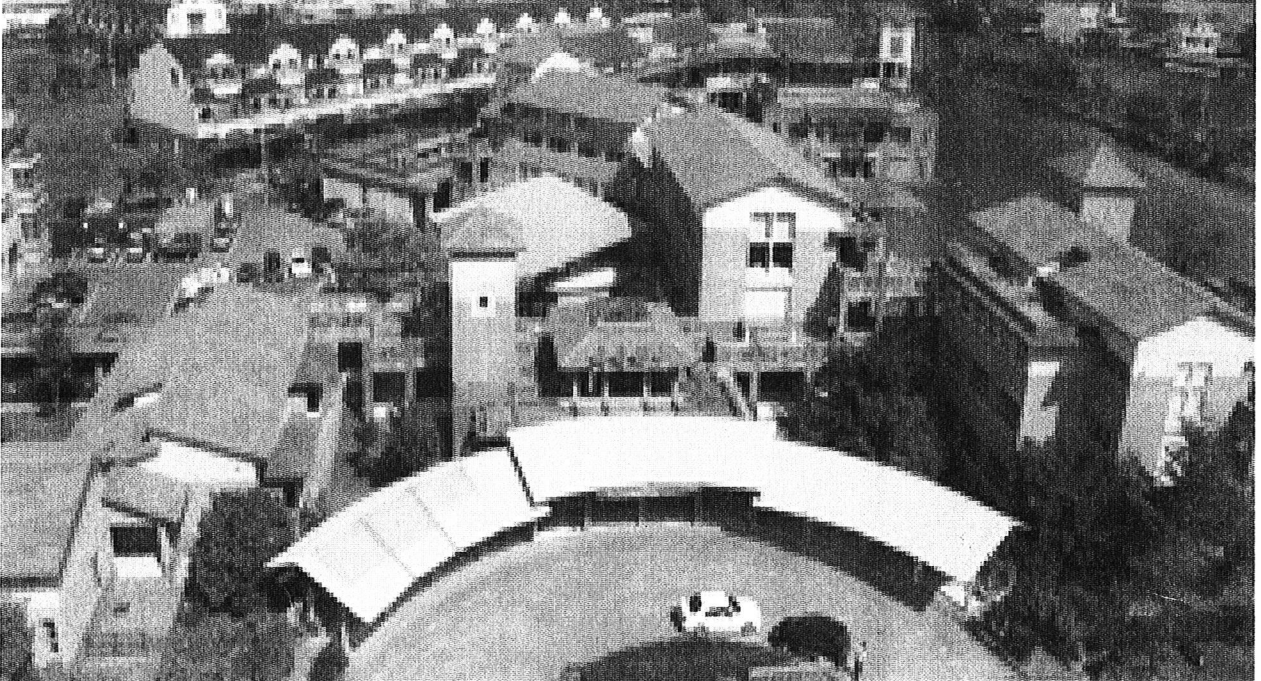


# 宜蘭縣凱旋國民小學 106 學年度健康促進學校計畫



主辦單位：宜蘭縣政府

協辦單位：宜蘭縣宜蘭市凱旋國小

# 宜蘭縣凱旋國民小學 106 學年度健康促進學校計畫書

## 壹、計畫依據

依宜蘭縣 106 學年辦理學校健康促進工作實施計畫辦理。

## 貳、計畫摘要

二十一世紀是電腦代替人類勞動的世紀；人們的生活方式漸漸傾向於身體活動量不足的坐式生活型態。近年來，台灣地區的死亡原因也逐漸轉成以慢性病及身體機能退化的疾病為主；腦血管疾病、心臟病、糖尿病、高血壓，都在台灣地區十大死亡原因之列。而為預防身體機能退化的疾病，透過規律運動，建立動態的生活方式，已被視為促進健康的重要方法。

國小階段學生服從性高，學習能力強，是灌輸健康觀念、養成健康習慣最好的切入點；藉著健康促進學校的推動方式，讓學生養成規律運動的動態生活型態避免身體機能退化疾病的侵襲。全體師生共同建立健康快樂的學習環境，營造全方位的健康促進學校，進而推展至家庭及社區。

