

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

佐證資料

一、潔牙教學

臺南市114學年度塹內國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	口腔保健-潔牙宣導		
日期	115年 3 月 26 日	實施班級	一年甲班
課程內容敘述	外師英語教學融入健康課程，強化學生健康餐盤的概念，讓學生知道健康餐盤國內外都一樣。		
符合生活技能項目(勾選)	<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 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 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 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：教師透過影片先介紹刷牙口訣		說明：透過影片指導學生刷牙的要領	



說明：教師示範潔牙要領



說明：學生藉由鏡子觀察自己的刷牙情形



說明：全班練習潔牙方式



說明：透過影片讓學生了解潔牙需使用含氟牙膏



說明：指導學生牙膏的用量



說明：指導學生牙刷刷頭大小及刷毛的選擇

二、健康餐盤教學

臺南市114學年度塹內國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	我的健康餐盤		
日期	115年 5 月 11 日	實施班級	五年 甲 班
課程內容敘述	外師英語教學融入健康課程，強化學生健康餐盤的概念，讓學生知道健康餐盤國內外都一樣。		
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 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 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)

- 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：健康餐盤包含五大類食物



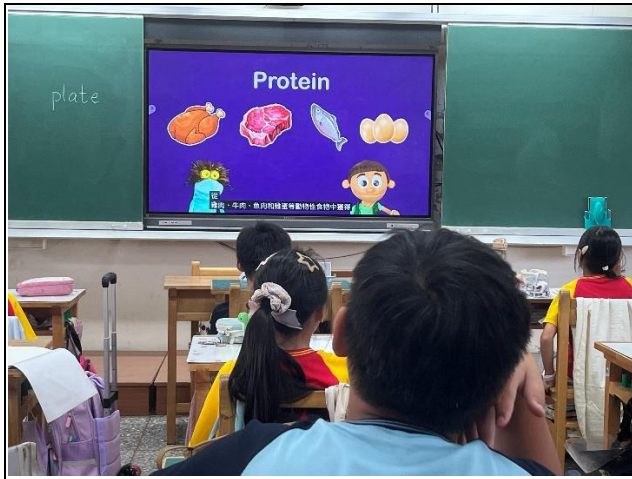
說明：蔬菜營養豐富，一定要多吃



說明：圖文並茂理解單字意義



說明：全穀雜糧類是我們的主食



說明：學生知道含有 protein 的食物有哪些



說明：學生不僅認識乳品類，更知道乳品類對身體的功能



說明：請學生說出餐盤中缺少哪一類食物



說明：外師指導學生習寫學習單，完成健康餐盤

三、性教育(含愛滋病防制)宣導

臺南市佳里區塭內國小『性教育』(含愛滋病防制)實施計畫

壹、依據本校 114 學年度本校健康促進學校計畫。

貳、計畫目標

- (一) 學校衛生政策方面:落實性別平等教育法與性侵害犯罪防治等相關法規規定，訂定合理且具教育意義之處置和管理辦法。
- (二) 健康服務方面:提昇青少年正確性知識、性態度與性傳染疾病預防(含愛滋病防治)觀念，並能預防、早期發現性侵害個案。
- (三) 健康教育課程及活動方面:能適時融入性教育有關之創意教學與活動，提昇性健康知能。
- (四) 學校物質環境方面:發展學校本位的性教育教材教法。
- (五) 學校社會環境方面:能在尊重關懷接納的氛圍下，建立和諧共處的關係，使校園成為有益健康的學習環境。
- (六) 社區關係方面:結合社區的力量，共同辦理性教育活動，提昇家長社區民眾的參與率。

參、計畫內容：

(一) 學校衛生政策	
工作項目	行動措施
一、成立「性教育推動」小組。 二、落實性別平等教育法與性侵害犯罪防治等相關法規規定。 三、訂定合理且具教育意義之處置和管理辦法。	1. 召開學校衛生委員會，成立「性教育推動小組」執行計畫。 (1) 評估學校健康問題現況與需求，選定「性教育」為本校推動之健康議題。 (2) 研擬討論校園性教育計劃，將課程、活動納入行事曆。 2. 規劃健康促進學校研習課程，形成共識、創造支持環境，以作為推展『健康促進學校』的基礎。
(二) 健康服務	
一、提昇學童正確性知識、性態度與性行為及預防愛滋病觀念。 二、預防及早期發現性侵害個案。	1. 進行性教育與愛滋病防治宣導。 2. 健康中心提供性教育海報、單張、剪報等衛生教育之宣導。 3. 確實做好愛滋病防治措施。 4. 提供性教育諮詢。 5. 統籌辦理性教育相關之健康服務與活動。

(三) 健康教學及活動	
適時融入「性教育」有關之創意教學與活動，提昇性健康知能。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提昇教職員生對於性教育的認知活動 <ol style="list-style-type: none"> (1) 利用週會舉辦專題演講及有獎徵答，教職員工研習，行銷性教育中愛滋病防治概念。 (2) 舉辦『性教育』藝文競賽，如作文、海報等比賽。 2. 學校本位之生活技巧課程融入 <ol style="list-style-type: none"> (1) 將生活技巧課程融入性教育相關健康議題教學 (2) 依領域課程融入健康議題
(四) 學校物質環境	
發展學校本位的教材教法	<p>鼓勵相關學習領域教師研發性教育之教材教法與教具。</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 設計以學校為本位的性教育課程的教材教法 (2) 協同跨領域教師研發性教育教材教法 (3) 繪製校園危險地方・加強宣導。
(五) 學校社會環境	
在尊重關懷接納的氛圍下，建立和諧共處的關係，使校園成為有益健康的學習環境。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 推動性教育健康活動。 2. 辦理「性教育」相關研習。 3. 制訂校園性侵害及性騷擾防治處理及通報流程，並加以宣導。
(六) 社區環境	
運用社會行銷策略與結合社區的力量，共同辦理性教育活動，提昇家長社區民眾的參與率，擴大性教育與愛滋病防治的範圍。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合轄區衛生所、醫療院所等資源，提供校園豐富的性教育資訊，辦理相關活動宣導 2. 利用學校網頁建立性教育相關資訊，教育師生、家長及社區民眾等

