



## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

1. 小新團隊實施彈性學習—永續小新及健康小新，讓學生透過環境、生活、學習—成為小新學生的日常。





## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

1. 小新團隊實施彈性學習—永續小新及健康小新，讓學生透過環境、生活、學習—成為小新學生的日常。





# 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

## 2. 小新團隊制訂校訂課程以SDGs永續發展目標一 確保糧食安全，消除飢餓，促進永續農業

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類 PBL)←

臺南市公立善化區小新國民小學 112 學年度(第一學期)五年級【PBL 專題式學習】彈性學習課程計畫←

專題名稱←	舌尖上的世界←	教學節數←	本學期共(63)節←
學習情境←	台灣各地那麼多的美食,世界各個國家也有沒有相同的地方值得我們探索一番←		
待解決問題(驅動問題)←	常看到許多知名餐廳獲得米其林星級的榮耀←		
跨領域之大概概念←	差異與多元:台灣族群多元,美食眾多,而世←		
本教育階段總綱核心素養←	總 E-A2 具備探索問題的思考能力,並透過 總 E-A3 具備擬定計畫與實作的的能力,並以 總 E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養,←		
課程目標←	運用教學策略讓學生比較與辨別各國飲食的←		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)←

臺南市公立善化區小新國民小學 112 學年度第 1 學期四年級彈性學習 小新意迎未來 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)←

學習主題名稱←	永續小新← 食安糾察隊←	實施年級(班級組別)←	四年級←	教學節數←	本學期共(21)節←
彈性學習課程四類規範←	1. ■統整性探究課程 (■主題□專題□議題) ←				
設計理念←	交互作用—符應大系統的永續精神 (SDGs 目標 12: 促進綠色經濟、確保永續消費及生產模式), 針對食安 (堅守食物原有的價值) 主題進行加深加廣的課程設計, 透過學習單、分組表演、個人創作問題...的形式, 提升學生對食物安全的自主意識。←				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養←	E-A2 具備探索問題的思考能力, 並透過體驗與實踐處理日常生活問題。← E-C2 具備理解他人感受, 樂於與人互動, 並與團隊成員合作之素養。←				
課程目標←	學生能夠從自己的家庭生活出發, 理解食品安全與個人生活的關聯, 進而說出食品安全的基本概念, 再透過食品標章介紹及小處討論, 說明食品安全與個人健康的影響。←				
配合融入之領域或議題←	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語← <input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動← <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引← <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育← <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育← <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育← <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 ←				
表現任務←	我是總鋪師: 學生能夠介紹各式食品標章及製作古早味甜點。←				
課程架構脈絡←					



# 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

## 2. 小新團隊制訂校訂課程以SDGs永續發展目標一 確保糧食安全，消除飢餓，促進永續農業

C6-1 彈性學習課程計畫(第一類 PBL)←

臺南市立善化區小新國民小學 112 學年度(第一學期)六年級小新意迎未來小新意迎未來【PBL 專題式學習】彈性學習課程計畫←

專題名稱←	糧安至上←	教學節數←	本學期共( 40 )節←
學習情境←	全球食受到疫情、氣候變遷及戰爭,全球物價飛漲,全球糧食短缺問題浮現←		
待解決問題(驅動問題)←	糧食短缺的原因以及如何找出解決的方案?←		
跨領域之大概概念←	變遷與因果:不同時空條件下糧食生活與生活環←		
本教育階段總綱核心素養←	總 E-A2 具備探索問題的思能力,並透過體驗與實←		
課程目標←	學生能夠探索人、糧食與土地環境的問題,建立←		

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)←

臺南市公立善化區小新國民小學 112 學年度第 1 學期三年級彈性學習 小新意迎未來 課程計畫(■普通班/□藝才班/□體育班/□特教班)←

學習主題名稱←	永續小新← 小新好作物←	實施年級(班級組別)←	三年級←	教學節數←	本學期共( 21 )節←
彈性學習課程四類規範←	1. ■統整性探究課程 (■主題□專題□議題)←				
設計理念←	互動與關聯:體察社區作物與生活的關聯,並透過製作與栽種增進學生與作物之間的互動←				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養←	E-A2 具備探索問題的思考能力,並透過體驗與實踐處理日常生活問題← E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養,並理解各類媒體內容的意義與影響。←				
課程目標←	學生探索學校附近農作物栽種的樣貌,應用資訊媒體做簡介,並親自體驗栽種的樂趣。←				
配合融入之領域或議題←	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語← <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input checked="" type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動← <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引← <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育← <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育← <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育← <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育←				
表現任務←	農家樂-學生能清楚報告分享小新社區的農作地圖並栽種、照料及收成蔬菜←				

