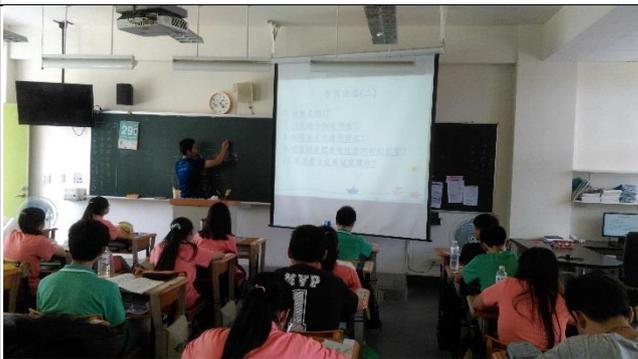


【附件3】

臺南市105學年度白河國民中學健康教學活動成果表

議題名稱	拒絕菸檳		
日期	106年 4 月 28日	實施班級	7年 5 班
簡述課程內容	藉由分組演戲實地演練拒菸五步驟		
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 checked="" 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：老師講解如何拒菸相關方式	說明：學生演練拒菸小劇場		
			
說明：學生演練拒菸小劇場	說明：學生演練拒菸小劇場		

臺南市105學年度○○國民中學健康教學活動成果表

議題名稱	健康管理		
日期	106年 4 月 21日	實施班級	9年 5 班
簡述課程內容	藉由繪本以及有獎徵答的方式引起學生動機, 探討健康管理的重要性		
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 checked="" 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。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：以繪畫本切入健康管理		說明：講解肥胖定義	
			
說明：檢測自身 BMI		說明：進行有獎徵答	