

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

|   |  |
|---|--|
| 活動名稱  | 114 學年加強落實各項防疫工作及衛教宣導  |
| 簡述活動內容  | 班級加強防疫工作及衛教宣導  |
|    |    |
|  |  |
|  |  |

**臺南市六甲國小辦理 114 學年度上學期  
「兒童及少年性剝削防制教育宣導」  
成果報告表**

|      |   |      |  |
|------|---|------|--|
| 辦理主題 | 主題一：114 學年上學期友善校園週宣導<br>主題二：性教育暨兒少性剝削宣導 | 辦理地點 | 各班教室、活動中心                              |
|      |   | 辦理期間 | 自 114 年 9 月 1 日起<br>至 114 年 12 月 31 日止 |
| 參與對象 | 全校師生                                    | 參與人次 | 780 人                                  |

**執行成果概述：**

1. 提高學生對性剝削問題的意識，使學生增加對於辨識不當行為和保護自己的理解。
2. 學生能學會如何保護自己，以避免在互聯網和社交媒體上遇到性剝削和虐待的風險。

**效益評估：**

整合性剝削防制教育進入學校課程，教導學生認識什麼是性剝削，如何辨識不當接觸和行為，以及如何保護自己和他人。教育應包括對互聯網安全和數位足跡的指導。

**檢討與建議：**

1. 隨著科技的發展，教育應該更加強調互聯網和社交媒體的安全性。教導孩子們辨識網絡風險，保護個人資訊，並鼓勵正確使用數位工具。
2. 強調在家庭、學校和社區中促進開放的對話。這有助於建立支持和理解，使孩子們更有可能向成人分享可能受到的風險和不當行為。

臺南市六甲國小辦理 114 學年度上學期  
 「兒童及少年性剝削防制教育宣導」  
 成果影像紀錄表



說明：114 學年上學期友善校園週宣導 1



說明：114 學年上學期友善校園週宣導 2



說明：性教育暨兒少性剝削宣導 1



說明：性教育暨兒少性剝削宣導 2

臺南市六甲區六甲國民小學 114 學年度第一學期 **三年級**  
廉政誠信融入式課程教學成果表

|      |              |
|------|--------------|
| 課程主題 | 廉政誠信法治教育動畫   |
| 實施地點 | 各班教室         |
| 實施人數 | 5 場次，共 125 人 |



圖一說明:觀看閩小妹法治教育動畫光碟



圖二說明:觀看閩小妹法治教育動畫光碟

臺南市六甲區六甲國民小學 114 學年度第一學期 **四年級**  
廉政誠信融入式課程教學成果表

|      |              |
|------|--------------|
| 課程主題 | 廉政誠信法治教育動畫   |
| 實施地點 | 各班教室         |
| 實施人數 | 5 場次，共 125 人 |



圖一說明：觀看閩小妹法治教育動畫光碟



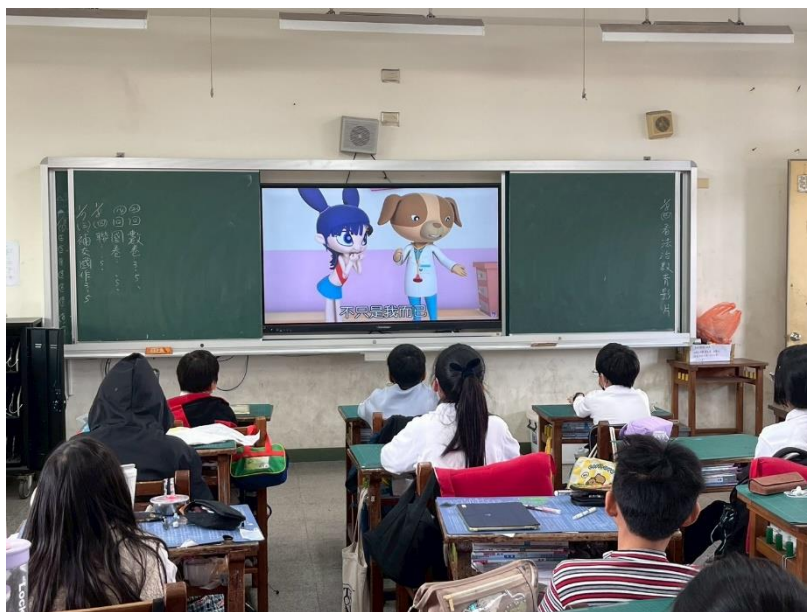
圖二說明：觀看閩小妹法治教育動畫光碟

臺南市六甲區六甲國民小學 114 學年度第一學期 **五年級**  
廉政誠信融入式課程教學成果表

|      |              |
|------|--------------|
| 課程主題 | 廉政誠信法治教育動畫   |
| 實施地點 | 各班教室         |
| 實施人數 | 5 場次，共 125 人 |



圖一說明：觀看閻小妹法治教育動畫光碟



圖二說明：觀看閻小妹法治教育動畫光碟

臺南市六甲區六甲國民小學 114 學年度第一學期 **六年級**  
廉政誠信融入式課程教學成果表

|      |              |
|------|--------------|
| 課程主題 | 廉政誠信法治教育動畫   |
| 實施地點 | 各班教室         |
| 實施人數 | 5 場次，共 125 人 |



圖一說明：觀看閩小妹法治教育動畫光碟



圖二說明：觀看閩小妹法治教育動畫光碟

# 成立多元的運動類型社團帶動校園運動風氣

## 臺南市六甲國小 114 學年度第 1 學期扯鈴課後社團招生簡章

- 一、目的：1. 因應學生多元智能發展及教學的多元化。  
2. 培養學生運動專長、強化健康的體魄、促進健全人格的發展，推展學校體育特色，帶動全校扯鈴運動風氣。
- 二、指導老師：廖仁庸老師。
- 三、招生對象：本校三至四年級學生。(舊生優先錄取)
- 四、上課時間：每週四下午 2：20~3：50。第一次上課 9/18(四) 下午 2:20  
(114 年上課日期如下：9/18、9/25、10/2、10/9、10/16、10/23、  
11/6、11/27、12/4、12/11、12/18 共 11 次)。  
● 停課日期如下 十月 30 日(期中評量) 十一月 13 日、20 日(校慶會前賽)
- 五、上課地點：本校光電風雨球場及活動中心。
- 六、上課收費：免費。
- 七、報名方式：至學務處體育組領取書面簡章(含報名表、家長同意書)，  
填妥後交至學務處體育組。
- 八、報名時間：即日起至 114 年 9 月 12 日(週五) 中午 12：00 前截止。
- 九、錄取人數：計錄取 20 名，依報名先後順序決定，額滿為止。
- 十、參加條件：1. 錄取後，請自備安全扯鈴一組，限「培鈴系列」。  
2. 社團活動結束後，家長或安親班能接送放學者。
- 十一、退訓標準：為期一個月的觀察期，針對學生的『出席情形』、『上課態度』、『學習成果』三個項度進行考核，不合格者發予書面退訓通知單。
- 十二、洽詢方式：若有疑問請洽廖仁庸老師 0921206545 06-6982041#212