在菸害及檳榔防治與口腔衛生方面，因本校學生家長多為勞動階級。因此，本校擬透過較為軟性的宣導方式，經由教師在課程中裡融入健康促進議題的相關內容，並且在各項競賽及藝文表演中融入健康促進學校相關議題，建立學生對菸害及檳榔的基本認識。教師再針對學生對於課程吸收的程度設計多元的回饋活動。

此外，針對社區民眾及家長，擬透過師生班親會、各項議題的講演、學校對外的表演活動及學校與社區的運動大會等活動來宣導我們對健康促進學校議題的訴求。

藉著此次教育部辦理健康促進學校計畫的遴選，希冀提升學校學生及教職員工的健康並營造安全的生活環境；同時藉由學生的示範作用，進而帶領社區家長一起邁向健康又安全的生活。

### 參、計畫目標

本學年度計畫分八大議題，而本校定以「性教育」為核心議題，配合「視力保健、口腔保健、健康體位、菸檳防治、全民健保、正確用藥及事故傷害防制」為次要議題，整合行政與醫療和社區力量，加強對健促的重視外，並培養健康自我管理的概念，培養師生健康知能，增加健康觀念與行為，引導家庭及社區，增進全體身心健康。了解評估分析學校教職員工生健康狀況、利用現有人力、物力資源及健康需求，確立學校健康促進目標及健康促進策略。並依據計畫目標和議題、縣定指標之精神，發展適切的活動與課程，提供充分的環境支持與服務，增進學校成員健康行為及健康的生活型態，進而提升健康品質，以期達成下列目標：

- 一、持續召開學校健康促進會議，整併資源推動健康政策。
- 二、提升教師推動健康促進能力，加強融入生活教學課程。
- 三、營造健康安全的校園環境，增進學生快樂安全成長。

四、發展有效健康、體育項目促進策略及計畫，提升健康安全舒適的品質。

五、督促學校所有成員，養成健康行為，建立健康的生活型態。

六、於校園推動健康促進，達成永續經營之健康促進校園。

七、強化本校師生健康，營造『重視健康促進，營造健康環境，塑造健康生活』。

## 肆、本校願景與背景說明

### 一、本校願景：

(一)凱旋國小之願景為：

營造「健康、快樂、卓越、創新」的優質學園

1. 健康：健康成長——促進親師生健康的成長。
2. 快樂：快樂學習——形塑學校成為快樂的學習園地。
3. 卓越：追求卓越——全面品質、績效化、專業化、優質化。
4. 創新：創新理念——承先啟後、新觀念、新價值、新學力。

(二)教育目標：

1. 建立安全、和諧、效能的學校環境
2. 促進學生身心健全、健康成長，培養基本能力
3. 形塑專業、敬業、優質的教學團隊
4. 整合學校、家長、社區資源並有效運用

### 二、背景說明：

本校國小部一共 16 班，學生共計 350 人，附設幼兒園則有 4 班，共有 103 位小朋友，教職員工 45 位。本校教職員皆認為身心靈的健康狀況是影響學習及

生活品質的重要因素。全體教職員工深具教育專業素養熱心教育，師生關係融洽，且積極參與進修研習，隨時吸取最新教育改革資訊；然學區家長身分複雜，部份家庭組織為外籍配偶、隔代教養及單親家庭的情況，又加上家長們工作繁忙，因而忽略學生的基本健康需求。由於多數家長對於健康知識的認知欠缺不足，加上忙於工作，對於學生身體缺點矯治亦不重視，大多對於知能未能建立正確觀念，本計畫即基於健康凱旋活力校園的理念，從環境營造、健康服務、個人行為、課程教學且結合社區等層面做多元化的設計和教育。希望藉由本計畫的執行，建立一個健康的學習場所。

