

臺南市新化國民小學辦理 103 年度促進心理健康相關活動實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部「103 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫」。
- 二、臺南市「103 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫」。

貳、目的：

- 一、建立教師及學生的正確壓力調適與增進心理健康的有效方法和態度。
- 二、以休閒聯誼活動引導教師了解並正向面對自我所處環境之壓力源及紓解壓力的方法，並提昇教師實施生命教育的素養。
- 三、增進教師及學生的心理健康與壓力調適能力，使其樂在工作與學習。
- 四、協助教師及學生建立正向的人生觀、陶冶健全的人格。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：臺南市政府教育局。
- 二、承辦單位：本校輔導室。
- 三、協辦單位：本校各行政處室。

肆、活動對象：本校全體教師及學生。

伍、實施方式：

- 一、宣導促進心理健康相關活動訊息：於本校網站訊息公告或於公布欄張貼宣傳品、海報等。
- 二、設置學生輔導信箱：透過書信，協助學生處理學業、人際關係、校園生活、情緒等方面的問題。
- 三、辦理社區關懷服務活動：安排學生進行敬老愛心服務，啟發學生尊重生命的態度。
- 四、辦理校外教學活動：藉由野外踏青或社教團體參觀，使學生能夠放鬆心情、紓解課業壓力。
- 五、安排專題講座：透過影片賞析或專業進修等方式，讓教師彼此間思緒沉澱、心靈成長，進而紓解壓力、增進生命的活力。
- 六、進行班際體育競賽：學生藉由身體的活動，比賽的緊張刺激節奏，激發班級的向心力，建立正向的人生觀。
- 七、辦理教師文康活動：教師相互聯誼，戶外踏青、參訪，紓解工作壓力，促進心理健康。

陸、預期效益：

- 一、透過活動體驗，建立師生紓解壓力的方法及生命中的支持。
- 二、培養探索生命、實踐生命的樂觀生活態度。
- 三、延伸教育視野拓展多元體驗方式，增進學校教育的能量。
- 四、協助學生處理課業減壓，提昇學生挫折容忍力及情緒管理之能力，落實校園學生心理健康。

柒、經費：本計畫辦理之各項活動所需經費，由本校各行政處室擬定經費概算表申請之。

捌、本計畫陳校長核定後實施，修正時亦同。

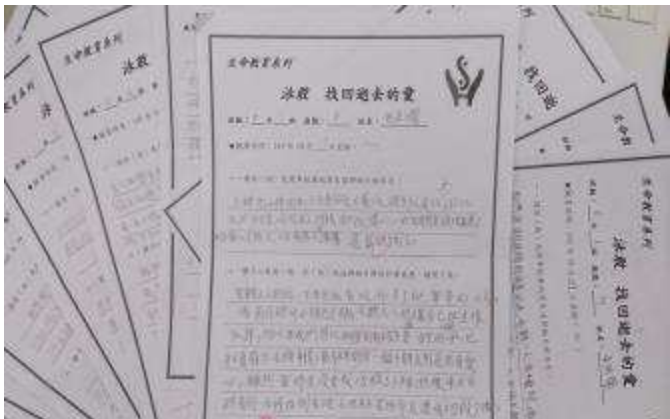
承辦人：

單位主管：

校長：

活動照片	活動簡介
	2-1.辦理促進心理健康相關活動 活動日期：103 年 24 小時備勤 活動名稱：設置「學生輔導信箱」 活動地點：本校全部範圍 參與對象：本校全體學生 參與人次：約 900 人 活動說明：透過書信，協助學生處理學業、人際關係、生活、情緒等方面的問題。
	2-2.辦理促進心理健康相關活動 活動日期：103/03/19 活動名稱：社區服務長青團體關懷 活動地點：本校退休教職員工聯誼室 參與對象：五年 5 班學生 參與人次：約 25 人 活動說明：安排學生進行敬老愛心服務，啟發學生尊重生命的態度。
	2-3.辦理促進心理健康相關活動 活動日期：103/10/14 活動名稱：校外教學活動 活動地點：綠盈牧場 參與對象：二年級全體學生 參與人次：約 130 人 活動說明：藉由野外踏青，使學生能夠放鬆心情、紓解課業壓力。
	3-1.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/01/17 活動名稱：生命安全防护闖關活動 活動地點：本校校園空間 參與對象：四、五、六年級全體學生 參與人次：約 450 人 活動說明：透過各個關卡的設計，讓學生實際體驗生命安全防护的要領與重要性。

