



## 臺南市114學年度延平國民中學健康教學活動成果表

議題名稱	拒絕菸害享受純淨生活		
日期	114年 06 月 30 日	實施對象	全校師生
課程內容敘述	加強青少年拒菸及法規觀念，認識菸品、電子煙及檳榔的危害，以建立學生對拒菸技巧及瞭解菸害防制法規。		
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 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 checked="" type="checkbox"/> 自我監控 <input checked="" 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 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 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 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 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：認識菸害		說明：拒絕菸害	



說明：拒菸影片1



說明：拒菸影片2



說明：認識電子菸



說明：菸害知多少



說明：香菸中含有害物質



說明：拒菸影片3

## 臺南市114學年度延平國民中學健康教學活動成果表

議題名稱	電子菸危害及拒檳宣導講座		
日期	114年 07月31日	實施班級	國二生
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：電子菸危害介紹		說明：菸害相關法規	
			
說明：拒菸技巧		說明：菸害心得分享討論	



說明：檳榔危害防制



說明：口腔癌示意圖



說明：檳榔成分介紹



說明：致癌結果



說明：口腔癌發生率



說明：戒菸專線

## 臺南市114學年度延平國民中學健康教學活動成果表

議題名稱	北區衛生所-拒絕菸檳守護好身體		
日期	115年 03月30日	實施班級	全校師生
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：菸檳簡介		說明：菸害形式	
			
說明：尼古丁戒斷症狀		說明：戒菸專線	
			
說明：認識檳榔		說明：如何對菸檳拒絕	