### (一)口腔保健

本校位於宜蘭縣政中心旁，學校教師對學童身心健康極為重視。師生皆配合每日飯後潔牙、配合牙醫師來校篩檢等保健活動，也多利用師生朝會及親師座談會加強口腔保健宣導，促使家長也願意配合後續追蹤與矯治，一起努力改善，維持良好的口腔保健習慣且定期追蹤治療。

| 一年級    | 人數 | 齲齒<br>人數 | 齲齒<br>盛行率 | DMFT<br>(恆齒) | DMFT 指數 | Deft<br>(乳齒) | deft 指數 |
|--------|----|----------|-----------|--------------|---------|--------------|---------|
| 101 學年 | 38 | 29       | 76.32     | 14           | 0.37    | 147          | 3.87    |
| 102 學年 | 55 | 38       | 69.00     | 5            | 0.09    | 249          | 4.53    |
| 103 學年 | 58 | 46       | 79.31     | 17           | 0.29    | 231          | 3.98    |
| 104 學年 | 72 | 54       | 75        | 5            | 0.07    | 275          | 3.82    |
| 105 學年 | 66 | 39       | 59        | 4            | 0.06    | 218          | 3.3     |

|        |    |          |           |              |         |              |         |
|--------|----|----------|-----------|--------------|---------|--------------|---------|
| 106 學年 | 51 | 42       | 78.43     | 5            | 0.1     | 292          | 5.73    |
| 四年級    | 人數 | 齲齒<br>人數 | 齲齒<br>盛行率 | DMFT<br>(恆齒) | DMFT 指數 | Deft<br>(乳齒) | deft 指數 |
| 101 學年 | 54 | 43       | 79.63     | 135          | 25      | 105          | 1.94    |
| 102 學年 | 43 | 33       | 76.74     | 55           | 1.28    | 103          | 2.40    |
| 103 學年 | 54 | 31       | 57.41     | 95           | 1.76    | 109          | 2.02    |
| 104 學年 | 46 | 27       | 58.7      | 39           | 0.85    | 129          | 2.8     |
| 105 學年 | 57 | 33       | 57.9      | 32           | 0.56    | 159          | 2.79    |
| 106 學年 | 58 | 33       | 56.9      | 132          | 2.28    | 161          | 2.78    |

## (二)健康體位與健康飲食：

近年來西式速食飲食西進，加上雙薪家庭工作繁忙下，由於家長忙於工作，未注重子女健康管理，又因社會瀰漫體重迷思，女性追求瘦還要更瘦，導致 102 學年本校體位過重比率為 27.5%（過重 13.4%、超重 14.1%）、體位過輕比率為 2.2%。醫學專家指出肥胖容易造成高血脂、高血壓及血糖的異常，加上身體形象的改變，影響人際關係的建立，導致生理、心理、社會等之健全發展發生障礙。但體重過輕也會影響健康狀況，輕微的如疲倦、抑鬱或肌肉無力等現象，嚴重的會造成體內組織過度耗損、免疫力變差或容易生病。因此除在學校有限的經費中編列體育活動經費外，更努力爭取各項設備，以增進學童接觸各項運動的機會外，也為學童營養午餐把關，實施營養教育宣導及午餐審核小組，隨時查驗午餐的營養性及健康性。因此本學年度實施輔導體位不良學童體重控制之計畫，希望降低體位過重學童之比例，協助建立良好飲食習慣及有恆的運動，即早得到良好的健康照護進而增強身體抵抗力。

凱旋國小 101~106 學年度體位狀況表

| 學年度 | 人數 | 過輕    | 適中    | 過重    | 超重    | 合計   | 備註 |
|-----|----|-------|-------|-------|-------|------|----|
|     | 比率 |       |       |       |       |      |    |
| 101 | 人數 | 67    | 157   | 39    | 36    | 299  |    |
|     | 比率 | 22.4% | 52.6% | 13%   | 12%   | 100% |    |
| 102 | 人數 | 7     | 220   | 42    | 44    | 313  |    |
|     | 比率 | 2.2%  | 70.3% | 13.4% | 14.1% | 100% |    |
| 103 | 人數 | 25    | 211   | 34    | 47    | 317  |    |
|     | 比率 | 7.9%  | 66.6% | 10.7% | 14.8% | 100% |    |
| 104 | 人數 | 25    | 224   | 43    | 40    | 332  |    |
|     | 比率 | 7.5%  | 67.5% | 13.0% | 12.0% | 100% |    |
| 105 | 人數 | 36    | 237   | 41    | 43    | 357  |    |
|     | 比率 | 10.1% | 66.4% | 11.5% | 12.0% | 100% |    |
| 106 | 人數 | 36    | 235   | 37    | 42    | 350  |    |
|     | 比率 | 10.3% | 67.1% | 10.6% | 12.0% | 100% |    |