活動照片	活動簡介
	3-2.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/03/07 活動名稱：珍愛生命～遠離毒品宣導 活動地點：本校活動中心大會議室 參與對象：六年級全體學生 參與人次：約 160 人 活動說明：邀請專家學者蒞校講解毒品的危害，建立學生珍愛生命的觀念。
	3-3.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/03/14 活動名稱：珍愛生命～菸害防治宣導 活動地點：本校活動中心大會議室 參與對象：五年級全體學生 參與人次：約 150 人 活動說明：邀請專家學者蒞校講解吸菸的危害，建立學生珍愛生命的觀念。
	3-4.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/03/24 活動名稱：生命安全防護～地震防災話劇 活動地點：本校校園空間 參與對象：全校師生 參與人次：約 900 人 活動說明：由二年 6 班示範演練地震時的安全防護動作，確保生命安全。
	3-5.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/09/19 活動名稱：生命安全防護～地震演練體驗活動 活動地點：本校校園空間 參與對象：全校師生 參與人次：約 900 人 活動說明：全校師生演練地震時的安全防

活動照片	活動簡介
	護動作，確保生命安全。 3-6.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/10/01~103/10/07 活動名稱：I 愛生命～影片賞析、心得書寫 活動地點：六年級各班教室 參與對象：六年級全體學生 參與人次：約 150 人 活動說明：賞析微電影—泳敢，使學生認識自我生命的價值及意義。
	3-7.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/10/08~103/10/14 活動名稱：給逆境按個讚～影片賞析、心得書寫 活動地點：五年級各班教室 參與對象：五年級全體學生 參與人次：約 130 人 活動說明：賞析總統教育獎宣導短片，培養學生挫折容忍力，學習正向思考之能力。
	3-8.辦理生命教育宣導活動/體驗活動 活動日期：103/10/24 活動名稱：生命鬥士巡迴演講 活動地點：本校活動中心大會議室 參與對象：六年級全體學生 參與人次：約 150 人 活動說明：激發學生積極努力進取的奮鬥意志和發揮生命的潛能。

活動照片	活動簡介
	4-1.辦理生命教育人才培訓 活動日期：103/10/15 活動名稱：策略聯盟生命教育人才培訓研習 活動地點：本校活動中心大會議室 參與對象：新化區各級學校教師 參與人次：130 人 活動說明：建立學校教師對生命教育及憂鬱自傷防治工作的專業知能。
	5-1.本校推動特色 活動日期：103/03 月~103/06 月 活動名稱：獨立研究～蜀葵的生命歷程 活動地點：本校小小快樂菜圃 參與對象：資優班五年級學生 參與人次：12 人 活動說明：經由對植物栽培的紀錄研究過程，培養愛護生命萬物的心。
	5-2.本校推動特色 活動日期：103/09 月~103/12 月 活動名稱：獨立研究～菠蘿的生命歷程 活動地點：本校植物教學園 參與對象：資優班六年級學生 參與人次：12 人 活動說明：經由對植物栽培的紀錄研究過程，培養愛護生命萬物的心。
	5-3.本校推動特色 活動日期：103/01/16 活動名稱：特殊教育宣導～影片賞析 活動地點：本校活動中心視聽教室 參與對象：二年級全體學生 參與人次：約 140 人 活動說明：對普通班學生實施融合課程，進行特殊教育宣導。

活動照片	活動簡介
	5-4.本校推動特色 活動日期：103/12/03（Schedule） 活動名稱：特殊教育闖關體驗活動 活動地點：本校活動中心 2 樓 參與對象：二年級全體學生 參與人次：約 140 人 活動說明：對普通班學生實施融合課程， 進行特殊教育體驗活動。