## 臺南市六甲國小 114 學年度第 1 學期武術課後社團招生簡章

- 一、目的：1. 因應學生多元智能發展及教學的多元化。  
2. 培養學生運動專長、強化健康的體魄、促進健全人格的發展，推展學校體育特色，帶動全校武術運動風氣。
- 二、指導老師：楊坤勝老師。
- 三、招生對象：本校三至四年級學生。(舊生優先錄取)
- 四、上課時間：每週四下午 2：20~3：50。
- 五、(114 年上課日期如下：9/18、9/25、10/2、10/9、10/16、10/23、11/6、11/27、12/4、12/11、12/18 共 11 次)。

**停課日期如下 \* 十月 10 日(期中評量) 十一月 21 日、20 日(校慶會前賽)**

- 六、上課地點：本校律動教室及活動中心。
- 七、上課收費：免費。
- 八、報名方式：至學務處體育組領取書面簡章(含報名表、家長同意書)，填妥後交至學務處體育組。
- 九、報名時間：即日起至 114 年 9 月 12 日(週五)中午 12：00 前截止。
- 十、錄取人數：計錄取 20 名，依報名先後順序決定，額滿為止。
- 十一、參加條件：1. 社團活動結束後，家長能接送放學者。
- 十二、退訓標準：為期一個月的觀察期，針對學生的『出席情形』、『上課態度』、『學習成果』三個項度進行考核，不合格者發予書面退訓通知單。
- 十三、洽詢方式：若有疑問請洽楊坤勝老師 0912792720 06-6982041#212

## 臺南市六甲國小學 114 學年度第 1 學期排球社團招生簡章

- 一、目的：1. 因應學生多元智能發展及教學的多元化。  
2. 培養學生運動專長、強化健康的體魄、促進健全人格的發展，推展學校體育特色，帶動全校排球運動風氣。
- 二、指導老師：黃家韋教練、黃素琴老師。
- 三、招生對象：本校三至四年級學生。
- 四、活動時間：從 9/17(三)開始。
  - (1) 晨間每週三. 早上 07:55~08:35 下午 14:20~15:50。
  - (2) 晨間每週四. 早上 07:55~08:35 下午 14:20~15:50。

**\* 10/30-31 期中評量 停課 1/13-14 期末評量 停課**
- 五、活動地點：本校活動中心 2 樓。 活動收費：免費。
- 六、報名方式：至學務處體育組領取書面簡章(含報名表、家長同意書)，填妥後交至學務處體育組。
- 七、報名時間：即日起至 114 年 9 月 12 日 (週五) 中午 12:00 前截止。
- 八、錄取人數：計錄取 20 名，依報名先後順序決定，額滿為止。
- 九、參加條件：
  1. 錄取後，練習時間請自備水壺及毛巾。
  2. 社團活動結束後，由家長或安親班協助接送。
- 十、退訓標準：為期一個月的觀察期，針對學生的『出席情形』、『上課態度』、『學習成果』三個項度進行考核，不合格者發予書面退訓通知單。
- 十一、洽詢方式：請電洽 體育組(06-6982041 #212)。

## 臺南市六甲國小學 114 學年度第 1 學期跳繩社團招生簡章

- 一、目的：
  1. 因應學生多元智能發展及教學的多元化。
  2. 培養學生運動興趣、強化健康的體魄、促進健全人格的發展，帶動學生運動習慣。
- 二、指導老師：蔡志定老師。
- 三、招生對象：本校三至六年級學生。  
上課時間：(1)晨間每週二、三、四 早上 08：00~08：35。  
**\* 10/30-31 期中評量 停課 1/13-14 期末評量 停課**
- 四、活動地點：本校籃球場和迎曦樓川堂。
- 五、活動收費：免費。
- 六、報名方式：至學務處體育組領取書面簡章(含報名表、家長同意書)，填妥後交至學務處體育組。
- 七、報名時間：即日起至 114 年 9 月 12 日 (週五) 中午 12：00 前截止。
- 八、錄取人數：計錄取 20 名(舊生優先錄取) 報名人數若超過名額，採抽籤方式錄取。
- 九、退訓標準：為期一個月的觀察期，針對學生的『出席情形』、『上課態度』、『學習成果』三個項度進行考核，不合格者發予書面退訓通知單。
- 十、需要自備跳繩用具

## 臺南市六甲國小學 114 學年度第 1 學期籃球社團招生簡章

- 一、目的：
  1. 因應學生多元智能發展及教學的多元化。
  2. 培養學生運動興趣、強化健康的體魄、促進健全人格的發展，帶動學生運動習慣。
- 二、指導老師：毛建程老師。
- 三、招生對象：本校五、六年級學生。  
上課時間：(1)晨間每週三, 早上 07:55~08:35。  
(2)晨間每週四, 早上 07:55~08:35。  
**\* 10/30-31 期中評量 停課 1/13-14 期末評量 停課**
- 四、活動地點：本校籃球場。
- 五、活動收費：免費。
- 六、報名方式：至學務處體育組領取書面簡章(含報名表、家長同意書)，填妥後交至學務處體育組。
- 七、報名時間：即日起至 114 年 9 月 12 日 (週五) 中午 12:00 前截止。
- 八、錄取人數：計錄取 25 名(舊生優先錄取) 報名人數若超過名額，採抽籤方式錄取。
- 九、退訓標準：為期一個月的觀察期，針對學生的『出席情形』、『上課態度』、『學習成果』三個項度進行考核，不合格者發予書面退訓通知單。
- 十、洽詢方式：請電洽體育組 廖仁庸老師 (06-6982041-212)。

武術社



扯鈴社



排球社



籃球社



跳繩社



田徑社



## 臺南市六甲國民小學 114 學年度SH150 方案推動計畫

### 壹、實施時間：

- 一、晨間活動時間
- 二、下課(課間)時間
- 三、辦理適合本校各年級晨間活動與課間運動體育競賽項目
- 四、辦理體育運動社團

### 貳、實施對象：全校師生

### 參、實施內容：

#### 一、組織分工

|       | 職稱                      | 工作職掌                         |
|-------|-------------------------|------------------------------|
| 計畫主持人 | 蘇淑娟校長                   | 研擬並主持計畫，督導推動SH150方案之各項事宜。    |
| 行政組   | 吳威緻主任                   | 研究策畫、督導計畫執行，並行政協調與社區資源整合、聯繫。 |
|       | 薛健宏組長                   | 執行計畫與資料上傳                    |
|       | 黃依萍護理師                  | 協助學生BMI值測量及記錄事宜。             |
| 教學組   | 蔡政豪組長<br>各學年主任<br>黃家韋教練 | 協助執行計畫                       |
| 支援組   | 湯堯存會長                   | 擔任體育志工協助執行計畫                 |

#### 二、活動內容與時間：

| 星期   | 活動項目        | 活動時間      | 活動場地           | 參加人員 |
|------|-------------|-----------|----------------|------|
| 一至五  | 活力大跑步<br>跳繩 | 8:00~8:30 | 操場、跑步          | 全校師生 |
| 三    | 運動社團        | 8:00~8:40 | 操場、跑步、<br>活動中心 | 全校學生 |
| 第二學期 | 班際球賽        | 8:00~8:40 | 操場、跑步、<br>活動中心 | 全校學生 |

