

【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	青春有愛更有責任－性教育暨生理健康生活技能培力課程		
日期	115年5月29日	實施班級	三年級全體學生
課程內容敘述	邀請敏惠醫護管理專科學校師生到校辦理性教育暨生理健康生活技能宣導活動，透過短劇表演、情境模擬、有獎徵答及學生實作體驗等多元教學方式，引導學生認識青春期身心變化、生理衛生保健、性別尊重、身體自主權及性健康相關議題。課程中藉由生活情境討論與實際操作活動，培養學生自我覺察、健康決策、問題解決及溝通表達能力，學習正確處理生理用品及維護個人衛生的方法，提升自我照護能力與健康識能，建立尊重自己與他人身體界線的正向態度，落實健康安全的生活行動。		
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 checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 同理心 <input checked="" 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		
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 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 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：敏惠醫護管理專科學校學生透過短劇表演，引導學生認識青春期身心變化及生理健康議題，培養自我覺察能力與健康生活態度。



說明：藉由生活情境短劇演出，帶領學生思考青春期可能面臨的健康問題與因應方式，提升健康決策及問題解決能力。



說明：講師說明生理衛生保健知識與個人清潔方法，引導學生建立正確健康觀念，增進自我照護能力。



說明：透過互動講解與案例討論，引導學生尊重身體自主權及個人隱私，培養健康人際互動與同理心。



說明：學生實際示範使用後衛生棉的正確整理與丟棄方式，透過操作體驗學習生理衛生管理技能，提升健康行動能力與自我照護能力。



說明：學生踴躍參與有獎徵答及互動活動，透過提問與分享強化健康知識應用能力，培養溝通表達、批判思考及健康決策能力。