(三)菸害、毒品及檳榔健康危害防制方面：

本校教職員吸菸人口 0 人，達成教職員工零吸菸，無菸校園之目標。校內未有學生吸菸，但學區家長吸煙比率不少，孩童暴露於二手菸之環境機率較高。本校教職員工沒有嚼食檳榔的習慣，但有部份家長有嚼食檳榔的習慣。菸檳問題所衍生不只危害個人健康，更是導致嚴重的公共衛生問題。因此如何落實菸檳防治之宣導是學校與家庭教育之重要議題，也因此營造良好的學習空間及提高校園學生對菸品及毒品所帶來的健康危害的認識，增進菸害，毒品防治與相關法律觀念。也可提昇校園學生無菸拒毒拒菸檳之理念，進而提升教職員生擁有良好的學習環境跟衛生習慣。

#### (四)視力保健：

隨著都市化生活空間變窄，及數位化生活普及，學（幼）童戶外活動機會減少等社會環境因素，卻增加長時間近距離用眼行為機會。因此，如果沒有採取有效措施避免或延緩學（幼）童「不要太早發生近視」，則在青少年時期高度近視比率將繼續攀高，國人眼睛病變之比率與嚴重度必定加劇，不但增加醫療成本支出，更影響國民生活品質，因此在校實施sh150並推行課間活動實施望眼凝視，以培養師生規律護眼習慣。其時間為每週一~五上午10:00~10:30為課間活動時間(每週一、三，實施愛眼健康操、跳繩運動及班級活動；每週二、四，實施新式健康操、跑步運動及班級活動；每週五，實施跳繩操及班級活動，強化學生眼睛及心肺功能。)

凱旋國小 101~106 學年度視力不良統計表

| 學年度 | 全校學生數 |       |       | 兩眼裸視<br>均達 0.9 |       | 兩眼裸視<br>0.5~0.8 |       | 兩眼裸視<br>0.1~0.4 |       | 兩眼裸視<br>0.1 以下 |      |
|-----|-------|-------|-------|----------------|-------|-----------------|-------|-----------------|-------|----------------|------|
|     | 計     | 男     | 女     | 男              | 女     | 男               | 女     | 男               | 女     | 男              | 女    |
| 101 | 299   | 132   | 167   | 82             | 102   | 27              | 36    | 23              | 29    | 0              | 0    |
| 比率  | 100%  | 44.2% | 55.8% | 63.8%          | 55.7% | 13%             | 25.3% | 23.2%           | 19%   | 0%             | 0%   |
| 102 | 313   | 138   | 174   | 88             | 97    | 18              | 44    | 32              | 33    | 0              | 0    |
| 比率  | 100%  | 43.9% | 56.1% | 66.9%          | 65.9% | 17.3%           | 20.6% | 15.8%           | 13.5% | 0.0%           | 0.0% |
| 103 | 316   | 141   | 175   | 98             | 108   | 24              | 35    | 19              | 32    | 0              | 0    |
| 比率  | 100%  | 44.6% | 55.4% | 69.5%          | 61.7% | 17.0%           | 20.0% | 13.5%           | 18.3% | 0%             | 0%   |
| 104 | 331   | 151   | 180   | 102            | 114   | 27              | 36    | 22              | 30    | 0              | 0    |