伍、預期成效：

- 一、學生養成每週運動150分鐘政策。
- 二、發展學生多元體育活動。
- 三、學生體適能中等比率逐年提升。
- 四、學生規律運動習慣比例逐年提升。

# 運用晨間及課後時間，成立多元的運動類型社團， 帶動校園運動風氣

晨間大跑步



課間跳繩



武術社



扯鈴社



排球社



籃球社



## 跳繩社



## 田徑社



# 每學年舉辦春季體育競賽

## 臺南市六甲區六甲國民小學 114 學年度春季班際暨畢業快樂盃體育競賽計畫

### 一、依據：

1. 本校 114 學年度校務工作計劃決議辦理。
2. 本校 114 學年度體育實施計畫辦理。
3. 本校 114 學年度兒童節慶祝活動實施計畫辦理。

二、主旨：激發團隊合作，健全學生人格，提昇學生體適能，帶動學校運動風氣，激發學生的潛能，期養成良好的運動習慣，結合健康促進，特舉辦此活動。

### 三、目的：

1. 推展體育運動，強化學生運動能力，提升校園活力，培養終身運動習慣。
2. 推廣班際運動，促進班際互動交流，發揮守法守紀精神，激發團隊合作，養成健全之人格。
3. 選拔優秀之運動選手，參加校隊培訓。
4. 結合兒童節慶祝活動，透過趣味化的體育活動，營造學生快樂童年經驗。

四、主辦單位：學務處。

五、協辦單位：各處室、分校、各學年教學群。

六、比賽時間：115 年 3 月 10 日至 5 月 6 日。(實際比賽時間以賽程表公布時間為準)

(若受天候因素限制，則延後或改至活動中心二樓、迎曦樓中廊。)

115 年 6 月 8 日至 6 月 12 日。(六年級畢業快樂盃，實際比賽時間以賽程表公布時間為準，若受天候因素限制，則延後。)

七、比賽地點：本校操場、活動中心二樓球場、一年級前空地。

八、參賽對象：本校全體學生。

### 九、比賽項目：

#### 1. 班際競賽：

- A. 一年級組：趣味化桌球。
- B. 二年級組：趣味化擲遠。
- C. 三年級組：400 公尺接力、樂趣足壘球。
- D. 四年級組：400 公尺接力、樂趣氣排球。
- E. 五年級組：400 公尺接力、樂樂棒球。
- F. 六年級組：400 公尺接力、3 對 3 籃球(畢業快樂盃)。

十、比賽辦法及規則：詳如附件。

### 十一、報名方式：

1. 班際競賽：由體育組統一報名。

十二、賽事資訊：比賽辦法、時間、成績將張貼於學務處旁通廊，請選手隨時參閱。

### 十三、獎勵辦法：

1. 班際競賽：各組取前二或三名，各頒發獎狀，以資鼓勵。

十四、經費來源：各校經常門分支計畫-材料及用品費-辦公(事務)用品(321)項下支應，支出詳如附件經費概算。

十五、本活動辦法經 校長核示後實施，修正時亦同。

### 一年級辦理趣味化桌球比賽



### 二年級辦理趣味化投擲比賽



### 三年級辦理趣味化足壘球比賽



### 四年級辦理趣味化氣排球比賽



### 五年級辦理趣味化樂樂棒球比賽



### 3~6 年級 400 公尺接力賽



# 推動全校性「六甲活力大家跑」活動，促進師生養成運動好習慣

## 臺南市六甲區六甲國民小學 114 學年度「活力大家跑」實施計畫

### 一、計畫依據

- (一) 教育部體育署「SH150 方案」、「國中小學生普及化運動計畫」。
- (二) 113 學年度臺南市各級學校健康體適能與飲食教育行動計畫。
- (三) 本校「113 學年度健康促進學校計畫」、「114 學年度健康體適能與飲食教育行動計畫」。

### 二、計畫目的

為落實 SH150 方案，配合體育署推動「國中小學生普及化運動」、「全國國民小學大跑步實施計畫」，特依據校園空間、班級數與校園氛圍等特質，訂定本校「活力大家跑」實施計畫。期許透過本計畫的推動，落實全校教職員生在校時間除體育課外能運動 30 分鐘，提升全校運動風氣，引導全校教職員生養成規律運動的好習慣。

### 三、學校現況簡介

六甲國小位於臺南市六甲區中心，國小一～六年級普通班 28 班，體育班 2 班，集中式特教班 4 班，共 34 班，學生 710 人，編制教職員工 76 人，另附設幼兒園 5 班，是一所中大型學校。家長職業以農、工業為多數，近年來社會變遷快速，家庭結構改變，本校單親家庭、隔代教養及新住民家庭的學童比例增加，家長忙於工作，兒童課後大部分交由安親班照顧，安親時間大多待在室內做功課寫考卷，持續 2-3 小時以上，導致學童近距離用眼時間很長，體能活動嚴重不足。

學校教職員工對身體健康頗為重視，教職員亦成立各種休閒運動團隊，如：網球、桌球、單車、慢跑、校園健走等，基本健康常識的建立經由研習及資訊分享獲取相關概念與知識。本校校區在非疫情期間早晚提供社區民眾運動，亦是社區民眾休閒之最佳場所，對社區居民健康促進及社區資源的應用助益良多。

學校在推動健康促進業務時，經常面臨家長忙於工作、隔代教養或教養知能不足，忽略學生健康生活習慣的養成。因此，學生的生活、健康與學習環境之適切性，相當值得關切。此計畫透過學校場域運動設施與可行度的考量加以訂定，期許提升全校教職員生在校的戶外運動量，培養規律運動的健康習慣。

### 四、實施方式

本計畫分上下學期分別執行與獎勵，分個人賽與團體賽，全校教職員生皆可參加。

- (一) 個人賽：全校教職員生皆可參加。每人每天記錄跑步量(以操場圈數為單位)，活動量標準：

低年級組 1 圈＝跳繩 100 下

中年級組 3 圈＝跳繩 300 下

高年級組 4 圈＝跳繩 400 下

獎勵：當月各組取前 3 名，頒給文具禮券 30 元。

- (二) **團體賽**：以班級為單位，每學期期末前累積最多圈數的前 2 名班級，每班可獲得獎狀一只、獎金新台幣 600 元整。上學期以 114 年 10 月～114 年 1 月結業式前為累計，下學期以 115 年 3 月～115 年 5 月為累計。

#### 五、預期效益

- (一) 全校學生體位適中率提高。  
 (二) 全校學生體位過重肥胖比率降低。

#### 六、經費概算

| 順序   | 明細科目    | 單位 | 數量 | 單價  | 預算數   | 說明  |
|--|---------|----|----|-----|-------|---|
| 1  | 文具禮券    | 張  | 63 | 30  | 1,890 | 1. 30 元禮券，每月 9 名<br>2. 計 114 年 11 月、12 月、115 年 1 月、3 月、4 月、5 月、6 月，共 7 個月 |
| 2  | 獎金      | 式  | 4  | 600 | 2,400 | 團體獎獎金，每學期 2 名，上下學期共 4 名。  |
| 3  | 文具      | 式  | 1  | 600 | 710   | 訂購禮品衍生運費或行政費用、文具用品等。  |
|  | 合 計     |    |    |     | 5,000 |   |
| 合計   | 新台幣伍仟元整 |    |    |     |       |   |
| 以上費用由「114 學年度臺南市各級學校健康體適能與飲食教育行動計畫經費」支應，並得以相互勻支。 |         |    |    |     |       |   |