課程架構脈絡←



## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

3. 小新團隊運用多元方式，鼓勵小朋友讓運動成為日常，  
· 期望孩子能夠享動、樂動





## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

3. 小新團隊運用多元方式，鼓勵小朋友讓運動成為日常，  
，期望孩子能夠享動、樂動



校長鼓勵孩子運動，親自挑選西瓜、切西瓜請孩子享用，健康又美味！



## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

3. 小新團隊運用學生晨光時間及課間活動時間，鼓勵小朋友讓運動成為日常，  
並運用運動會、班親會讓家庭共同享動、樂動



愛你健康  
身體勇



## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

3. 小新團隊運用學生晨光時間及課間活動時間，鼓勵小朋友讓運動成為日常，並運用運動會、班親會讓家庭共同享動、樂動



藉著班親會及班級群組與家長分享健康飲食的觀念

跑步跳 標準為 30下/30秒	開叉跳 標準為 50下/60秒	開叉跳 標準為 50下/60秒
<b>Grade #4</b> <ul style="list-style-type: none"><li>守宸 (65F)</li><li>淨晨 (57F)</li><li>睿彤 (53F)</li><li>宸佑 (49F)</li><li>芷儀 (38F)</li><li>維鈞 (37F)</li><li>景堤 (34F)</li></ul>	<b>Grade #5</b> <ul style="list-style-type: none"><li>琮瑜 (105F)</li><li>東鈞 (77F)</li><li>孟煊 (69F)</li><li>瓊琛 (50F)</li></ul>	<b>Grade #6</b> <ul style="list-style-type: none"><li>琮庭 (112F)</li><li>士隸 (80F)</li><li>宸琪 (78F)</li><li>子清 (73F)</li><li>冠翰 (65F)</li></ul>

**Jump Rope Rewards**  
各班達標者可獲得榮譽點數3點，第一名額外給予榮譽點數5點、第二名4點、第三名3點

- 1 5 points
- 2 4 points
- 3 3 points

結合榮譽制度，獎勵達到運動標準的學生榮譽點數



向家長推廣臺南市健康資訊 (健促小超人)





# 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

## 3. 小新團隊運用學生晨光時間及課間活動時間，鼓勵小朋友讓運動成為日常，並運用運動會、班親會讓家庭共同享動、樂動



學生自主於下課時間進行跑步活動

臺南市善化區小新國小112學年度第1學期大跑步計畫-學生自主管理登記表

112年11月 2年1班導師：黃美莉老師

學生每週跑量達標者，給予學校榮譽點數2點，未達目標但認真參與的學生老師可酌予榮譽點數1-2點。(每週標準：一年級10圈，二年級13圈，三年級15圈，四-六年級18圈)

姓名	11/1	11/2	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	11/17	11/18	11/19	11/20
1. 洪嘉軒	3	3	5	5	3	12	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2. 張明廷	1	3	5	5	3	12	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3. 王鈞遠	1	3	5	5	3	12	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4. 陳宏誠	3	3	5	5	3	12	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

112年12月 6年1班導師：楊正陽老師

學生每週跑量達標者，給予學校榮譽點數3點，未達目標但認真參與的學生老師可酌予榮譽點數1-2點。

姓名	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5	12/6	12/7	12/8	12/9	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	12/17	12/18	12/19	12/20
1. 曾冠勳	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
2. 曾子傑	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
3. 王毅軒	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
4. 曾士敏	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7

112年11月 4年1班導師：郭敏君

學生每週跑量達標者，給予學校榮譽點數2點，未達目標但認真參與的學生老師可酌予榮譽點數1-2點。(每週標準：一年級10圈，二年級13圈，三年級15圈，四-六年級18圈)

姓名	11/1	11/2	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	11/17	11/18	11/19	11/20
1. 洪嘉軒	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2. 張明廷	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3. 王鈞遠	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4. 陳宏誠	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5. 洪嘉軒	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6. 張明廷	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7. 王鈞遠	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8. 陳宏誠	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9. 洪嘉軒	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10. 張明廷	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11. 王鈞遠	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
12. 陳宏誠	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0



平時在校以班級為推動跳繩運動，並訓練跳繩接力

- 臺南市小新國小 112 學年度辦理健康體位系列活動——2023 小新國小跳繩過關認證實施計劃
- 依據：
    - 本校 112 學年度行事計劃辦理。
    - 本校 112 學年度提昇學生體適能計畫。
  - 目的：
    - 為落實體育教學，培養學生運動精神，建立正確運動觀念，鍛鍊學生健全的體魄。
    - 經由推動跳繩運動，增進學生培養正當之休閒活動與健康的信念，養成運動的習慣。
    - 鼓勵學生修習跳繩多元技能，延續傳統藝術並發揚光大。
  - 辦理單位：小新國小教導處。
  - 認證對象：全校一至六年級。
  - 認證時間：112 年 9 月起
  - 認證內容：如過關單。
  - 認證地點：校園內空曠且安全地點即可。
  - 認證辦法：利用體育課或課餘時間，找體育老師或導師認證，透過各級別過關單內之項目即可過關。
  - 獎勵：
 

