

臺南市鹽水區岸內國小「健康促進學校評選」活動成果

➤2-3-1 結合或參與公部門共同辦理的健康促進議題相關活動

項目說明	視力保健校園巡迴偶戲，寓教於樂深植愛眼觀念。
	
透過動態展演有效激發學生的學習動機與專注力。	偶戲表演融入日常生活用眼情境，以貼近學生經驗的趣味互動，深入淺出傳遞護眼核心知識。
	
演出現場互動熱烈，透過劇情有獎徵答，即時檢核並強化學生對於視力保健之認知。	師生全神貫注參與健促偶戲體驗，成功將生硬的健康核心指標轉化為有感的校園文化。

臺南市鹽水區岸內國小「健康促進學校評選」活動成果

➤2-3-1 結合或參與公部門共同辦理的健康促進議題相關活動

項目說明	承辦食農遊學地圖，全校進行食農教育
	
學生親身體驗在地作物的種植與採收，落實知行合一的食農教育與勞動實踐。	
	
引導學生親手翻土種植、下種並進行日常澆水照護。在親身實踐的過程中，不僅培育孩子對自然環境的關懷與責任感，更建立起珍惜食物與低碳永續生活的核心素養。	
	
教師引導學生觀察植物生長，將健康飲食與環境永續觀念無縫融入自然與生活科技課程。	學生認真聽講栽種甘蔗注意事項，結合戶外觀察任務，有效減少長時間室內近距離用眼。

臺南市鹽水區岸內國小「健康促進學校評選」活動成果

➤2-3-1 結合或參與公部門共同辦理的健康促進議題相關活動

項目說明	進行教育局及體育局體適能與飲食計畫-施行餐前五分鐘飲食教育
------	-------------------------------



各班級落實「餐前5分鐘」飲食教育，靈活運用多媒體資源引導學生探究食材營養，培育學生在用餐前掌握正確飲食知識，建立聰明選擇六大類食物的自主調控能力，將健康行為扎根於日常生活中。

臺南市鹽水區岸內國小「健康促進學校評選」活動成果

➤2-3-1 結合或參與公部門共同辦理的健康促進議題相關活動

項目說明	參加臺南市各項運動比賽—普及化跳繩比賽、新興盃籃球比賽	
	<p>透過普及化運動跳繩競賽，不僅厚植學生的核心體適能與心肺耐力，更激發高度的班級凝聚力與團隊合作精神。</p>	 <p>學生代表學校參加臺南市普及化運動跳繩比賽，在賽場上全力以赴，展現平時扎實的體能訓練成果。</p>
	<p>籃球隊學生組隊參與「新興盃」籃球錦標賽，透過高強度的賽事競技，鍛鍊基礎運動技能與敏捷性。</p>	 <p>學生於賽事中發揮運動員精神，在實戰中展現戰術配合，藉由參與外部賽事有效建立學生的運動自信心與自我效能感。</p>