七、本計畫經校長核定後公佈實施，如有未盡事宜得隨時修正公佈之。

全校師生利用晨間時間運動 30 分鐘—先做暖身跳健康操再跑步



## 臺南市六甲國民小學「樂活運動站」使用管理實施計畫

一、依據：教育部補助國民中小學設置樂活運動站實施計畫。

二、目的：

- (一)提供師生更充足之室內運動空間與運動設施，舒緩學生運動空間不足問題及減少不良天候對於學生從事身體活動之影響。
- (二)發揮學校創意與特色，建構多元及對學生有吸引力之運動設施，發展學生適性體育，促進身體活動量，並培養其終身運動習慣。
- (三)提升學童運動之意願及樂趣，吸引身體活動能力較弱勢學童加入運動行列並進而養成其規律運動習慣。
- (四)鼓勵本校教職員工生從事健康體能活動，養成規律運動習慣。

三、設置地點：「樂活運動站」教室。

四、開放時間：

- (一)平日上課期間(07：40~16：00)：健康與體育教學使用。
- (二)平日課餘時間(16：00~17：30)：開放團隊及教職員工使用。

五、借用流程：

- (一)請教師事先到學務處預約登記使用的時間及場地，以避免衝堂。
- (二)上課前至學務處借用該場地鑰匙、用具，下課後立即清點歸還，以便後續班級使用。

六、注意事項：

- (一)請各位借用樂活運動站教師，務必於上課期間，全程在場指導學童正確使用各項設施並教育學童能知福惜福，愛惜學校公物。
- (二)使用器材前應先說明安全事項並做暖身操，以防止運動意外傷害發生。
- (三)為維護場地清潔與使用者之安全，禁止嬉戲及攜帶飲料、食物進入。
- (四)使用器材時，請按照正常程序使用。不熟悉的器材應先詢問使用方式，切勿擅自操作，以免發生危險。器材使用完畢後，請教師確認所有器材電源關閉及歸位、關門及歸還鑰匙、用具。
- (五)若不依規定使用而導致意外或器材損壞，應由使用者自行負責所有相關損失，且該班暫停使用，等再學習教育後才能使用。

# 臺南市六甲區六甲國民小學樂活運動站實施成果

設置地點：本校活動中心一樓



## 教學運用情形



活動說明：體能訓練-攀岩



活動說明：學生練習平衡感及手腳協調。



活動說明：體適能練習



活動說明：樂活教室器材完善



活動說明：體適能練習



活動說明：樂活教室器材完善

|        |  |
|--------|--|
| 活動名稱   | 口腔衛生教育融入課程   |
| 活動日期   | 114 年學年  |
| 簡述活動內容 | 利用健康課融入口腔衛生保健內容，透過影片觀賞、實際牙齒斑顯示劑體驗、討論如何正確潔牙，最後寫作學習單，以達成校。 |



觀看口腔保健影片



觀看口腔保健影片



讓小朋友點顯示劑，觀察牙齒斑分布情形



與學生討論如何潔牙才可減少牙齒斑存留



學生透過影片學習如何使用牙線



學生寫作學習單

|        |  |
|--------|--|
| 活動名稱   | 歲末年終感恩二手市集   |
| 活動日期   | 114年12月19日   |
| 簡述活動內容 | 每年歲末年終舉辦二手環保市集，宣導感恩與惜物的環保教育，讓學生懂得愛物惜物，以及收取的錢能夠樂捐做公益，常懷感恩心。 |



二手市集擺攤

各班教室前擺攤，物品琳瑯滿目



小朋友四處物色自己喜歡物品

二手市集可以買到物美價廉的物品

|  |   |
|--|---|
| 活動名稱   | 健康飲食體位講座  |
| 活動日期   | 115年3月10日   |
| 簡述活動內容   | 邀請衛生所營養師杜詠馨到校為學生做健康生活營養飲食教育   |
|   |   |
| 營養師教導學生如何正確飲食  | 營養師教導學生正確飲食注意事項   |
|  |  |
| 營養師教導學生如何分辨食物營養成分  | 最後有獎徵答檢驗成效  |

「學生游泳與自救課程」申請計畫綜整表

| 申請單位                 | 臺南市六甲區六甲國小   |            |        |        |     |                  |   |     |             |
|----------------------|--|------------|--------|--------|-----|------------------|---|-----|-------------|
| 計畫名稱                 | 115年學生游泳與自救課程  |            |        |        |     |                  |   |     |             |
| 計畫經費總額               | 22,864元  |            |        |        |     |                  |   |     |             |
| 申請補助金額               | 22,864元  |            |        |        |     |                  |   |     |             |
| 自籌款                  | 0元   |            |        |        |     |                  |   |     |             |
| 計畫目的                 | 1.養成學生親水能力，進而提升從事水域運動之興趣。<br>2.宣導並加強學生水域安全教育，增進水域安全認知及自救能力。  |            |        |        |     |                  |   |     |             |
| 使用泳池                 | 臺南市六甲國中游泳池   |            |        |        |     |                  |   |     |             |
| 正式(領域或學科)課程內預計實施總校數等 | 無游泳池學校   |            |        |        |     |                  |   |     |             |
|                      | (1)辦理日期：115年5月至115年6月<br>(2)預計實施總班級數 5 班<br>(3)預計參加學生總數 106 人<br>(4)預計每人上課次數(平均) 6 次<br>(5)預計每次授課節數(平均) 2 節<br>(6)預計協同游泳教學師資 1 人，授課總節數 60 節<br>(前一年度協同游泳教學師資 1 人)  |            |        |        |     |                  |   |     |             |
|                      | 有游泳池學校   |            |        |        |     |                  |   |     |             |
|                      | (1)辦理日期：__年__月至__年__月<br>(2)預計實施總班級數__班<br>(3)預計參加學生總數__人<br>(4)預計每人上課次數(平均)__次<br>(5)預計每次授課節數(平均)__節<br>(6)預計協同游泳教學師資__人，授課總節數__節(前一年度協同游泳教學師資__人)  |            |        |        |     |                  |   |     |             |
| 活動內容(應含游泳及自救能力課程)    | 有親水體驗池學校   |            |        |        |     |                  |   |     |             |
|                      | (1)辦理日期：__年__月至__年__月<br>(2)預計實施總班級數__班<br>(3)預計參加學生總數__人<br>(4)預計每人上課次數(平均)__次<br>(5)預計每次授課節數(平均)__節<br>(6)預計協同游泳教學師資__人，授課總節數__節(前一年度協同游泳教學師資__人)  |            |        |        |     |                  |   |     |             |
|                      | 調整各班體育課每週每次2節，統一編排上課時間。每一時段上課班級為1班，每班每週上課1次，每次連上2節課；預定每班上課6次。<br>本課程將依據學生能力進行分組，預計每班分為2組。<br>1. 第1組:以習得全國中小學學生游泳與自救能力基本指標第二級之內容為目標，課程內容包含:韻律呼吸、蹬牆漂浮站立、打水、水母漂等。   |            |        |        |     |                  |   |     |             |
|                      | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">週次</th> <th style="width: 45%;">自救課程內容</th> <th style="width: 40%;">游泳課程內容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第一週</td> <td>水域安全、著衣入水、浮具製作體驗</td> <td style="text-align: center;">-</td> </tr> <tr> <td>第二週</td> <td>韻律呼吸、蹬牆漂浮站立</td> <td>捷泳打水(池邊練習)</td> </tr> </tbody> </table> | 週次         | 自救課程內容 | 游泳課程內容 | 第一週 | 水域安全、著衣入水、浮具製作體驗 | - | 第二週 | 韻律呼吸、蹬牆漂浮站立 |
| 週次                   | 自救課程內容   | 游泳課程內容     |        |        |     |                  |   |     |             |
| 第一週                  | 水域安全、著衣入水、浮具製作體驗   | -          |        |        |     |                  |   |     |             |
| 第二週                  | 韻律呼吸、蹬牆漂浮站立  | 捷泳打水(池邊練習) |        |        |     |                  |   |     |             |

