:500 元	C 棟四樓 E 化教室
19	W3 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	林佩如	0917511793	球拍、水。 需自付材料費:200 元乒乓	C 棟四樓桌球教室
20	W3 小小藝術家	1-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	高麗惠	0929300522	自備畫畫衣或圍裙 需自付材料費:1000 元	C 棟三樓自然教室 1
21	W3 酷炫街舞 MV 班	1-6 年級	8-15 人	每周三(12:40-14:40)	周玉音	0973106311	水	C 棟 4 樓樂活教室
22	W3 羽球	3-6 年級	6-15 人	每周三(12:40-14:40)	黃聰敏	0952500828	羽球拍	風雨球場
23	W4 珠心算	1-6 年級	6-15 人	每周四(16:00-18:00)	鄭如玟	0930686789	算盤/鉛筆 需自付材料費:300 元	C 棟三樓自然教室 2
24	W4 跆拳道	1-6 年級	5-15 人	每周四(16:00-18:00)	蔡介良	0938636851	跆拳道道服/毛巾/水 教練可代購跆拳道服 1500 元/ 套	C 棟四樓地板教室
25	W4 扯鈴	1-6 年級	6-15 人	每周四(16:00-18:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
26	W4 仿生機器人班	1-6 年級	10-15 人	每周四(16:00-18:00)	劉錄鈴	0912724979	斜口鉗/十字起子/三號電池 *2。需自付材料費:1000 元	C 棟三樓自然教室 1
27	W4 酷炫街舞 MV 班	1-6 年級	8-15 人	每周四(16:00-18:00)	周玉音	0973106311	水	C 棟四樓樂活教室
28	W4 直排輪	1-6 年級	6-15 人	每周四(16:00-18:00)	黃渝琬	0903121065	直排輪/護具/水/毛巾。可幫忙代購	C 棟二樓走廊空間
29	W5 扯鈴	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
30	W5 羽球	3-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	黃聰敏	0952500828	羽球拍	風雨球場
31	W5 桌球	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	郭育輔	0918912600	自備球拍(可代購 700 元)/水。 需自付材料費:200 元乒乓	C 棟四樓桌球教室
32	W5 桌遊	1-6 年級	6-15 人	每周五(16:00-18:00)	蔡孟昀	0929649408	筆、水壺 需自付材料費:500 元	C 棟三樓自然教室 1
33	W5 作文成長班	2-6 年級	1-15 人	每周五(16:00-18:00)	陳美鶯	0931957395	水/筆/字典	C 棟三樓自然教室 2
34	W6 籃球	3-6 年級	10-15 人	每週六(8:00-10:00)	柯尊仁	0939705405	籃球/飲用水/毛巾	操場
35	W6 扯鈴 A	1-6 年級	6-15 人	每週六(8:00-10:00)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
36	W6 羽球 A	3-6 年級	6-15 人	每週六(8:00-10:00)	黃聰敏	0952500828	羽球拍	風雨球場
37	W6 扯鈴 B	1-6 年級	6-15 人	每週六(10:01-12:01)	潘國鎮	0919911721	自備扯鈴或請老師代購	風雨球場
38	W6 羽球 B	3-6 年級	6-15 人	每週六(10:01-12:01)	黃聰敏	0952500828	羽球拍	風雨球場
39	W6 兒童街舞	1-6 年級	10-15 人	每週六(10:00-12:00)	邱于恬	0913150885	穿著水褲(可由老師代買)	C 棟一樓玄關舞台前
40	W6 空手道	1-6 年級	1-15 人	每週六(10:00-12:00)	陳志銘	0937666744	水、空手道服	備註:賢北警衛室前集合,文賢國中空手道訓練室上課。



