

【附件2】

臺南市114學年度土城高中健康教學活動成果表

議題名稱	青春無菸檳 健康向前行－拒絕菸檳誘惑與健康自主行動力培養		
日期	115 年6月1日	實施班級	一年級全體學生
課程內容敘述	邀請衛生所護理師入校辦理菸檳防制宣導活動，透過簡報講解、案例分享、影片欣賞及互動問答等方式，介紹菸品、電子煙及檳榔對身體健康之危害，說明相關法規及拒絕技巧。課程引導學生認識菸檳產品對口腔健康、心血管健康及癌症風險之影響，建立正確健康觀念，提升辨識誘惑及拒絕不良物質的能力，進而培養健康生活型態與自我保護能力，共同營造無菸無檳健康校園。		
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 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 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 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。		
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 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 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 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。		

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：衛生所護理師透過簡報說明菸品、電子煙及檳榔對健康的危害，引導學生建立拒絕菸檳的正確觀念，提升健康識能與自我保護能力。

說明：學生專注聆聽菸檳防制課程內容，認識菸檳對身體健康及生活品質的影響，培養健康生活態度與正確價值觀。



說明：護理師以實際案例分享菸檳危害及相關法規，增進學生辨識健康風險能力，學習遠離菸檳誘惑的方法。

說明：透過互動問答與情境討論，引導學生練習拒絕技巧與健康決策能力，強化拒菸拒檳行動力，落實健康生活實踐。