|                               | <table border="1"> <tr> <td>第三週</td> <td>蹬牆漂浮站立、水母漂</td> <td>捷泳打水（蹬牆打水）</td> </tr> <tr> <td>第四週</td> <td>水母漂、仰漂</td> <td>原地側身換氣及划手（手扶浮板）</td> </tr> <tr> <td>第五週</td> <td>仰漂</td> <td>行進側身換氣及划手</td> </tr> <tr> <td>第六週</td> <td colspan="2">練習及課堂測驗</td> </tr> </table>  | 第三週             | 蹬牆漂浮站立、水母漂 | 捷泳打水（蹬牆打水） | 第四週          | 水母漂、仰漂           | 原地側身換氣及划手（手扶浮板） | 第五週  | 仰漂            | 行進側身換氣及划手  | 第六週  | 練習及課堂測驗      |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
|-------------------------------|---|-----------------|------------|------------|--------------|------------------|-----------------|------|---------------|------------|--|--------------|-------------------------|-----|-------|------------|-----|-------|------------|-----|---------|--|
| 第三週                           | 蹬牆漂浮站立、水母漂  | 捷泳打水（蹬牆打水）      |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第四週                           | 水母漂、仰漂  | 原地側身換氣及划手（手扶浮板） |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第五週                           | 仰漂  | 行進側身換氣及划手       |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第六週                           | 練習及課堂測驗   |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
|                               | <p>2. 第2組：以習得全國中小學學生游泳與自救能力基本指標第三級之內容為目標，課程包含，課程內容包含：捷泳或蛙泳划手與打水、水母漂、立泳或仰漂等。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>週次</th> <th>自救課程內容</th> <th>游泳課程內容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第一週</td> <td>水域安全、著衣入水、浮具製作體驗</td> <td>-</td> </tr> <tr> <td>第二週</td> <td>韻律呼吸、水母漂、仰漂</td> <td>捷泳或蛙泳打水及划手</td> </tr> <tr> <td>第三週</td> <td>水母漂、仰漂</td> <td>捷泳或蛙泳打水及划手</td> </tr> <tr> <td>第四週</td> <td>仰漂、立泳</td> <td>捷泳或蛙泳打水及划手</td> </tr> <tr> <td>第五週</td> <td>仰漂、立泳</td> <td>捷泳或蛙泳打水及划手</td> </tr> <tr> <td>第六週</td> <td colspan="2">練習及課堂測驗</td> </tr> </tbody> </table> | 週次              | 自救課程內容     | 游泳課程內容     | 第一週          | 水域安全、著衣入水、浮具製作體驗 | -               | 第二週  | 韻律呼吸、水母漂、仰漂   | 捷泳或蛙泳打水及划手 | 第三週  | 水母漂、仰漂       | 捷泳或蛙泳打水及划手              | 第四週 | 仰漂、立泳 | 捷泳或蛙泳打水及划手 | 第五週 | 仰漂、立泳 | 捷泳或蛙泳打水及划手 | 第六週 | 練習及課堂測驗 |  |
| 週次                            | 自救課程內容  | 游泳課程內容          |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第一週                           | 水域安全、著衣入水、浮具製作體驗  | -               |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第二週                           | 韻律呼吸、水母漂、仰漂   | 捷泳或蛙泳打水及划手      |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第三週                           | 水母漂、仰漂  | 捷泳或蛙泳打水及划手      |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第四週                           | 仰漂、立泳   | 捷泳或蛙泳打水及划手      |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第五週                           | 仰漂、立泳   | 捷泳或蛙泳打水及划手      |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 第六週                           | 練習及課堂測驗   |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 其他特色規劃方式<br>(如提升救生觀念與相關技能課程等) | <p>1.推動游泳與自救能力教學及五級檢測（如水母漂、仰漂等），並教授遇人溺水時的正確救溺方向(救溺五步、防溺十招)和簡易陸上救援演練。</p> <p>2.講師說明救生器具的使用方式，利用實際的器具讓學生親自操作各式救生器具的正確使用方法，用親自體驗的經驗加強防溺觀念。</p>   |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 師資來源、生師比及建立協同游泳教練制度情形         | <p>1. 師資來源：<br/>校內(體育)教師__1__人；外聘協同師資__1__人</p> <p>2. 學生與教師(教練)之人數比例是否依游泳池管理規範辦理：<br/><input checked="" type="checkbox"/>是<br/><input type="checkbox"/>否(請敘明原因)：</p>  |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 主協辦單位                         | 學務處體育組/教務處  |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 工作編組與進度                       | <p>工作編組：</p> <table border="1"> <tr> <th>職稱</th> <th>職掌</th> </tr> <tr> <td>校長</td> <td>綜理游泳教學之督導與考核</td> </tr> <tr> <td>教務主任</td> <td>協助游泳教學之課務安排</td> </tr> <tr> <td>學務主任</td> <td>負責協調游泳教學之各項工作</td> </tr> <tr> <td>體育組長</td> <td>                     1. 實施計劃擬定與執行<br/>                     2. 協調校內調(排)課事宜<br/>                     3. 負責學校與游泳池、協同師資<br/>                     4. 學生游泳與自救課程內容擬定與負責實施計劃之執行                 </td> </tr> <tr> <td>體育教師<br/>協同師資</td> <td>課程內容擬定、教學指導、學生生活教育與安全維護</td> </tr> </table>  | 職稱              | 職掌         | 校長         | 綜理游泳教學之督導與考核 | 教務主任             | 協助游泳教學之課務安排     | 學務主任 | 負責協調游泳教學之各項工作 | 體育組長       | 1. 實施計劃擬定與執行<br>2. 協調校內調(排)課事宜<br>3. 負責學校與游泳池、協同師資<br>4. 學生游泳與自救課程內容擬定與負責實施計劃之執行 | 體育教師<br>協同師資 | 課程內容擬定、教學指導、學生生活教育與安全維護 |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 職稱                            | 職掌  |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 校長                            | 綜理游泳教學之督導與考核  |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 教務主任                          | 協助游泳教學之課務安排   |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 學務主任                          | 負責協調游泳教學之各項工作   |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 體育組長                          | 1. 實施計劃擬定與執行<br>2. 協調校內調(排)課事宜<br>3. 負責學校與游泳池、協同師資<br>4. 學生游泳與自救課程內容擬定與負責實施計劃之執行  |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |
| 體育教師<br>協同師資                  | 課程內容擬定、教學指導、學生生活教育與安全維護   |                 |            |            |              |                  |                 |      |               |            |  |              |                         |     |       |            |     |       |            |     |         |  |

