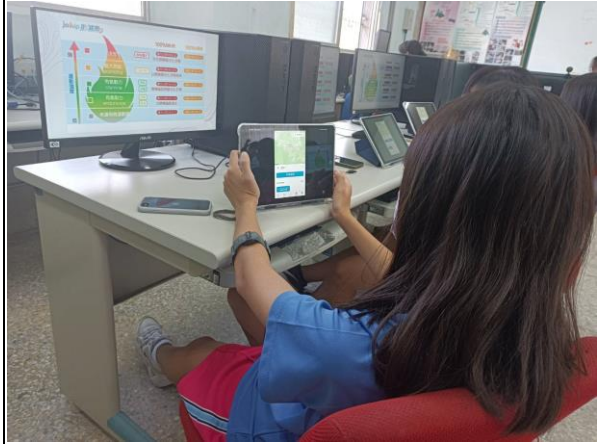


臺南市112學年度左鎮國民中學健康教學活動成果表

議題名稱	科技資源我會用		
日期	112年 10 月 22 日	實施班級	八年 甲 班
課程內容敘述	本課程係結合健體領域與科技領域之跨領域課程。藉由數位學習的方式以心率		
符合生活技能項目(勾選)	<input type="checkbox"/> 做決定 <input checked="" type="checkbox"/> 批判思考 <input checked="" type="checkbox"/> 解決問題 <input 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 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 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 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 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：體適能呼吸訓練	說明：體適能呼吸講解		



說明：心律表使用操作



說明：身體適能的課程



說明：教師進行單車教育



說明：校長進行單車教育



說明：

學生單車教育結合資訊成果分享(校內外人



說明：

學生單車教育結合資訊成果分享(校內外人

教師將健康知識融入課程

數位學習重點學校課程計畫			
學習主題名稱	學生體適能數位監測及運用	實施年級 (班級組別)	八 ~
實施節數	本學期共(24)節		
領域核心素養	縱體-1-33 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計劃。 縱體-1-32 具備善用體育與健康相關科技、資訊及媒體，以增進學習素養。 科-1-33 利用科技資源，擬定與執行科技專題活動。		
課程目標	善用科技、體育和健康資源，增進學生體適能之運用。		
配合融入之領域或議題	<input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育		
表現任務	善用科技、體育和健康資源分析自身體適能狀態。		
課程架構圖(單元設計依據學生應習得的重要學習目標進行區分)(單元職務自行規劃)			



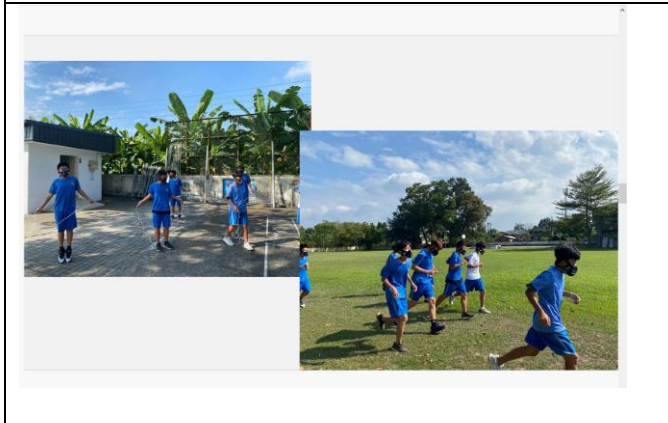
說明：健康資訊融入健康體育和科技

說明：課程教學



說明：健康資訊融入健康體育和科技

說明：心律表融入單車教育

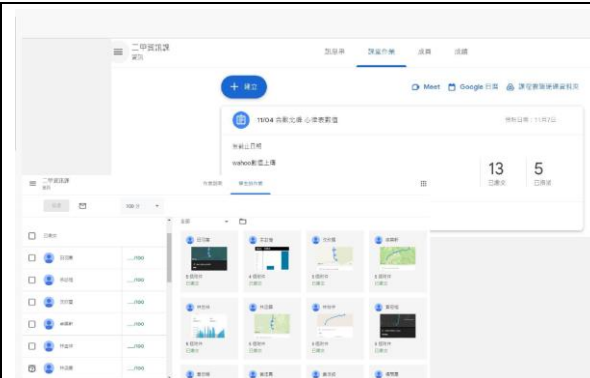


說明：戶外體能訓練

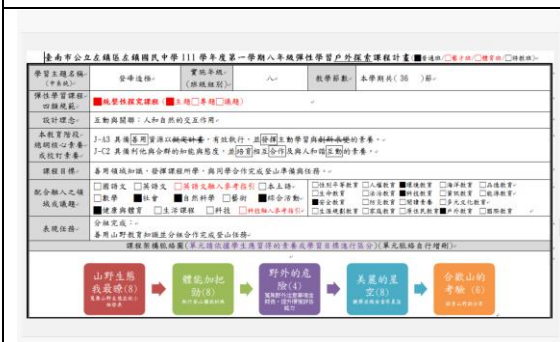
說明：體適能呼吸練習



說明：校本課程介紹



說明：資訊課作業繳交情形



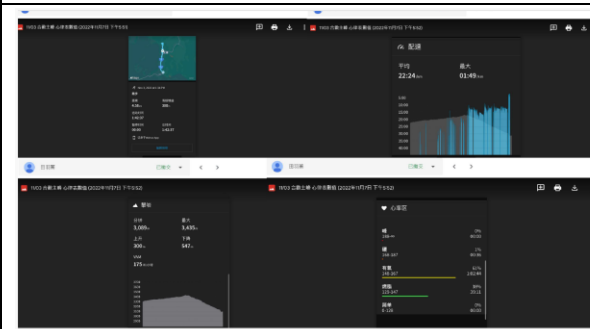
說明：健康資訊結合校本課程



說明：學生進行登山活動



說明：學生進行登山活動



說明：登山心律表數值