肆、預期成效：

- (一) 強化學生對性教育的認知，促進青少年身心健康。
- (二) 升相關工作人員性教育專業知能，落實各級學校性教育之推動。
- (三) 藉帶領學生建立正確的兩性觀念，並教導性對個人生理、社交、情感、心靈層面之影響鼓勵學童用明智的判斷力來決定對自己最好的事物，設立界限並保護自我。

伍、本實施計畫呈校長核准後實施，修正時亦同。

臺南市114學年度塹內國民小學

健康促進-性教育(含愛滋病防制)宣導活動成果表

活動名稱	性教育(含愛滋病防制)宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
115年3月30日 115年4月12日	參加人數	104	0	10
簡述活動內容	<p>1. 護理師宣導內容:介紹青春期第二性徵、夢遺和月經怎麼發生如何處理、指導學生如何選擇適合自己內衣及衛生棉使用方法及注意事項。更要愛惜自己，尊重他人身體。</p> <p>2. 衛生所護理師宣導:藉由愛滋防治動畫影片，對愛滋病有正確認知，除了可避免感染外，懂得和感染者共同學習的正確態度。</p>			
				
說明： 青春期男女大不同-第二性徵	說明： 夢遺如何處理及男生生殖器清潔方式			
				
說明： 校護說明如何正確使用衛生棉	說明： 認識自己-內衣如何挑選			



說明： 說明愛滋病成因及傳染途徑



說明： 如何預防愛滋病及篩檢方式

四、菸害防制宣導

臺南市佳里區塹內國小「菸害防制」實施計劃

壹、依據：

- 一、「學校衛生法」、「兒童及少年福利法」及「菸害防制法」。
- 二、本校 114 年度推動健康促進學校實施計畫

貳、目的：

- 一、針對無菸校園之維護，訂有合理且具教育意義之管理辦法。
- 二、以具體有效方法，使校園成為無菸且有益健康的學習環境。
- 三、結合社區的力量，擴大無菸校園的範圍和拒菸意識。

參、實施對象：本校全體教職員工生

肆、教育及宣導：

一、加強學生菸害防制教育：

- (一)融入各年級健康與體育領域課程中，實施校園菸害暨電子煙防制課程。
- (二)配合本校健康促進學校計畫，辦理菸害暨電子煙防制學藝競賽。
- (三)利用班親會、親職座談等宣導時機，進行菸害(含電子煙)防制宣導。
- (四)利用學生晨會進行「菸害防制法」法規說明與吸菸(含電子煙)危害宣導。

二、無菸校園環境布置：

- (一)建置無菸專欄，張貼反菸海報、相關法令、標語等。
- (二)利用本校 LED 電子看板，登載菸害防制宣導標語。

伍、落實無菸校園政策：

- 一、依據菸害防制法規定，學校為教育場所，任何人不得在校園內吸菸。
- 二、本校於所有校門口張貼禁菸標示。
- 三、校園內不得擺置任何吸菸器物。
- 四、利用親職座談、班親會等時機宣導，請家長配合無菸校園政策。
- 五、進入校園施工、維修之廠商必須配合無菸校園政策。
- 六、電子煙屬非法毒品，禁止師生攜帶與吸食。

陸、菸害因應與輔導機制：

- 一、健康中心設置「菸害防制輔導資訊站」，提供吸菸之教職員工生接受戒菸諮商、戒菸教育與轉介醫療服務。
- 二、本校師生發現吸菸學生，立即通報學務處。
- 三、學務處查獲吸菸學生通知家長，將吸菸學生轉介健康中心實施戒菸教育，並轉介醫療機構做戒菸治療。
- 四、學務處除依校規予吸菸學生適當處置外，輔導吸菸學生參與各項正當休閒娛樂活動。

柒、尋求社區資源協助：每學年邀請衛生所辦理菸害防制宣導。

捌、經費概算：菸害防制所需經費由學校衛生與健康促進計畫經費支應。

玖、本計畫經校務會議通過後實施，修正時亦同。

臺南市114學年度塭內國民小學

健康促進-「菸害防制」宣導活動成果表

活動名稱	菸害防制宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
115年3月30日	參加人數	104	0	10
簡述活動內容	讓孩童了解香菸對身體可能造成的危害，拒絕同儕吸菸壓力的自我效能並教導他們說服大人不要吸菸，學會拒絕二手菸。			



說明： 認識吸菸對身體造成的危害

說明： 認識電子菸並講解電子菸的害處



說明： 學會拒絕-向菸說「不」

說明： 有獎徵答-學生回答踴躍



說明：營造無菸校園—校門口及通道禁菸標誌

說明：營造無菸校園—校門口電視牆宣導