|                     | <table border="1"> <tr> <td>學年導師</td> <td>協助推動游泳教學工作</td> </tr> <tr> <td>護理師</td> <td>協助游泳教學之護理事宜</td> </tr> <tr> <td>游泳池</td> <td>救生員、游泳池設施設備環境管理與安全維護</td> </tr> </table>   | 學年導師 | 協助推動游泳教學工作 | 護理師   | 協助游泳教學之護理事宜 | 游泳池      | 救生員、游泳池設施設備環境管理與安全維護 |                     |          |       |                |           |           |
|---------------------|---|------|------------|-------|-------------|----------|----------------------|---------------------|----------|-------|----------------|-----------|-----------|
| 學年導師                | 協助推動游泳教學工作  |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 護理師                 | 協助游泳教學之護理事宜   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 游泳池                 | 救生員、游泳池設施設備環境管理與安全維護  |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
|                     | <p>工作進度:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>工作內容</th> <th>預計完成日期</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>計劃書撰寫</td> <td>114.10.24</td> </tr> <tr> <td>協調校內課程調度</td> <td>115.04.1</td> </tr> <tr> <td>發放家長通知單、調查學生健康狀況等事宜</td> <td>115.04.8</td> </tr> <tr> <td>課程執行</td> <td>115.5.04-06.12</td> </tr> <tr> <td>成果報告繳交與核銷</td> <td>115.06.30</td> </tr> </tbody> </table> | 工作內容 | 預計完成日期     | 計劃書撰寫 | 114.10.24   | 協調校內課程調度 | 115.04.1             | 發放家長通知單、調查學生健康狀況等事宜 | 115.04.8 | 課程執行  | 115.5.04-06.12 | 成果報告繳交與核銷 | 115.06.30 |
| 工作內容                | 預計完成日期  |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 計劃書撰寫               | 114.10.24   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 協調校內課程調度            | 115.04.1  |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 發放家長通知單、調查學生健康狀況等事宜 | 115.04.8  |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 課程執行                | 115.5.04-06.12  |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 成果報告繳交與核銷           | 115.06.30   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| <p>緊急處理機制(含流程表)</p> | <table border="1"> <thead> <tr> <th>權責</th> <th>作業流程</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.救生員</td> <td rowspan="7"> </td> </tr> <tr> <td>2.救生員</td> </tr> <tr> <td>3.救生員</td> </tr> <tr> <td>4.救生員</td> </tr> <tr> <td>5.救生員</td> </tr> <tr> <td>6.救生員</td> </tr> <tr> <td>7.救生員</td> </tr> </tbody> </table>   | 權責   | 作業流程       | 1.救生員 |             | 2.救生員    | 3.救生員                | 4.救生員               | 5.救生員    | 6.救生員 | 7.救生員          |           |           |
| 權責                  | 作業流程  |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 1.救生員               |   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 2.救生員               |   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 3.救生員               |   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 4.救生員               |   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 5.救生員               |   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 6.救生員               |   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| 7.救生員               |   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |
| <p>預期目標效益</p>       | <p>1. 本活動預估總參加人次達600人次以上。</p>   |      |            |       |             |          |                      |                     |          |       |                |           |           |

附件2-3

|       |   |                       |    |            |
|-------|---|-----------------------|----|------------|
|       | 2. 透過著衣入水及浮具製作體驗，藉此瞭解游泳與自救技能之重要性，重視水域安全。  |                       |    |            |
|       | 3. 達60%以上之學生具備全國中小學學生游泳與自救能力基本指標第二級以上之能力。 |                       |    |            |
| 填表人資料 | 單位  | 學務處體育組長               | 職稱 | 廖仁庸        |
|       | 姓名  | 06-6982041#212        | 電話 | 06-6981033 |
|       | EMAIL                                     | diaboloyung@tn.edu.tw |    |            |

承辦人：



機關首長核章：



活動照片



說明：泳池使用規則、上課規範說明



說明：水域安全宣導



說明：下水前暖身活動



說明：水域安全教學



說明：下水前適應水溫



說明：水中行走



說明：坐姿打水



說明：俯臥打水



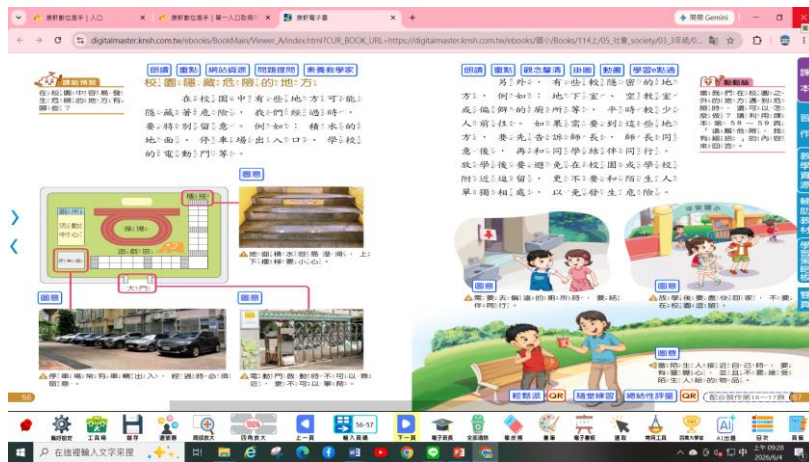
說明：握浮板漂浮



說明：握浮板打水前進

## 戶外課程-結合社會課程進行校園安全探尋

|        |   |
|--------|---|
| 活動名稱   | 校園尋寶-認識校園環境   |
| 活動日期   | 114年10月~12月   |
| 簡述活動內容 | 3年級利用社會單元認識校園環境，設計校園探尋。分組先進行工作分配，各組依紙條中的地圖提示進行尋寶，最後收集四張小紙片，拼湊完成校園中一塊場地，針對這塊場地寫出其功能用途與需注意事項。 |



