# 教職員在校實踐健康行為,以作為學生養成健康行為的學習楷模

#### 教職員飯後使用含氟牙膏刷牙







成立運動團隊(登山)









# 教職員在校實踐健康行為,以作為學生養成健康行為的學習楷模

#### 喝足白開水







多吃蔬果

教職員工自種蔬果分享



營養午餐好吃的蔬菜



營養午餐後吃水果

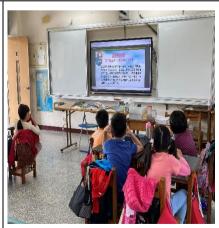




議題名稱		熟人性	侵害		
日期	112年2月15日	實施班級	四年	乙	班
課程內容敘述	如照片說明				
符合生活技能 項目(勾選)	■做決定■批判思考 ■抗壓能力■自我監 ■人際溝通能力□信 包含其中一項以上即	b控□目標設定 目導能力■協商	■同理心□合 <sup>2</sup> 能力■拒絕技;	作與團 能	] 隊作業
符合核心素養項目(勾選)	□E-A1 具語 E-A2 具語 E-A2 具 是-A2 具 是-A2 具 是-A3 具 是-A3 具 是-A3 具 是-A3 具 是-A3 具 是-B3 是-B3 是-B3 是-B3 是-B3 是-B3 是-B3 是-B3	質活活的情與與與有意環關規受,為動中運境健際健體關有中運範,,促人展健動與運動。之通相與的養與培體與與運動,,促大運健動與保 相上關健知運康與培產與國數生健制 關。科康和與於養健養育心體與生健計 符。技具和與於人活行	保問的及 知 資的賞康知民動建的問題問實 能 訊意的實康知,實的實康知,健為意和。	力, 司 素響養美非會中, 並 理 養。,感判。樂並 以 心 , 促體斷 於	透創應理多。力人體驗者生各感理



說明:性別平等教育宣導



說明:案例分享



說明:學習單書寫

議題名稱		健康食物	感恩吃
日期	112年3月15日	實施班級	一年 甲 班
課程內容敘述	1. 認識生活中常見傾健康,並選擇有益傾		身體的益處。2. 能分辨食物是否
符合生活技能 項目(勾選)	<ul><li>□抗壓能力■自我監</li><li>□人際溝通能力□信</li></ul>	b控□目標設定 目導能力□協商	自我覺察□情緒調適 □同理心□合作與團隊作業 能力■拒絕技能 技能(如刷牙)等不列計。
符合核心素養項目(勾選)	■E-A2 践具 人身常生 人身常生 人身常生 人身常生 人身 医-A3 以 具 人身 医-A3 以 具 医-A3 以 具 医 医-B1 的 具 一 医-B2 以 是 一 医-B2 以 是 一 医-B3 以 是 一 医-B3 以 是 一 医-B3 以 是 一 医-C1 遵 具 要 是 一 医-C2 以 重 在 活 的 理 成 是 一 医-C2 , 重 正 一 区 — 区 — 区 — 区 — 区 — 区 — 区 — 区 — 区 — 区	質活活與與與有意環關規受,為發與運動中動。原為與與關有中動,,促其運動與運動,之通關與與關有中動,,促其運康與運動。之通相與國際與達養育心關則生健,以為與人。以為與人。以為於人。以為於人。以為於人。以為於人。以為於人。以為於人。以為於人。以為於	后問題的思考能力,並透過體驗 康的問題。 十畫及實作能力,並以創新思考 時號知能,能以同理心 應用在生 發及資訊的基本素養。 政政實的意基本素學,並理解各 內於賞的基本素養。促體驗 的有關與是非判 與健康知,關懷社會。 的道德知,關懷社會。 所以同理 與健康知,關懷之 與健康知,關懷之 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是







說明:選對食物,健康加分 說明:說出什麼是綠燈食物 說明:說出什麼是紅燈食物







說明:說出綠燈食物對身體的好處說明:說出紅燈食物對身體的害處說明:能選擇有益身體健康的食物

議題名稱		均衡值	<b></b> <b> </b>
日期	112年4月18日	實施班級	二年 甲 班
課程內容敘述	如照片說明		
符合生活技能項目(勾選)	<ul><li>□抗壓能力■自我監</li><li>□人際溝通能力□個</li></ul>	左控■目標設定 昌導能力□協商	自我覺察□情緒調適 □同理心□合作與團隊作業 能力■拒絕技能 技能(如刷牙)等不列計。
符合核心素養項目(勾選)	■E-A2 具,備展 具 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	質活活與人與與有人人 医人名 医奥里姆 医人名 医奥里姆斯 医克里姆斯 医克里姆斯 医克里姆斯 电通道 医外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外外	時問題的思考能力,並透過體驗 時間問題。 十畫及實作能力,並以創新思考 時期的問實作能力,並以創新思考 時期的問題。 一十號知能,能以同理心 應用在生 及容質的意基本素響。 與建學, 與建學, 與建學, 與建德 與建德 與建德 與建德 與 與建德 , 與 與 是 , 與 是 , 與 是 , , , , , , , , , ,



