

臺南市 114 學年度新南國民小學健康促進學校成果

7-1-1 學校實施正式或非正式課程、健康活動、研習訓練時，有邀請社區人士共同參與，發揮學校健康促進之影響力

佐證資料

| 節次 | 課程內容 | 講師 |
|----|---|--------|
| 1 | 健康飲食教育 是不是覺得健康的食物不好吃，美味就會對胃口，健康就只是營養師說大家應該吃那些每天五種的水果呢！ | 黃寶琴營養師 |
| 2 | 科學飲食教育 現代人常常在料理位帶來科學管理，與時俱進的營養師為大眾說明科學飲食以及選擇健康的意義性！ | 楊麗玲營養師 |
| 3 | 體適能處方系列 體適能訓練觀念(心肺耐力、肌肉、柔軟度、平衡、敏捷、肌力(舉重、投擲)及爆發力(空手道))，藉此活動再大家了解，透過此活動讓親子了解自己的體能狀況。 | 簡宇輝老師 |
| 4 | 健康活動體驗 邀請專業的正副處長和專業社會人士，參加親子共同體驗體適能活動，親子共同參與體適能活動。 | 王偉俊老師 |



舉辦暑期親子育樂營

舉辦暑期親子育樂營



家長學生踴躍參與

親子共同體驗體適能測驗項目



親子共同體驗體適能測驗項目

學生對體適能項目躍躍欲試



學生對體適能項目躍躍欲試



學生對體適能項目躍躍欲試



課程結束後共同享用健康營養的餐點



課程結束後共同享用健康營養的餐點



課程結束後共同享用健康營養的餐點



邀請專業大廚指導完成的營養午餐



教職員工與家長志工踴躍參與
安平遊港行程



教職員工與家長志工踴躍參與
安平遊港行程