臺南市112學年度歸南國民小學 教師接受到生活技能訓練或規劃多元彈性教學模式, 使學生接受素養導向課程學習,以做健康行動的決定。

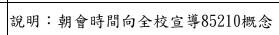
臺南市112學年度歸南國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	健康生活85210		
日期	112年 11 月 3 日	實施班級	高年級
課程內容敘述	引導學生組成團隊於校園 念,也進入社區向民眾宣		
符合生活技能 項目(勾選)	做決定□批判思考□解抗壓能力□自我監控□人際溝通能力■倡導能包含其中一項以上即可,	目標設定□同理ペカ□協商能力□打	立■合作與團隊作業 E絕技能
符合核心素養項目(勾選)	■E-A1 具無過程 是-A2 具備體質活活, 是-A3 具備體質活活, 是-A3 具備實質 是-A3 具備實質 是-A3 具備實質 是-A3 具備實質 是-B1 具備實質 是-B1 具循數應、明報與活力 是-B2 具備數應、明報與活力 是-B2 具明備,生關的他員 是-B3 發具所 是-B3 發具所 是-B3 發展所 是-B4 與關係 是-B5 與所 是-B5 與所 是-C2 與所 是-C2 其與所 是-C3 其 與所 是-C3 其 是-C3 其 是-C4 是 上一C5 是 上一C6 是 上一C7 是 是-C8 是 是-C9 是-C9 是 是-C9 是-C9 是 是-C9 是 是-C9 是 是-C9 是 是-C9 是 是-C9 是 是-C9 是	展與運動,康溝相與感運動,,促運動生健動保健計 符。技內的養健養育以保健問的及 相上科康和動的民動學保健問的及 知 資的資康公活度的問題 稅 人名	能考。 作能 以 創 應 理 多。 方 , が 基 與 素 養 感 體 過 職 無 理 多。 力 人 の 大 、 の と 、 の と 、 の と 、 の と 、 を と の と を と を と い か と も と に と い か ら も と で と の か ら も に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら も に か ら も に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら ま に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら ま に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら は い ら に か ら に か ら に か ら は い ら に か

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明:健康生活團隊定期開會擬定方案







說明:向全校宣導健康生活行動方案

說明:邀請大家多從事戶外運動





說明:走進社區向民眾、家長宣導

說明:健康概念從校園推廣至家庭與社區





說明:號召全民一起響應

說明:支持85210健康生活



臺南市112學年度歸南國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	飲食紅綠燈				
4X \\ \(\tau \) 117	以及红秋州				
日期	113年 1 月 16 日	實施班級	中年級		
課程內容敘述	透過健康課程引導學生食物要注重營養均衡,除了食材的選擇				
	外,也要留意烹調方式。		學習單,讓學生實際分		
	辨紅綠燈食物,並帶回成	果與家長分享。			
符合生活技能	做決定■批判思考□解抗壓能力■自我監控□				
項目(勾選)	□人際溝通能力■倡導能包含其中一項以上即可,				
符合核心素養	□E-A1 具備良好身體活動展,並認識個人特質,發		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		
項目(勾選)	■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。				
	□E-A3 具備擬定基本的運		作能力,並以創新思考		
	方式,因應日常生活情境。 □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。				
	□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。 □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				
	E-DO 共備運動與健康月 官的發展,在生活環境中				
	■E-C1 具備生活中有關運				
	解並遵守相關的道德規範				
	□E-C2 具備同理他人感受		隶生活中樂於與人互		
	動,並與團隊成員合作,		 		
	■E-C3 具備理解與關心本及包容文化的多元性。	工、國際體育與健康	求		

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明:健康教師引導食材與營養的重要性 說明:教師介紹紅綠燈食物的區別方式





說明:活動時間,學生先抽取紅黃綠球



說明:再選出相對應的食物放入燈區



說明:在學生判別過程中,教師給予回饋



說明:針對學生判斷結果,與全班討論



說明:美化學習單上的料理再剪下分類



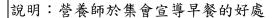
說明:藉由一次次活動,學會分辨與選擇 紅綠燈食物,並實踐於生活中。

臺南市112學年度歸南國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	我愛吃早餐			
日期	113年 4 月 1 日	實施班級	低年級	
課程內容敘述	透過營養師的早餐宣導已自己每日早餐、複習營養味早餐,與家長分享。	·原則,讓學生設:	汁、打造專屬的營養美	
符合生活技能項目(勾選)	做決定□批判思考□解抗壓能力■自我監控■人際溝通能力■倡導能包含其中一項以上即可,	┃目標設定□同理へ 力□協商能力□打	ン□合作與團隊作業 互絕技能	
符合核心素養項目(勾選)	■E-A1 具備良好身體質活活,動發與人物學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學	是與運動。之滿相與所養健康與 與人之 與連與保健動保 , 是健動保健, 與 與 是健動保健, 以 與 是 , 是 , 是 , 是 , 是 , 是 , 是 , 是 , 是 , 是	思考。 思考。 此考,並刻 問題 問題 問題 問題 問題 問題 問題 思考 。 此 知 一 同 理 心 , 。 意 。 。 是 。 是 。 是 。 是 。 是 。 是 。 是 。 是 。	

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)







說明:營養師教大家如何選擇營養早餐





說明:教師課堂中引導營養早餐的原則

說明:學生根據原則反思自己吃的早餐





說明:設計營養早點套餐與家人分享

說明:運用黏土親手打造自己營養早餐





說明:學生 DIY 製作營養早餐並設計菜單

說明:上臺介紹營養成分與推廣營養早餐