|     |      |       |       |       |       |       |       |       |       |    |    |
|-----|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----|----|
| 比率  | 100% | 45.6% | 54.4% | 67.5% | 63.3% | 17.9% | 20%   | 14.6% | 16.7% | 0% | 0% |
| 105 | 357  | 168   | 189   | 112   | 121   | 31    | 43    | 25    | 25    | 0  | 0  |
| 比率  | 100% | 47.1% | 52.9% | 66.7% | 64%   | 18.5% | 22.8% | 14.9% | 13.2% | 0% | 0% |
| 106 | 350  | 172   | 178   | 111   | 105   | 39    | 36    | 22    | 37    | 0  | 0  |
| 比率  | 100% | 49.1% | 50.9% | 64.5% | 59%   | 22.1% | 20.2% | 12.8% | 20.8% | 0% | 0% |

### (五)性教育：

環顧國內性教育發展相較於世界先進國家較晚，社會及家庭對性教育的專業性缺乏正確認知，導致近年來國內有關性教育的社會爭議事件，像是隱私問題、恐懼訴求的處理及色情媒體對青少年的文化及價值觀的影響，由此可看出建立性教育的知識是很重要。因此在校內推動性教育宣導及教學，配合學生在不同成長階段，透過有計畫的學校性教育課程教導兒童正確了解身體的成長與變化，教導學生了解身體器官的變化與其原因，及面臨變化時應採取的適當方法等，讓學生事先有心理準備，不致產生焦慮甚或恐懼，透過適當的教學活動引導兒童進行討論與澄清，以減少因無知而造成的錯誤或傷害，教導學生正確了解身體的成長與變化。

### (六)正確用藥.全民健保

「藥物濫用」與「用藥安全」一直為媒體及民眾關注的健康問題。「藥物濫用」是指不以正當醫療用途為目的，而未經醫師藥方或指示的情況下，擅自過量或經常使用特定的藥物。這種濫用藥物的行為，很容易造成上癮而無法自拔，不但傷害個人健康，還會對公共秩序與社會安寧造成嚴

重危害。健康行為在健康與疾病的連續面上扮演著非常重要的角色，是發展健康促進活動的依據。國家重大的醫藥措施~全民健保，學生的健康行為是中、老年人健康行為的基礎，所以學生健康行為，不但可以瞭解健康問題之所在，而且也可以診斷中、老年人實踐健康行為之障礙。所以經由校園正確用藥教育推廣，不但能提昇學生日後用藥安全及自我照護行為力，進而能影響家長正確用藥之行為。

### (七)事故傷害防治

本校自 95 學年度起接辦「宜蘭縣急救教育推廣中心」的業務，為『事故傷害防治』更包羅萬象。將「交通意外事故防制」的教學宣導、「水域安全宣導」的游泳認證、教學融入之「校園安全事故防範」、及衛生保健之「急救訓練」之能力提昇，群策群力、分工合作、以達相輔相成之效果。實施步驟為運用課程教學，佐以舉辦相關活動方式，推動『事故傷害防治』教育，增進教職員工生對於事故傷害防治覺察、知識、態度、生活技能與行動能力，以減少遭受事故傷害的人數。並將本校推動之經驗成效推廣至鄰近社區，建立安全生活及正確急救觀念。

綜合上述，本校本學年度之健康促進學校計畫選定以「健康體位」為核心議題，配合「視力保健、口腔保健、性教育、菸癮防治、全民健保、正確用藥及事故傷害防制」為次要議題，配合 WHO 健康促進學校的六大範疇（學校衛生

