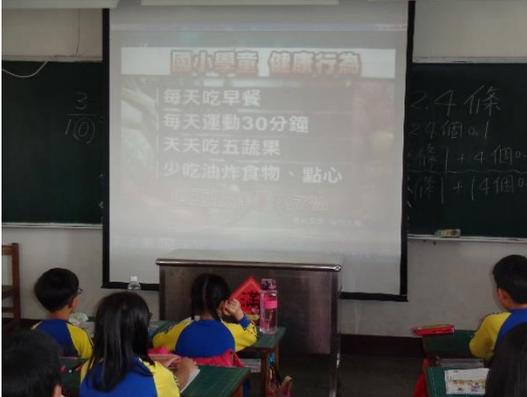
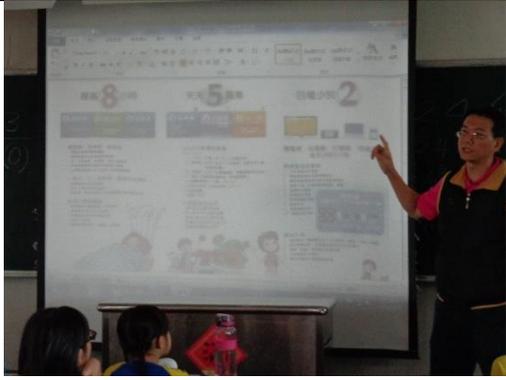


106 學年度屏東縣各國中小「健康體位」議題之融入課程成果報告

學校名稱	鹽洲國小	實施日期	107年 4月13 日 共 2 節課
課程單元名稱	健康體位密碼：85210	授課教師	呂榮宗
課程內容摘要	<p>一、引起動機：公視新聞「學童肥胖飲食作息是關鍵」、85210 微電影欣賞。</p> <p>二、發展活動：85210 內容簡介與提問(配合海報、前測問卷)。</p> <p>三、綜合活動：維持動機，鼓勵每天跳繩30分。最有價值比的運動。中天新聞「日跳繩1千下 8歲童4個月長4公分」。</p>		
實施年級及班級	國小 <input type="checkbox"/> 低年級 <input checked="" type="checkbox"/> 中年級 <input type="checkbox"/> 高年級 國中 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input type="checkbox"/> 九年級 <u>1</u> 班，學生人數共 <u>24</u> 人		
實施方式	<input checked="" type="checkbox"/> 講述教學法 <input checked="" type="checkbox"/> 影片賞析 <input checked="" type="checkbox"/> 融入（健康）領域		
學習成效、教師心得及學生回饋	<p><input type="checkbox"/> 優秀 <input checked="" type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 不佳</p> <p>教師心得：「85210」的內涵有助於達成健康體位的目標。</p> <p>學生回饋：新聞報導與微電影十分有趣，引發我們對「85210」內涵的興趣。</p>		
課程相片			
	說明：公視新聞：學童肥胖，飲食、作息是關鍵。	說明：國小兒童健康行為有哪些？	
			
	說明：老師說明：「85210」內涵。	說明：中天新聞：日跳繩1千下 8歲童4個月長4公分。	

106學年度屏東縣鹽洲國小「健康體位」議題之融入課程成果報告

學校名稱	鹽洲國小	實施日期	107年4月12日 共2節課
課程單元名稱	健康體位-飲食健康	授課教師	桑全德
課程內容摘要	均衡飲食, 身體好, 揀飲擇食健康糟! 均衡飲食的重要性。 三餐以五穀為主食。 選用高纖維食物。 少油、少鹽、少糖飲食原則。 多喝白開水。		
實施年級及班級	國小 <input type="checkbox"/> 低年級 <input type="checkbox"/> 中年級 <input checked="" type="checkbox"/> 高年級(6年1班) 國中 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input type="checkbox"/> 九年級 ___ 班, 學生人數共24人		
實施方式	<input type="checkbox"/> 講述教學法 <input checked="" type="checkbox"/> 影片賞析 <input type="checkbox"/> 融入(健康)領域 <input type="checkbox"/> _____		
學習成效、教師心得及學生回饋	<input type="checkbox"/> 優秀 <input checked="" type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 不佳 教師心得：讓學生正確認識飲食觀念及均衡飲食得重要性。 學生回饋：我要養成均衡飲食的好習慣，我不挑食及浪費食材。		
課程相片			
	說明：健康飲食的重要性	說明：少油、少鹽、少糖	
			
	說明：個人飲食習慣分享	說明：良好習慣養成分享	