

# 計劃內容

## 1. 六大範疇

### 衛生政策

(學校衛生委員會)

- 組織健康促進小組
- 校長、教職員工、學生、家長、社區回饋
- 各處室溝通協商
- 訂定健康體位計劃

### 健康教育、體育課程及活動

- 流程說明會
- 營養教育教學觀摩
- 健康促進研習週三研習
- 營養教育週三研習
- 營養教育 (配合健康與體育課程)
- 營養教育藝文競賽
- 一、二年級「大飯桶」闖關活動
- 辦理班際大隊接力
- 舉辦 800 公尺走跑活動
- 三、四、五年級每學期辦理躲避球賽、六年級每學期辦理籃球賽。

### 健康服務

- 全校同學體位檢查
- 發體位檢查結果通知單追蹤矯治
- 統計全校同學體位、BMI 指數
- 訓練健康促進小天使
- 推行不吃油炸食物活動

### 物質環境

- 健康中心全天提供體重、體脂測量設施
- 開放放學後運動場所至 17:00
- 學生得獎作品登在校刊上

### 社會環境

- 健康學童頒發健康學童獎狀
- 獎勵健康控制體位學童頒發健美獎
- 熱心參與協助推動計畫的學生頒發獎狀
- 飲食教育專題演講

### 社區關係

- 家長協助班級老師推動體重控制
- 一、二年級「大飯桶」闖關活動

## 2. 工作職責

工作 範疇	實施內容	完成 日期	主辦單位 (人員)	協辦單位 (人員)	
學校 衛生 政策	1. 健康促進學校計畫陳報教育局	6/15	衛生組	護理師	
	2. 學校衛生委員會提出健康體位計畫	9/4	訓導主任	衛生組	
	3. 召開健康促進學校小組會議	9/5	訓導主任	衛生組	
	4. 尋求各處室協助推動本計畫	9/5	訓導主任	衛生組	
	5. 彙整本計畫成果報告資料、看版、簡報	6/15	衛生組	護理師	
健康 教育 課程 及 活動	1. 營養教育議題融入健康與體育課	9/3	教務處	教學組	
	2. 少吃油炸食物宣導月	9/7	衛生組	午餐祕書	
	3. 健康促進研習	10/3	教務處	教學組	
	5. 一、二年級「大飯桶」闖關活動	12/20	衛生組	導師	
	6. 營養教育教學觀摩	1/7	教務處	教學組	
	7. 營養教育藝文競賽	3/7	訓育組	導師	
	8. 營養教育研習	4/23	教務處	教學組	
	10. 辦理班際大隊接力	5/20	體育組	導師	
	11. 徵選健康促進小天使	9/10	衛生組	教師	
	健康 服務 、 社 區 關 係	1. 訓練健康促進小天使	9/12	衛生組	護理師
		2. 全校學生身高、體重檢查 (9/17~10/17)	9/29	護理師	愛心志工
3. 鼓勵教職員工及愛心志工家長體位(BMI)檢查		9/29	衛生組	護理師	
4. 佈置營養教育櫥窗		10/2	衛生組	護理師	
5. 提供體位控制資料及諮詢服務		10/5	護理師	衛生組	
6. 發體位(過重、超重)檢查通知單		10/15	護理師	健康促進小天使	
7. 回收體位檢查通知單		11/5	護理師	健康促進小天使	
8. 輸入及統計身高、體重、體位資料		11/30	護理師	健康促進小天使	
9. 全校學生身高、體重檢查(3/3~4/3)		3/15	護理師	愛心志工	
10. 鼓勵教職員工及愛心志工家長體位(BMI)檢查		3/15	衛生組	護理師	
11. 發體位(過重、超重)檢查通知單		3/24	護理師	健康促進小天使	
12. 回收體位檢查通知單		4/19	護理師	健康促進小天使	
13. 輸入及統計身高、體重、體位資料		5/2	護理師	健康促進小天使	
14. 健康體位檢查統計		5/15	護理師	衛生組	
15. 尋求家長會協助支援經費		8/31	訓導主任	家長會	
物 質 環 境	1. 開放放學後運動場所至 17:00	9/3	事務組	警衛	
	2. 健康中心全天提供體重、體脂測量設施	9/7	護理師	愛心志工	
	3. 獎勵體位進步學童頒發健康獎	12/28	衛生組	護理師	
	4. 頒發營養教育藝文競賽獎勵	3/17	訓育組	衛生組	
	5. 頒發下學期班際體育活動競賽獎勵	4/25	體育組	導師	
	6. 頒發班際大隊接力競賽獎勵	5/22	體育組	導師	