臺南市113學年度賢北國民小學 豐富有趣的課後社團



我們的課後社團有體能運動類、語文類的、藝術表演類，還有益智成長類



臺南市北區賢北國小正向心理健康社群計畫

一、依據：

(一)、教育部國民及學前教育署補助地方政府辦理學校健康促進實施計畫。

(二)、臺南市114年度健康促進學校計畫。

二、目的：

(一)、透過校內、外教師及專家學者交流與研討，增進社群教師正向心理健康情緒，發想設計產出正向心理健康教案或團體動力活動融入正式與非正式課程。

(二)、透過讀書會、教案討論、實作、體驗課程等多元方式，進行教學設計培訓，深化建構正向心理健康資源。

(三)、教學經驗與傳承，落實正向心理健康在臺南地區各教育階段之實踐。

(四)、有效提升本市所屬學校師生正向心理健康狀況，樂於教學、樂於學習。

三、辦理單位：

(一)、主辦單位：臺南市政府教育局。

(二)、承辦單位：臺南市北區賢北國民小學。

四、實施期程:114/03/01~114/10/31

五、實施方式

採社群運作方式進行

(一)、組成成員與工作內容

(1) 由社群成員推出召集人，社群成員可包含行政人員、正式教師、代理教師等。

(2) 本社群以5人以上、15人以下教師組成為原則，每學年至少運作4次以上，其中包含至少1次公開授課，公開授課以1次社群活動計算。

職稱	姓名	編組	工作內容
輔導主任	黃翊筠	召集人	1. 負責社群活動規劃與經費執行 2. 提共正向心理書單
專輔	楊永吉	副召集人	1. 具輔導專長，提供正向心理課程規劃 2. 進行正向心理課程課程設計
輔導組長	張淑儀	組員	1. 收集正向心理課程教材 2. 提供五正樂動相關建議
專輔	蔡豐駿	組員	1. 收集正向心理課程教材 2. 提供五正樂食相關建議
課研組長	陳美芝	組員	1. 收集正向心理課程教材 2. 配合五正四樂研發教材
導師	王美娜	組員	1. 收集正向心理課程教材 2. 配合五正四樂研發教材
事務組長	王美仁	組員	1. 收集正向心理課程教材 2. 配合五正四樂研發教材
資源班教師	余棋昀	組員	1. 收集正向心理課程教材 2. 配合五正四樂研發教材

(二)、實施方式與內容

- (1)、成立正向心理健康社群，透過不同領域專長，促進教學往五正(PERMAS)四樂(樂動、樂活、樂食、樂眠)發展。
- (2)、閱讀正向心理相關書籍，於社群活動中相互討了解五正四樂意涵及推動方向。
- (3)共同產出一份教學示例或團體動力特色活動，結合教育部5正4樂概念及計畫執行成果，以於年度工作坊發表。
- (4)、針對學生學習狀況及心理感受，結合教育部5正4樂概念，以研發正向心理健康與班級團體動力的活動為主，共同備課與公開觀課為原則，建構五正四樂健康學園。

A、實施對象:全校師生

B、設計理念:透過活動引導學生覺察自身人際互動方式與正向特質，並且發掘他人的正向特質。冀望透過本課程能協助學生培養設身處地的同理心能力，翻轉既定的刻板印象，並且能用正向的視角，看待人際關係，提升班級凝聚力。

C、全校性活動

活動	活動內容	設計理念
把愛抱緊緊 114年5月	母親節體驗活動，培養體貼的心與感謝的態度。	在活動中透過與家人情感加強連結，培養學生正向情緒、正向參與與人際關係。
探訪鹽水溪 114年6月	結合校本課程，進行家鄉踏查。	在活動中強調「傾聽」、「說話」及「肢體表達」等技巧，同時透過活動的參與，提供學生一個不論在思想上、情感上或是行為上，加強溝通能力與增進適切表達的機會。達到[正向意義 (Meaning)-良好關係-能與他人保持良好的互動關係，並在需要幫助時主動尋求協助；正向意義 (Meaning)-價值判斷-能夠釐清自我價值，並能為自己的決定負責]，活動中探索與體驗讓學生樂動、樂活。
感謝師恩 114年9月	結合校內教師節活動	透過感恩活動，讓正向情緒、正向參與與人際關係在無形中被培養。

六、經費:由教育局推動正向心理健康經費計畫經費補助

七、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

承辦人:

承辦主任:

校長:

教師兼黃翊筠
輔導主任

教師兼黃翊筠
輔導主任

臺南市北區賢北王景程
國民小學校長



臺南市113學年度賢北國民小學

母親節系列活動~把愛報緊緊



我們在學校寫了給媽媽的明信片，表達對媽媽滿滿的**愛意**~~





臺南市113學年度賢北國民小學

母親節系列活動~把愛報緊緊



感謝每一位媽媽的愛與包容，感謝每一位志工的無私奉獻，因為有您們，孩子們擁有更美好的童年與教育環境