組織、健康服務、健康教育課程與推動、學校物質環境、學校精神環境、社區關係)，進行全面性、多元化的學校衛生工作。

#### 伍、計畫內容：

本計畫內容茲將計畫實施方式與實施步驟詳述於下：

## 一、實施工作策略

| 議題       | 具體工作策略<br>(計畫內容與實施方式)             | 辦理時間   | 執行單位 |
|----------|-----------------------------------|--------|------|
| 整體學校衛生政策 | 1. 成立學校健康促進委員會並確實運作。              | 106/10 | 體衛組  |
|          | 2. 校園開放社區使用及管理。                   | 經常性    | 總務處  |
|          | 3. 加強校園美綠化及生態教學環境。                | 經常性    | 總務處  |
|          | 4. 加強學生日常生活中健康行為指導與心理輔導。          | 經常性    | 輔導組  |
|          | 5. 鼓勵教師將健康議題納入課程與教學。              | 經常性    | 課發組  |
|          | 6. 辦理或遴選教師參加相關健康促進研習，以豐富教師衛生專業知能。 | 經常性    | 課發組  |
|          | 7. 結合社區資源辦理相關衛生活動。                | 不定期    | 體衛組  |
|          | 8. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。               | 不定期    | 衛教組  |
|          | 9. 利用健促部落格，宣導健康促進觀念與知能。           | 經常性    | 體衛組  |
|          | 10. 規劃年度體育發展計畫並落實執行。              | 不定期    | 體衛組  |

|      |                                                 |                  |           |
|------|-------------------------------------------------|------------------|-----------|
| 健康體位 | 1. 定期測量並分析學生體重情形。                               | 106/9            | 衛教組       |
|      | 2. 實施體位不良(過重、過輕)學生健康飲食與運動指導。                    | 106/10~<br>107/  | 衛教組       |
|      | 3. 每學期辦理師生體適能檢測,並做前、後測分析並上傳教育部體適能網站。            | 106/9~10         | 體衛組       |
|      | 4. 辦理師生康樂活動及班際親子活動。                             | 107/5            | 人事<br>家長會 |
|      | 5. 健康飲食習慣與知能融入領域教學。                             | 106/10~107<br>/3 | 課發組       |
|      | 6. 佈置健康專欄供健康飲食資訊:均衡飲食金字塔、每天兩份奶……。               | 不定期              | 體衛組       |
|      | 7. 辦理學童健康營養飲食講座。                                | 每學年兩次            | 衛教組       |
|      | 8. 每學期辦理年段性體育競賽至少一次。                            | 每學期一次            | 體衛組       |
|      | 9. 每學年辦理全校性體育競賽至少一次。                            | 全學年              | 體衛組       |
|      | 10. 輔導成立運動社團,培養學童規律運動習慣(籃球、足球、直排輪、體適能…)。        | 全學年              | 體衛組       |
|      | 11. 每日課間活動 10:00~10:30 進行健康操、跳繩、跑步、班級活動,提升運動風氣。 | 每學期              | 體衛組       |
|      | 12. 結合運動會或學校活動宣導健康體位及 BMI 指數的正確意義。              | 每學期 1 次          | 體衛組       |
|      | 13. 實施書包減重計畫,維持優良的身體姿勢。                         | 經常性              | 班級導師      |
|      | 14. 進行體育習慣與知能教學觀摩融入領域教學。                        | 經常性<br>每學期 1 次   | 課發組       |

|      |                             |       |             |
|------|-----------------------------|-------|-------------|
| 口腔衛生 | 1. 口腔保健認知觀念融入領域教學。          | 經常性   | 課發組         |
|      | 2. 持續配合辦理每周一次高濃度含氟漱口水推展。    | 經常性   | 衛教組         |
|      | 3. 健康中心負責追蹤及紀錄學生複查及矯治結果。    | 每學期一次 | 衛教組         |
|      | 4. 落實午餐後完成潔牙活動並登記。          | 經常性   | 衛教組         |
|      | 5. 持續配合國健局鼓勵兒童進行白齒窩溝封劑服務計畫。 | 經常性   | 衛教組         |
|      | 6. 鼓勵半年口腔健檢者登錄榮譽護照點數 2 點。   | 每學期一次 | 體衛組         |
|      | 7. 結合運動會或學校活動宣導口腔衛生及執行健康服務。 | 每學年一次 | 體衛組         |
| 視力保健 | 1. 視力保健認知觀念融入領域教學。          | 經常性   | 課發組         |
|      | 2. 健康中心負責追蹤及紀錄學生複查及矯治結果。    | 每學期一次 | 衛教組         |
|      | 3. 加強教室照明，並定期檢查教室燈光設備。      | 每學期一次 | 衛教組         |
|      | 4. 推動規律用眼 3010。             | 經常性   | 總務組<br>班級導師 |
|      | 5. 鼓勵學童天天戶外遠眺 120。          | 經常性   | 班級導師        |
|      | 6. 結合運動會或學校活動宣導視力保健及執行健康服務。 | 每學年一次 | 體衛組         |

