

【附件 2】

臺南市 111 學年度信義國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	Protect Myself(自我保護小勇士)		
日期	112 年 4 月 26 日	實施班級	一 年 三 班
簡述課程內容	<p>《活動一》「身體碰碰碰」打招呼遊戲 學習行為合宜的打招呼方式，並能表達出自己不喜歡被人家碰到的地方。</p> <p>《活動二》「身體部位 OOX」 透過 O 或 X 的表達活動，引導學生表達自己能接受和不能接受的身體碰觸部位。</p> <p>《活動三》「危險的陌生人」Stranger Danger 欣賞老師和同學演出的「危險的陌生人」狀況劇，但學生討論遇到危險的陌生人時，該如何向大人求助。</p>		
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 checked="" 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 checked="" 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)			
			
說明：教師介紹身體隱私處	說明：老師與學生討論，當別人碰觸你不喜歡的地方，你的感受如何？		



說明：引導學生表達自己能接受和不能接受的身體碰觸部位



說明：引導學生進行感受力的表達



說明：學生學習練習合宜的打招呼方式 1



說明：學生學習練習合宜的打招呼方式 2



說明：教師引導學生表達自己能接受和不能接受的身體碰觸部位



說明：教師模擬扮演壞人情境，引導學生有人侵犯隱私自己時，學生如何反映適當的行為

【附件 2】

臺南市 111 學年度信義國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	「食」在有營養-聰明選食物		
日期	111 年 11 月 08 日	實施班級	四年二班
簡述課程內容	<p>《活動一》健康安全消費的方法：觀察食物外包裝上的資訊，學習選購健康、安全食物的方法。</p> <p>《活動二》食在有營養：分組討論及上網查找資料了解食品標章的意義，並學習計算食物的營養成分。</p> <p>《活動三》聰明選食物：運用課程所學，做出決定-選擇營養、健康又安全的食物。</p>		
符合生活技能項目(勾選)	<p><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</p> <p><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 checked="" type="checkbox"/>合作與團隊作業</p> <p><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</p> <p>包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。</p>		
符合核心素養項目(勾選)	<p><input checked="" 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。</p> <p><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。</p> <p><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。</p> <p><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。</p> <p><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。</p> <p><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。</p> <p><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。</p> <p><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。</p> <p><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。</p>		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：介紹健康安全消費的訊息與方法		說明：搶答-如何選購健康又安全的食物	



說明：小組討論選擇食品時要注意的資訊



說明：從課本查找食物的營養素



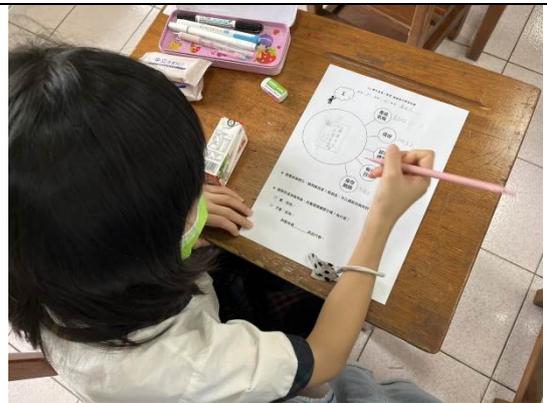
說明：搜尋資料並與線上的同學分享



說明：學童查找食物外包裝上的認證標章



說明：學童閱讀食物營養標示



說明：紀錄食物外包裝上的重要資訊

【附件 2】

臺南市 111 學年度信義國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	加減健康我做主		
日期	112 年 4 月 25 日	實施班級	五年 一 班
簡述課程內容	1. 運用「每日飲食指南」的概念進行各類食物選擇教學，期望學生能建立多元且均衡的飲食觀念。 2. 能運用 BMI 指數監控自己的健康。		
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 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 checked="" 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 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 checked="" 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)			
			
說明：利用影片間接說明減重的重要	說明：體重與生命的關係		