說明:觀看影片-均衡飲食金國王的環遊旅程



說明:設計一份營養均衡, 包含六大類食物的早餐



說明:發表喜歡的蔬菜及吃蔬菜的好處

議題名稱		登革熱防治	遠離病媒蚊	
日期	112年6月30日	實施班級	四年	甲班
課程內容敘述	如照片說明			
符合生活技能項目(勾選)	■做決定■批判思考 □抗壓能力■自我監 ■人際溝通能力■信 包含其中一項以上即	i控■目標設定 3導能力■協商	□同理心■合作 能力□拒絕技能	作與團隊作業 E
符合核心素養項目(勾選)	■E-A1 具語 具認備是A2 具 異語 是-A2 具 異語 是-A3 具 是-A3 具 是-A3 具 是-A3 具 是-A3 具 是-B1 的 是-B2 體 是-B2 體 是-B4 體 是-B4 體 是-B4 體 是-B4 體 是-B4 體 是-B4 體 是-B4 體 是-C1 遵 是-C2 是-C3 容 是-C3 容 是-C3 容 是-C3 容 是-C3 容 是-C3 容 是-C3 容 是-C3 容 是-C4 题 是-C5 点 是-C6 题 是-C7 题 是-C7 题 是-C8 是 是-C9 是 是	質活生的舌與與與有樣 關為合心質活活的情健際健體關有中運範,人民運健動與一種,與關有中動,,促大運健動與。之通相與的養與培體,與與連聯與一人,與關於,與一人,與與人人,與一人,以一人,以一人,以一人,以一人,以一人,以一人,以一人,以一人,以一人,以	保問的及 知 資的資康知民動建 我 人名 你健德 我 人名 你健德 識 我 的人, 的人, 的人, 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我 我	,並透過新思考 過期思考 。 以創新思考 。 作體 。 作體 。 作體 。 作體 。 於 與 人 。 人 。 人 。 人 。 人 。 人 。 人 。 人 。 人 。 人

# 佐證資料(教案、教學過程紀錄等)





說明:觀賞影片並討論

議題名稱		我不扫	兆食
日期	112年 9月 13日	實施班級	二年 乙 班
課程內容敘述	1.全穀類食物介紹 2.學生觀看「穀穀		0
符合生活技能項目(勾選)	<ul><li>」抗壓能力■自我監</li><li>■人際溝通能力■係</li></ul>	盖控■目標設定 昌導能力□協商	自我覺察□情緒調適 □同理心□合作與團隊作業 能力■拒絕技能 技能(如刷牙)等不列計。
符合核心素養項目(勾選)	■E-A2 與 A2 與 A2 與 A2 與 A2 與 A2 與 A3 與 A	質活活與人類有人 人名	問題的思考能力,並透過體驗 康的問題。 畫及實作能力,並以創新思考 一畫及實作能力,並以創新思考 一號知能,能以同理心應用在生 一致資訊的基本素養。 內於賞的基本素養。 內於賞的基本素養。 內於賞的基本素養。 內於賞的基本素養。 內於賞的基本素數數 與健康有關與是非判 與健德知說關懷社會。 內說 民意識,關懷社會。 一致 民意識和健康生活中樂於與人互

### 佐證資料(教案、教學過程紀錄等)







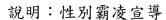
說明:全穀類食物介紹

說明:學生觀看「穀穀 key 呷」影片

議題名稱		性別霸為	<b>安宣</b> 導		
日期	112年9月14日	實施班級	五年	乙班	
課程內容敘述	如照片說明				
符合生活技能 項目(勾選)	■做決定■批判思考 ■抗壓能力■自我監 ■人際溝通能力□作 包含其中一項以上即	左控□目標設定 昌導能力□協商	■同理心□合作 能力■拒絕技能	與團隊作	
符合核心素養項目(勾選)	■E-A1 其語 具認備是A2 具 具認備探理是 是-A3 ,具 是-A3 ,具 是-A3 ,具 是-A3 ,具 是-A3 ,具 是-B2 體 是-B2 體 是-B2 體 是-B3 發 是-B3 發 是-C1 遵 是-C2 , 與 是-C3 真 是-C3 是 是-C3 是	質活活與與國籍 人名	呆問的是 號 及容於健治意動建的題問實 能 訊意的質康知讀問題作 , 的義基有識關健能者。能 , 的義基有識關集態。 能 力 以 本影素的是社活。 力 , 同 素響養美非會	, 並 理 養上,感判上樂並 別 心 , 促體斷 於 強 並 進驗能 與 一	體思在解元,互動者生多感理

#### 佐證資料(教案、教學過程紀錄等)







說明:性別霸凌問卷填寫

議題名稱	蚵與雞蛋的相遇(	(豆魚蛋肉類)	、柑橘家族大解	密(水果類)
日期	112年9月28日	實施班級	五年 乙	班
課程內容敘述	如照片說明			
符合生活技能 項目(勾選)		左控■目標設定 目導能力□協商		團隊作業
符合核心素養項目(勾選)	官的發展,在生活玩 E-C1 具備生活中有 解並遵守相關的道名 E-C2 具備同理他人 動,並與團隊成員名	質活活與與與有意環關規令人為 與與軍事 的情健際健體關戶中動,,使是運動與運動,,從是運動與運動,之通相與的養與達動,,從大連,與與運動,之通相與感養健養育心際與人,其一,以及,以及,以及,以及,以及,以及,以及,以及,以及,以及,以及,以及,以及,	深健的潛思。 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大	透割應理多。力人



說明:探索蛋裡的秘密



說明: 蚵王子的秘密



說明:桶柑天王帶你春遊果園 採桶柑果去