7. 獎勵體位進步學童頒發健康獎	5/1	衛生組	護理師
------------------	-----	-----	-----

### 3. 預定工作進度

日期	活動名稱	參加對象	負責單位 (人員)	目的
96.09.04 8:30~9:30	召開健康促進小組會議	校長、四處室主任、衛生組長、護理師、家長代表	訓導主任	規劃健康促進學校健康體位計畫
96.09.05	召開校務會議	校長、主任、教師、家長、職工代表	校長	提出以「健康體位」為健康促進學校主題之提案
96.09.5	健康體位計畫流程說明會	全校教職員工 家長代表	衛生組	1. 說明計畫流程及各單位工作職掌。 2. 減少教師擔心，提高參與度。 3. 以溝通增加配合度
96.09.07	少吃油炸食物宣導月	全校師生、午餐工廠	衛生組 午餐祕書	1. 宣導少吃油炸食物 2. 要求營養午餐廠商每週油炸食物限制一種(含主副食)。
96.09.10	徵選健康促進小天使	學生	衛生組	藉由徵選小天使來協助推動健康體位活動
96.09.14	陳報健康促進學校計畫呈教育局	健康促進小組	訓導主任	審核健康體位計畫
96.10.03	健康促進研習	全校教職員工 家長	教務處	提升老師家長對健康促進觀念
96.09.17~10.17	健康體位檢查	全校同學	健康中心	1. 了解學童健康體位 2. 半年定期檢查 3. 說明健康體位標準
96.10.01	集訓健康促進小天使	學生	衛生組	在各班可協助老師並幫忙分擔督促
96.11.08	健康促進小組會議	學務主任、衛生組長、護理師、愛心志工代表	訓導主任	1. 計畫執行進度。 2. 討論執行問題與解決方法。 3. 其他臨時交辦事項
96.12.10~96.12.21	班際體育活動競賽 (三~五年級辦理班際躲避球賽,六年級辦理班際籃球賽)	三~六年級	體育組	藉由體育競賽活動來鼓勵小朋友多運動。

96.12.20	「大飯桶」闖關活動	一~二年級	衛生組	藉由闖關活動來推動健康促進的觀念。
97.1.7	營養教育教學觀模	教務處、教師	教務處	由教學觀模來增進教師的教學技巧。
97.3.7	營養教育藝文競賽	全校師生	訓育組	辦理全校藝文競賽及宣導。
97.03.03~04.03	健康體位檢查	全校同學	健康中心	1. 了解學童健康體位 2. 半年定期檢查 3. 說明健康體位標準
97.03.17	健康促進小組會議	校長、訓導主任、衛生組長、護理師、家長代表	訓導主任	1. 計畫執行進度。 2. 檢討執行問題與解決方法。
97.4.14~96.4.18	班際體育活動競賽 (三~五年級辦理班際躲避球賽,六年級辦理班際籃球賽)	三~六年級	體育組	藉由體育競賽活動來鼓勵小朋友多運動。
97.04.23	營養教育(飲食與健康體位)研習	全校教職員工	教務處	1. 增強飲食與健康體位新知 2. 藉由參與體認,轉化教導學生。 3. 協助學生、家長飲食與健康體位觀念迷思。
97.05.20	班際大隊接力	三~六年級同學	體育組	1. 三~六年級每生跑100公尺。 2. 以過重、超重學童為優先。 3. 驗收每日跑操場的成果。
97.5月	健康體位檢查統計	全校同學	健康中心	報告成果及過程
97.06.15	彙整計畫成果	各處室提供資料	衛生組	1. 訂定考評表,健康促進小學先自評。 2. 彙整資料成冊 3. 專案經費核銷

## 六、人力配置圖

計畫職稱	姓名	本校所屬職稱	工作項目
主任委員	余謝財 校長	校長	主持計畫，督導計畫執行
副主任委員	黃鴻書 主任 姜智惠 主任 陳慧珍 主任 林淑珍 主任	教務主任 學務主任 總務主任 輔導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調、社區及學校資源之協調整合
執行秘書	楊淑宜 組長 翁瑜興 護理師	衛生組長 護理師	執行計畫，並推動各項活動 身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價
委員	劉得錦 組長	體育組長	體育競賽的辦理、統計、成果。
委員	鄒美華 組長	訓育組長	配合健康促進計畫辦理相關藝文活動
委員	學年主任 健體領域老師	教師	協助執行計畫推動 協助推動各項活動
首席顧問	家長會長	家長代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務