通過者，即可獲得體育點數。(新手級 10 點、進階級 20 點、挑戰級 30 點、高手級 40 點、玩家級 50 點、至尊級 60 點)
  - 附件一到六(各級別認證項目)
  - 本辦法由校長核定後實施，修正時亦同。

# 愛你健康身體勇

老師確實登記並給予完成跑步計畫的學生鼓勵與肯定

## 小新國小跳繩過關認證實施計



## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

4. 小新團隊強調營養課程，並為孩子進行前、後測及統計分析，讓惜食成為孩子的生活與習慣，下學期的午餐剩食率明顯降低



教師會議共同討論如何降低午餐剩食率



午餐執秘確實記錄每日廚餘量



學生自己種菜並將蔬菜做為佳餚，更懂惜食



## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

4. 小新團隊強調營養課程，並為孩子進行前、後測及統計分析，讓惜食成為孩子的生活與習慣，下學期的午餐剩食率明顯降低



將剩食打包的惜食行動，讓剩食成為美食



非正式課程補充或加強學生健康飲食觀念



鼓勵孩子均衡飲食，減少剩食



# 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

## 4. 小新團隊強調營養課程，並為孩子進行前、後測及統計分析，讓惜食成為孩子的生活與習慣，下學期的午餐剩食率明顯降低

### 小新國小推動午餐剩食率降低 成果資料

#### 一、執行方式：

- (一)、於會議時與師長們共同討論降低剩食率的策略。
- (二)、運用不同方式向學生宣導，如：公告食譜、請各班導師協助播放惜食影片、張貼宣導海報、每天午餐前將當天菜色上傳至雲端供全校師生查看。
- (三)、記錄每日廚餘量，填寫午餐剩食率表格。

#### 二、執行對象：全校師生

#### 三、指標目標：午餐剩食率與上學期相比降低 4~4.9%

#### 四、預期效益：

- (一)、培養全校師生具備正確的用餐觀念及飲食習慣。
- (二)、使學生養成不超量打菜的習慣，並能將餐盤食物完食。
- (三)、增進學生惜食感恩，降低偏食的壞習慣。

#### 推廣剩食率心得：

感謝校內同仁的支持，讓剩食推廣成效可以達到我們預期的目標。學生自行種菜是策略一，同仁將剩食打包的惜食行動，讓剩食成為美食則是策略二，惜食愛物，降低偏食真是一舉數得！





## 八、特色(8%) 學校推動健康促進計畫特色

4. 小新團隊強調營養課程，並為孩子進行前、後測及統計分析，讓惜食成為孩子的生活與習慣，下學期的午餐剩食率明顯降低

112 學年度臺南市善化區小新國民小學

學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果總覽表

壹、年度指標

項次	年度指標	目標數值	學校申請點數	期末達成率點數
九	午餐剩食率降低	降低 4~4.9% : 1 點	1	5

評審給予5分肯定!!



學生自己種菜並將蔬菜做為佳餚，更懂惜食



# 感謝評審委員撥冗了解 小新國小推動健康促進的方式

112年小新與蓮潭拆分為兩校後，  
112年10月小新搬回原校區，  
全校學生57人。



112年12月操場通過重新翻修的改善計畫，

為了不讓孩子的運動習慣中斷，  
因此規畫在運動廊道進行跑步活動。

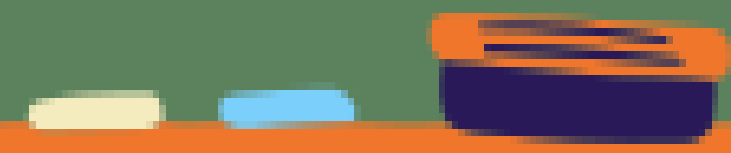
113年4月，孩子們終於能有操場運動



家長曾在賽後感動的落淚：  
沒有操場，孩子們竟然還能夠得到佳績！

紙本紀錄或許難以分辨健促的真偽  
但學校努力讓孩子不因沒有操場而無法運動  
孩子也藉由一次又一次的比賽成績來證明

小新的孩子樂活、享動，  
小新的孩子已將運動視為日常。





小新健康校園理念：  
用運動幫助孩子學習  
讓規律運動 均衡飲食  
成為孩子的日常

感謝小新團隊的每一位夥伴！  
感謝小新團隊共同推動健康校園！