### 各組先進行組員工作分配



各組依地圖指示進行校園探尋

各組依地圖指示進行校園探尋



各組依地圖指示進行校園探尋



最後將收集四張小紙片拼湊完成圖卡



各組拼湊完成的圖卡

三年一班 第3組  
 成員：蔡以晴、蔡明欣、尹宜亞、李祐丞

1. 校園標的物名稱：

音樂室

2. 功能用途：

升旗

3. 注意事項：

不能在上面跑步

寫出場域名稱、其功能用途與需注



各組拼湊完成的圖卡

三年一班 第1組

成員：陳穎珊、何晉杰、湯立賢、吳若蓮

1. 校園標的物名稱：

風雨球場

2. 功能用途：

打籃球、排球、足球

3. 注意事項：

不要亂丟垃圾

寫出場域名稱、其功能用途與需注



三年二班 第一組  
 成員：顏慧、謝曉、黃羽、陳冠廷、蕭博恩

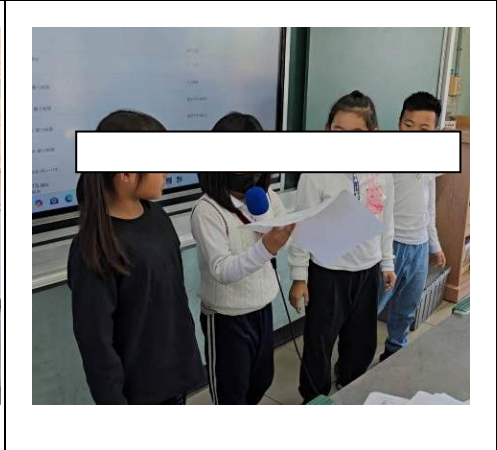
1. 校園標的物名稱：  
 遊樂場

2. 功能用途：  
 讓學生在課餘時間，玩耍、活動、休息

3. 注意事項：  
 不要站在遊樂場上，不要在遊樂場前面

各組拼湊完成的圖卡

寫出場域名稱、其功能用途與需注



各組上台進行發表與分享探尋過程

各組上台進行發表與分享探尋過程

# 健康護照推動情形：

推動對象： 3~6 年級學生，共 20 個班級。全校 29 班，計 2/3 班級數實施。



# 學生紀錄護照的內容：

**【個人健康紀錄】**

姓名：陳毓峯 性別：男 年齡：11 歲

| 健康紀錄         | 上學期      | 下學期      |
|--------------|----------|----------|
| 身高           | 140.5 公分 | 153.4 公分 |
| 體重           | 44 公斤    | 47 公斤    |
| 身體質量指數 (BMI) | 27.4     | 26.0     |

我的身體健康指數 (BMI) 計算表 (BMI) 計算表

體重(公斤) / 身高(公尺) x 身高(公尺)

兒童及青少年身體質量指數 (BMI) 計算表與成人不同，以下是 7-15 歲 BMI 計算表

| 年齡 | BMI 百分位 | 體重 (公斤) | 身高 (公分) |
|----|---------|---------|---------|
| 7  | 13.8    | 13.8    | 117.8   |
| 8  | 14.8    | 14.8    | 124.5   |
| 9  | 16.3    | 16.3    | 131.5   |
| 10 | 18.0    | 18.0    | 138.5   |
| 11 | 19.8    | 19.8    | 145.5   |
| 12 | 21.8    | 21.8    | 152.5   |

**【健康行動紀錄表】**

【目標一】均衡飲食好習慣

1. 維持均衡飲食

2. 促進身體生長及發展

3. 促進正常生理機能

4. 預防疾病、增加抵抗力

【目標二】每日飲水好習慣

1. 促進新陳代謝、維持美麗的肌膚

2. 促進消化與腸胃蠕動、預防便秘問題

3. 避免頭暈眼花、腰酸背痛及頭痛等

【目標三】不喝含糖飲料

1. 增加蛀牙

2. 精神不振、注意力不集中

3. 增加體重、造成肥胖

**【目標四】 不吃零食**  
 ● 零食指甜食、鹹食、高糖、低營養價值的食物，多為加工作。  
 吃糖、餅乾的食品，如蛋糕、糖菓、洋芋片等。  
 ● 零食除了提供熱量外，仍有其他營養價值，如增加腸胃動力，小魚乾、蟹麥芽子等。

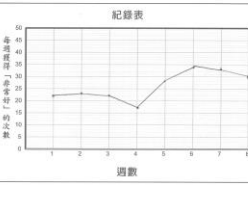
● 吃零食的缺點：  
 1. 影響正餐正常進食，進而造成營養不均衡。  
 2. 對食品口味的養成，增加身體負擔。  
 3. 影響生長發育。

**【目標五】 少吃油炸食品**  
 ● 少吃油炸的好處：  
 1. 降低肥胖的機率。  
 2. 減少發熱生長，改善皮膚光澤。  
 3. 保護心血管。

**【目標六】 天天運動30分鐘**  
 ● 天天運動30分鐘，並包含學校體育課時！  
 ● 運動的好處：  
 1. 穩定情緒，降低壓力。  
 2. 促進心肺功能。  
 3. 儲存體力，保持體力。

**【健康行動紀錄】**

| 目標一         | 目標二              | 目標三        | 目標四      | 目標五        | 目標六          |
|-------------|------------------|------------|----------|------------|--------------|
| 均衡飲食<br>好習慣 | 每天喝水<br>(1500cc) | 不抽<br>食糖飲料 | 不吃<br>零食 | 不吃<br>油炸食品 | 天天運動<br>30分鐘 |
| 飲食均衡<br>好習慣 | 每天喝水<br>(1500cc) | 不抽<br>食糖飲料 | 不吃<br>零食 | 不吃<br>油炸食品 | 天天運動<br>30分鐘 |



**【健康行動紀錄】第1週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**【健康行動紀錄】第2週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**這個星期的表現**  
 這個星期我總共獲得了  
 「要加油」 20 個  
 「非常好」 22 個

**【健康行動紀錄】第3週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**【健康行動紀錄】第4週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**【健康行動紀錄】第5週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**【健康行動紀錄】第6週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**這個星期的表現**  
 這個星期我總共獲得了  
 「要加油」 19 個  
 「非常好」 23 個

**【健康行動紀錄】第7週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**【健康行動紀錄】第8週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**【健康行動紀錄】第9週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**【健康行動紀錄】第10週**

| 日期  | 紀錄項目    | 要加油                      | 非常好                      |
|-----|---------|--------------------------|--------------------------|
| 星期一 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期二 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期三 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期四 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期五 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期六 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 星期日 | 吃到大六類食物 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**這個星期的表現**  
 這個星期我總共獲得了  
 「要加油」 14 個  
 「非常好」 28 個

視力保健繪畫比賽



結合校內語文競賽辦理視力保健繪畫比賽

|        |  |
|--------|--|
| 活動名稱   | 廣達《游於藝》見微知美巡迴展   |
| 活動日期   | 114.11.22  |
| 簡述活動內容 | 今年六甲國小 120 周年校慶結合廣達《游於藝》作為校慶系列活動之一從一開始的策展申請、8 月藝術小尖兵到臺灣歷史博物館導覽培訓，直到上週收到展品，這漫長的等待是值得的。為的是讓六甲的孩子有更多機會接觸藝術展品，提升藝術鑑賞的層次。提供舞台，讓藝術小尖兵突破自我，在群眾面前侃侃而談，建立自信。並配合校慶活動，讓社區民眾有機會和藝術展品互動，讓藝術教育走入民眾、走入生活。 |



