



臺南市麻豆區紀安國小「健康促進」活動成果

- 3-2-1 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學年度紀安國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	我愛洗手		
日期	113年2月27日	實施班級	一年忠班
課程內容敘述	1. 能知道常洗手，保持雙手乾淨的重要性 2. 能知道正確洗手的方法和步驟 3. 培養良好的衛生習慣		
符合生活技能項目(勾選)	<input 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 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 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 checked="" 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 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)			
教學過程		教學時間及資源	
一、引起動機： 1. 玩偶 Pippy 說故事 2. 幫玩偶 Pippy 找出錯誤的行為： 3. 玩遊樂器材後沒洗手、吃東西前沒洗手…… 二、教學活動： 1. 動動腦，說說看，洗手的時機 2. 寫出洗手圖片的先後順序 3. 依照洗手五步驟，與洗手圖片連連看 三、綜合活動： 實際洗手，提醒小朋友易忽略的錯誤習慣。		10mins (手偶:小豬) 20mins (洗手五步驟圖卡) 10mins	



認真寫學習單



認真寫學習單



正確洗手演練



正確洗手演練



正確洗手演練



「洗手時機」的討論

臺南市112學年度紀安國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	安全「藥」小心		
日期	113年3月5日	實施班級	二年忠班
課程內容敘述	認識常見用藥，學習藥物之正確使用方法，進而培養愛惜身體、拒絕菸酒檳榔毒品危害的觀念。		
符合生活技能項目(勾選)	<input 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 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 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 checked="" 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 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)			
教學過程			
<p>【活動一】用藥安全</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 引導兒童閱讀課本，詢問兒童了解內服藥與外用藥的區別嗎？ 2. 教師取出常備藥的藥品包裝袋或空瓶，指出上面標示外用藥或內服藥的地方。 3. 說明一般藥物分類，使用前要先閱讀藥品說明，並注意用藥安全。 <p>【活動二】認識醫藥箱</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 利用網路遊戲認識醫藥箱內的應備物品及功能 			



吃藥前要注意藥的說明及注意事項



要按時吃藥，並搭配白開水



用藥安全影片觀賞



用藥安全影片觀賞



學習單指導



學習單指導

臺南市112學年度紀安國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	種菜我也行		
日期	112年9月15日	實施班級	三年忠班
課程內容敘述	1. 能認識六大類食物對人體的功能，並說出一般人的食物日需量及營養不良所造成的健康問題。 2. 能將食物按照六大類分類，並能根據簡易食物代換量表計算出每日食物量的份量。 3. 願意為身體健康改變飲食習慣，能養成均衡飲食的態度和習慣。		
符合生活技能項目(勾選)	<input type="checkbox"/> 做決定 <input 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 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 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 checked="" 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 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)			
教學過程			
一、引起動機或起始活動 播種前欣賞播種蔬菜影片，觀察播種的過程及過程中所需要的各項用具。			
二、發展活動 1. 請學生說說自己看到播種影片中印象最深刻的過程。 2. 請學生說說自己在播種中，有看見並使用了那些器具用品。 3. 請四健會講師說明參與播種時即照顧植物須遵守的規定有哪些。 4. 教師帶領學生一起進行播種。 5. 播種蔬菜成熟後的食物分享。			
三、綜合活動 1. 請學生發表參與播種的心得與感想。 2. 習作學習單。			



種下小小秧苗



結合四健會活動



親手做出美味午餐



美味大口吃



一分耕耘一份收穫



豐富的收穫

臺南市112學年度紀安國民小學健康教學活動成果表

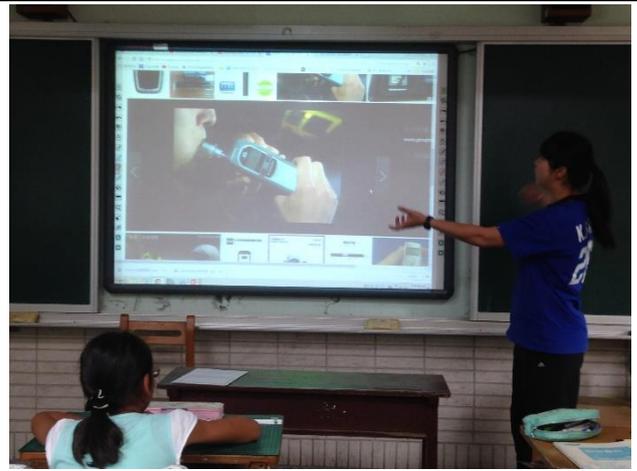
議題名稱	向菸檳說不		
日期	112年12月7日	實施班級	五年忠班
簡述課程內容	透過簡報、短片進行「健康促進學校-向菸檳說不」教學活動		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input checked="" type="checkbox"/> 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 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 checked="" 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 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)			
教學過程			
壹、引起動機 教師提問：拿出菸和檳榔，讓孩子們說一說對這兩者的想法。 <活動一>吸菸和嚼檳榔的害處 一、吸菸對身體有什麼傷害 1. 詢問小朋友吸菸對身體的影響。 2. 教師利用PPT說明吸菸的立即傷害及長期傷害。 二、嚼檳榔對身體有什麼傷害 1. 詢問小朋友吸菸對身體的影響。 2. 教師利用PPT說明吸菸的立即傷害及長期傷害。 <活動二>菸害防制法的認識 1. 說明菸害防制法的相關規定 2. 認識菸害防制法的規定 3. 歸納與自己切身相關的菸害防制法 4. 讓小朋友知道戒菸專線，並覆誦一次 <活動三>吸菸和嚼檳榔的影響 1. 播放吸菸者生病的影片，讓小朋友知道吸菸對肺部的影響。 2. 播放嚼檳榔者生病的影片，讓小朋友知道嚼檳榔對口腔、菸喉及食道的影響。			

貳、綜合活動

1. 教師引導學生對本節課程做一個回顧、概念歸納統整。
2. 說明課後練習作業—家人菸檳行為調查表的內容。



教師講解簡報內容



教師講解酒駕嚴重性



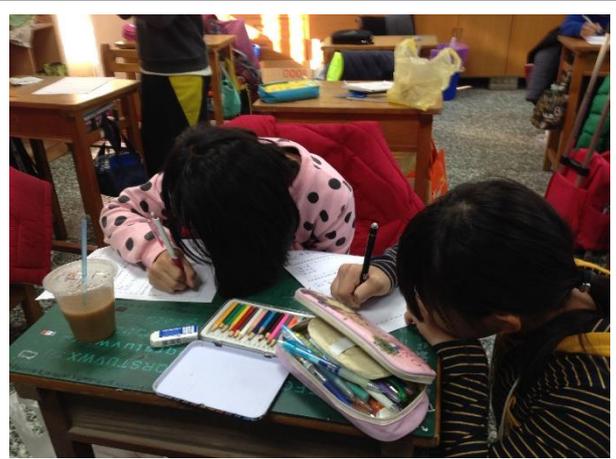
教師利用實驗講解吸菸對人體的影響



教師講解吃檳榔會引起的相關疾病



教師講解檳榔中的致癌物



學生分組討論並完成學習單