

3-2-1 教師接受到生活技能訓練或規劃多元彈性教學模式，使學生接受素養導向課程學習，以做健康行動的決定

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	口腔保健		
日期	114年9月~115年4月	實施班級	全校學生
課程內容敘述	採螺旋式架構設計，整合健康與自然科學領域，針對各年級發展需求，從低年級的基礎潔牙習慣建立，延伸至中高年級使用牙線與牙菌斑顯示劑的科學探究。透過數位媒體與實作教學，引導學生掌握口腔保健的生活技能，培養自主健康監控能力，並能將課堂所學落實於日常健康行動決策中。		
符合生活技能項目(勾選)	<input type="checkbox"/> 做決定 <input checked="" type="checkbox"/> 批判思考 <input checked="" 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 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。		
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 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 checked="" 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)			



說明：融入健康課-一年級-愛乾淨的我



說明：融入健康課-二年級-愛護牙齒有一套



說明：融入健康課-三年級-牙齒要保護



說明：融入健康課-四年級健康-從齒開始



說明：融入健康課-四年級-食物卡牙縫了



說明：融入自然課-五年級-牙菌斑顯示劑原理

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	健康體位		
日期	114年9月~115年4月	實施班級	全校學生
課程內容敘述	<p>落實素養導向教學，透過跨領域整合（健康、體育、本土語、數學）設計多元彈性模組。從低年級的營養教育與基礎體能（跳繩）出發，中年級結合本土文化（運動會相關詞彙）與飲食生活面面觀，高年級則進階至自我管理，引導學生學習兒童食代主張並運用數學計算熱量消耗。透過系統性的引導，強化學生自我覺察與行動力，使其能根據個人生活情境做出維持健康體位的正確決定。</p>		
符合生活技能項目(勾選)	<p> <input checked="" type="checkbox"/>做決定 <input checked="" 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 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。 </p>		
符合核心素養項目(勾選)	<p> <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 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 checked="" 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。 </p>		

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：融入健康課-一年級-飲食好習慣



說明：融入體育課-二年級-跳繩同樂



說明：融入本土課-三年級-運動會



說明：融入健康課-四年級-飲食生活面面觀



說明：融入健康課-五年級-兒食主張



說明：融入數學課-六年級-計算卡路里與運動運動消耗

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	視力保健		
日期	114年9月~115年4月	實施班級	全校學生
課程內容敘述	<p>以視力保健為核心，發展多元彈性的素養導向教學。低中年級結合生活、本土語與健康課，從親近自然（大樹小花點點名）、動態戶外活動（飛盤擲準）及基礎用眼習慣建立，落實預防近視之行動。高年級則整合科技教育（3C 使用、藍光影響），引導學生在數位學習趨勢下，學會正確使用3C 產品並建立自我監控機制。透過跨學科的實作與宣導，強化學生愛護視力的覺察力，並能在日常生活中做出有利於視覺健康的正確行動決定。</p>		
符合生活技能項目(勾選)	<p> <input checked="" type="checkbox"/>做決定 <input type="checkbox"/>批判思考 <input checked="" 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 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。 </p>		
符合核心素養項目(勾選)	<p> <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。 </p>		

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：融入生活課-一年級大樹小花點點名



說明：融入本土課-二年級種豆仔



說明：融入健康課-三年級近視不要來



說明：融入體育課-四年級飛盤擲準



說明：融入健康課-五年級使用3C好智慧



說明：融入北勢行動家-五年級3C 藍光傷害

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	全民健保與正確用藥		
日期	114年9月~115年4月	實施班級	全校學生
課程內容敘述	<p>透過跨領域資源整合，落實全民健保價值認知與正確用藥素養。結合健康課、英語課與彈性課認識醫療體系，並引導學生認識健保資源與社區藥局的功能，建立正確的就醫觀念；且透過進行實作，學習操作醫院掛號系統，並深入探討藥品分級、標示與保存方式。藉由資訊科技的運用與情境模擬，強化學生的批判思考與自我監控能力，使其能於生活中善用醫療資源，並落實正確的用藥行動。</p>		
符合生活技能項目(勾選)	<p> <input type="checkbox"/>做決定 <input checked="" 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 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。 </p>		
符合核心素養項目(勾選)	<p> <input 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 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 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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。 </p>		

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：融入英語課-二年級認識耳鼻喉科診所



說明：融入健康課-三年級社區藥師好朋友



說明：融入健康課-三年級認識健保資源



說明：融入彈性課-五年級操作醫院掛號系統



說明：融入健康課-六年級認識藥品標示



說明：融入健康課-六年級藥品的分級與保存

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	心理衛生		
日期	114年9月~115年4月	實施班級	全校學生
課程內容敘述	<p>落實素養導向的多元彈性教學。低中年級透過健康、生活與社會課，引導學生從自我覺察（讓我更好）出發，學習與家人及同儕的溝通技巧，建立良好的人際關係；高年級則深入探討情感教育與同理心（與愛同行），並結合藝術課與數位科技進行「元宇宙心體驗」，引導學生在虛實整合的情境中掌握壓力調適與情緒管理。課程設計強化了學生的社會情緒學習（SEL），使其能具備處理日常人際互動與心理挑戰的生活技能。</p>		
符合生活技能項目(勾選)	<p> <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 checked="" 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 checked="" 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。 </p>		
符合核心素養項目(勾選)	<p> <input 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 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 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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。 </p>		

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：融入生活課-一年級讓自己更好



說明：融入健康課-二年級我和家人能溝通



說明：融入社會課-三年級 班級裡的人際關係



說明：融入健康課-五年級交友停看聽



說明：融入健康課-五年級與愛同行



說明：融入藝術課-六年級元宇宙心體驗活動

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	性教育		
日期	114年9月~115年4月	實施班級	全校學生
課程內容敘述	<p>透過多元彈性模式引導學生建立正確的性別知能。低中年級結合生活教育與健康課程，從自我保護（我的身體我作主）、青春期生理變化（成長的滋味）及身體隱私權出發，建立基本的身體界限觀念；高年級則進一步探討性別平等、人際互動及數位環境下的自我保護。透過情境模擬與實作討論，引導學生尊重個體差異，並能具備處理性別議題的生活技能，進而尊重自己與他人。</p>		
符合生活技能項目(勾選)	<p> <input type="checkbox"/>做決定 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/>同理心 <input type="checkbox"/>合作與團隊作業 <input checked="" 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。 </p>		
符合核心素養項目(勾選)	<p> <input 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 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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。 </p>		

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：融入健康課-五年級愛滋病傳染途徑



說明：融入健康課-青春期與賀爾蒙



說明：融入英語課-四年級拒絕性騷擾



說明：融入社會課-三年級性騷擾相關法律



說明：融入健康課-四年級迎接青春期



說明：融入自然課-五年級動物的生命延續

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

活動名稱	社區愛心早餐		
日期	114.09~12	參加對象	全校師生
課程內容敘述	透過愛心早餐，讓偏鄉弱勢的孩子有營養的早餐可以享用並且引導其認識早餐的重要性。		

佐證資料



孩子們享用早餐



孩子們享用早餐



孩子們享用早餐



孩子們享用早餐



孩子們享用早餐



孩子們享用早餐