展場說明

藝術小尖兵（參訪歷史博物館）



藝術小尖兵（參訪歷史博物館）

活動展場布置完成



小朋友參觀展覽作品

藝術小尖兵為老師學生解說

## 學生視力保健宣導



課程融入視力保健教育



休業式視力保健宣導



校慶三年級以視力保健主題進場



衛生所護理師到校宣導視力保健

## 舉辦 3 年級戶外望遠活動-霧茫眼茫 EYE 看旗



戶外望遠-3 年級學生視角



戶外望遠-觀察對面空氣旗幟與密碼



戶外望遠-觀察空氣旗幟與密碼



戶外望遠-觀察空氣旗幟與密碼

| 霧茫眼茫 eye 看旗         |             |             |             |             |             |
|---------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 三年二班 座號: 11 姓名: 葉芷靖 |             |             |             |             |             |
|                     | 星期一         | 星期二         | 星期三         | 星期四         | 星期五         |
| 第 1 週               | 旗幟: 0 2 3 4 | 旗幟: 4 3 2 4 | 旗幟: 9 0 9 0 | 旗幟: 0 2 3 1 | 旗幟: 1 5 3 2 |
| 密碼                  | 0 2 3 4     | 4 3 2 4     | 9 0 9 0     | 0 2 3 1     | 1 5 3 2     |
| 第 2 週               | 旗幟: 4 2 0 8 | 旗幟: 5 2 0 0 | 旗幟: 1 3 1 4 | 旗幟: 0 3 0 1 | 旗幟: 5 3 1 9 |
| 密碼                  | 4 2 0 8     | 5 2 0 0     | 1 3 1 4     | 0 3 0 1     | 5 3 1 9     |
| 第 3 週               | 旗幟: 1 1 3 8 | 旗幟: 6 6 2 1 | 旗幟: 1 1 1 2 | 旗幟: 5 4 3 2 | 旗幟: 2 2 8 8 |
| 密碼                  | 1 1 3 8     | 6 6 2 1     | 1 1 1 2     | 5 4 3 2     | 2 2 8 8     |
| 第 4 週               | 旗幟: 5 1 5 1 | 旗幟: ○ ○ ○ ○ | 旗幟: 9 8 7 6 | 旗幟: 3 2 2 2 | 旗幟: 8 8 1 5 |
| 密碼                  | 5 1 5 1     | ○ ○ ○ ○     | 9 8 7 6     | 3 2 2 2     | 8 8 1 5     |
| 第 5 週               | 旗幟: 5 2 8 8 | 旗幟: 2 2 6 6 | 旗幟: 8 1 2 4 | 旗幟: 6 1 0 3 | 旗幟: ○ ○ ○ ○ |
| 密碼                  | 5 2 8 8     | 2 2 6 6     | 8 1 2 4     | 6 1 0 3     | ○ ○ ○ ○     |
| 第 6 週               | 旗幟: ○ ○ ○ ○ | 旗幟: 3 3 1 8 | 旗幟: 6 3 1 0 | 旗幟: 1 0 0 9 | 旗幟: 1 4 1 4 |
| 密碼                  | ○ ○ ○ ○     | 3 3 1 8     | 6 3 1 0     | 1 0 0 9     | 1 4 1 4     |
| 第 7 週               | 旗幟: 8 2 8 8 | 旗幟: 8 8 5 2 | 旗幟: 1 0 2 0 | 旗幟: 5 1 8 8 | 旗幟: 8 2 8 4 |
| 密碼                  | 8 2 8 8     | 8 8 5 2     | 1 0 2 0     | 5 1 8 8     | 8 2 8 4     |

觀察記錄執行表

| 霧茫眼茫 eye 看旗          |             |             |             |             |             |
|----------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 三年一 班 座號: 11 姓名: 王宇廷 |             |             |             |             |             |
|                      | 星期一         | 星期二         | 星期三         | 星期四         | 星期五         |
| 第 1 週                | 旗幟: 0 2 3 4 | 旗幟: 4 3 2 4 | 旗幟: 9 0 9 0 | 旗幟: 0 2 3 1 | 旗幟: 1 5 3 2 |
| 密碼                   | 0 2 3 4     | 4 3 2 4     | 9 0 9 0     | 0 2 3 1     | 1 5 3 2     |
| 第 2 週                | 旗幟: 4 2 0 8 | 旗幟: 5 2 0 0 | 旗幟: 1 3 1 4 | 旗幟: 0 3 0 1 | 旗幟: 5 3 1 9 |
| 密碼                   | 4 2 0 8     | 5 2 0 0     | 1 3 1 4     | 0 3 0 1     | 5 3 1 9     |
| 第 3 週                | 旗幟: 1 1 3 8 | 旗幟: 6 6 2 1 | 旗幟: 1 1 1 2 | 旗幟: 5 4 3 2 | 旗幟: 2 2 8 8 |
| 密碼                   | 1 1 3 8     | 6 6 2 1     | 1 1 1 2     | 5 4 3 2     | 2 2 8 8     |
| 第 4 週                | 旗幟: 5 1 5 1 | 旗幟: ○ ○ ○ ○ | 旗幟: 9 8 7 6 | 旗幟: 3 2 2 2 | 旗幟: 8 8 1 5 |
| 密碼                   | 5 1 5 1     | ○ ○ ○ ○     | 9 8 7 6     | 3 2 2 2     | 8 8 1 5     |
| 第 5 週                | 旗幟: 5 2 8 8 | 旗幟: 2 2 6 6 | 旗幟: 8 1 2 4 | 旗幟: 6 1 0 3 | 旗幟: ○ ○ ○ ○ |
| 密碼                   | 5 2 8 8     | 2 2 6 6     | 8 1 2 4     | 6 1 0 3     | ○ ○ ○ ○     |
| 第 6 週                | 旗幟: ○ ○ ○ ○ | 旗幟: 3 3 1 8 | 旗幟: 6 3 1 0 | 旗幟: 1 0 0 9 | 旗幟: 1 4 1 4 |
| 密碼                   | ○ ○ ○ ○     | 3 3 1 8     | 6 3 1 0     | 1 0 0 9     | 1 4 1 4     |
| 第 7 週                | 旗幟: 8 2 8 8 | 旗幟: 8 8 5 2 | 旗幟: 1 0 2 0 | 旗幟: 5 1 8 8 | 旗幟: 8 2 8 4 |
| 密碼                   | 8 2 8 8     | 8 8 5 2     | 1 0 2 0     | 5 1 8 8     | 8 2 8 4     |

觀察記錄執行表

| 霧茫茫眼 eye 看旗         |               |               |               |               |               |
|---------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 三年一班 座號: 21 姓名: 吳培輝 |               |               |               |               |               |
|                     | 星期一           | 星期二           | 星期三           | 星期四           | 星期五           |
| 第1週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第2週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第3週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第4週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第5週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第6週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第7週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |

觀察記錄執行表

| 霧茫茫眼 eye 看旗         |               |               |               |               |               |
|---------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 三年一班 座號: 21 姓名: 吳培輝 |               |               |               |               |               |
|                     | 星期一           | 星期二           | 星期三           | 星期四           | 星期五           |
| 第1週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第2週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第3週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第4週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第5週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第6週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |
| 第7週                 | 旗幟<br>9 7 3 1 | 旗幟<br>4 3 2 4 | 旗幟<br>9 0 9 0 | 旗幟<br>2 5 8 1 | 旗幟<br>7 5 3 2 |
| 密碼                  | 2 4 0 8       | 5 2 0 0       | 1 3 1 4       | 5 5 9 9       | 0 0 1 1       |

觀察記錄執行表