|      |                          |                  |        |
|------|--------------------------|------------------|--------|
| 菸害防治 | 1. 建立學生正確菸害防治觀念。         | 經常性              | 生教組    |
|      | 2. 配合轄區衛生所定期舉辦菸害防治宣導。    | 每學期一次            | 衛教組    |
|      | 3. 結合運動會活動宣導家長菸害防治觀念。    | 每學年一次            | 衛教組    |
|      | 4. 菸害防治認知觀念融入領域教學。       | 經常性              | 課發組    |
|      | 5. 營造無菸校園，讓學校師生遠離二手菸。    | 經常性              | 衛教組    |
| 性教育  | 1. 建立性別平等教育觀念，並融入課程進行教學。 | 經常性              | 輔導組    |
|      | 2. 辦理學校教職員工生性別平等研習或宣導。   | 每學年一次            | 輔導組    |
|      | 3. 辦理性教育宣導講座。            | 每學年一次            | 學務處    |
|      | 4. 辦理教職員工性侵及兒少保研習。       | 每學期              | 輔導組    |
|      | 5. 性別平等教育宣導(中、高年級)。      | 每學年一次            | 輔導組    |
|      | 6. 定期加開性平委員會，確立組織運作建全。   | 經常性              | 輔導組    |
|      | 7. 撰寫行動研究計畫              | 106/10~<br>107/4 | 健康課程教師 |

|           |                              |     |     |
|-----------|------------------------------|-----|-----|
| 全民健保、正確用藥 | 1. 建立正確用藥及就醫觀念，並融入課程進行教學。    | 經常性 | 課發組 |
|           | 2. 配合政策，不定期將相關資訊透過網頁進行宣導。    | 經常性 | 體衛組 |
|           | 3. 配合縣府政策，辦理全民健保及正確用藥相關藝文比賽。 | 不定期 | 體衛組 |

## 二、實施步驟

本計畫實施期程自106年10月起至107年6月止，分二階段進行：

### (一) 第一階段 (106年10-12月)

1. 成立學校健康促進委員會。
2. 診斷學校教職員工生之健康狀況、評估現有人力、物力資源及健康需求。
3. 確立學校健康促進目標及健康策略。
4. 依據計畫目標及議題，發展適切的活動與課程。
5. 編製教材及教學媒體，並建置與維護健康網站。

### (二) 第二階段 (107年1月-6月)

1. 實施健康促進課程教學活動，並結合社區資源辦理親職教育活動。
2. 提供環境支持與服務，以增進學校成員健康行為及健康的生活型態，進而提升健康品質。
3. 實施過程評價回饋修正計畫，實施成效評價評估計畫實施之效果。
4. 分析資料並撰寫報告。



## 陸、計畫預期成效

- (一) 透過各項體育競賽及活動，使師生有健康身體，養成運動習慣身體強健。
- (二) 結合教學和宣導活動，讓學生真正在生活中落實主動維護身體健康與健康體能的習慣，每日固定的望遠休息活動、定期的視力檢查與定期的運動，期使學童近視比率能趨緩、提升健康體能，並逐步擁有更佳的健康狀況。
- (三) 透過社區、家長、學校各資源營造一無菸環境：對未有抽菸經驗之學童，持續推展反菸的行為，讓此健康觀念能徹底扎根。尤其學校環境應為標竿，持續成為全面拒除菸毒的模範。
- (四) 落實性教育及菸害防制，促進青少年性及身體健康。
- (五) 透過正確用藥教育，提昇學生用藥安全及自我照護行為能力。
- (六) 落實推動安全觀念，有效推廣師生及家長正確用藥全民健保的態度與方法。

## 柒、預定進度

| 工作項目           | 月 | 106年 | 106年 | 106年 | 107年 | 107年 | 107年 | 107年 | 107年 |
|----------------|---|------|------|------|------|------|------|------|------|
|                |   | 10月  | 11月  | 12月  | 1-2月 | 3月   | 4月   | 5月   | 6月   |
| 1. 成立學校健康促進委員會 |   | ■    |      |      |      |      |      |      |      |
| 2. 進行現況分析及需求評估 |   | ■    |      |      |      |      |      |      |      |
| 3. 決定目標及健康議題   |   | ■    |      |      |      |      |      |      |      |
| 4. 擬定學校健康促進計畫  |   | ■    |      |      |      |      |      |      |      |
| 5. 編製教材及教學媒體   |   |      | ■    | ■    |      |      |      |      |      |

| 工作項目          | 月 | 106年 | 106年 | 106年 | 107年 | 107年 | 107年 | 107年 | 107年 |
|---------------|---|------|------|------|------|------|------|------|------|
|               |   | 10月  | 11月  | 12月  | 1-2月 | 3月   | 4月   | 5月   | 6月   |
| 6. 擬定過程成效評價工具 |   |      | ■    | ■    |      |      |      |      |      |
| 7. 成效評價前測     | ■ |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 8. 執行健康促進計畫   |   |      | ■    | ■    | ■    | ■    | ■    | ■    | ■    |
| 9. 過程評量       |   |      |      | ■    | ■    | ■    | ■    |      |      |
| 10. 成效評價後測    |   |      |      |      |      |      | ■    |      |      |
| 11. 資料分析      |   |      |      |      |      |      | ■    |      |      |
| 12. 報告撰寫      |   |      |      |      |      |      | ■    | ■    |      |
| 13. 提報成果      |   |      |      |      |      |      |      | ■    | ■    |

### 捌、人力配置

#### 宜蘭縣凱旋國民小學「學校健康促進委員會」工作執掌表

| 計畫職稱 | 姓名  | 單位/職稱 | 在本計畫之工作項目                       |
|------|-----|-------|---------------------------------|
| 召集人  | 張哲豪 | 校長    | 總召集會議及督導小組任務之進行                 |
| 副召集人 | 林聰明 | 家長會長  | 協助召集會議及督導小組任務之進行                |
| 副召集人 | 曾介文 | 學務主任  | 研究策劃，督導計畫執行並協助行政協調              |
| 體衛組  | 李信德 | 體衛組長  | 1. 策劃及辦理相關健康促進學校活動<br>2. 彙整報告撰寫 |
| 衛教組  | 李佩芳 | 護理師   | 1. 建立及統計學生體位資料                  |

|      |      |      |                                           |
|------|------|------|-------------------------------------------|
|      |      |      | 2. 不定期舉辦衛生教育活動                            |
| 總務組  | 李元煌  | 總務主任 | 校園安全、校園飲用水、綠美化與健康安全環境設施營造與維護              |
| 輔導組  | 林游銘  | 輔導組長 | 1. 健康促進學校親職教育活動之推展<br>2. 學生心理健康狀況及需求評估    |
| 生教組  | 王志賢  | 生教組長 | 1. 各項問卷前後比較之追蹤及輔導<br>2. 協助辦理健康促進學校相關活動推展  |
| 課發組  | 路德欣  | 課發組長 | 1. 體適能評估，活動策略設計及效果評價<br>2. 健康促進教育融入教學課程教學 |
| 教學組  | 曾建銘  | 教學組長 | 學生書包減重業務                                  |
| 學生代表 | 李亮瑩  | 自治市長 | 協助辦理學生需求評估                                |
| 社區民眾 | 家長志工 | 社區人士 | 1. 協助各項活動辦理。<br>2. 提供各項教育資源的協助。           |

玖、本辦法經校務會議通過，呈請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

教師兼  
體衛組長  
李信德

學務主任：

教師兼  
學務主任  
曾介文

校長：

校長張哲豪