

# 學校推動健康促進計畫特色

1. 大下課時間是全校的健促時間，一二年級學生及有興趣的教職員一起做健身操的活動，挑選符合健促主題的舞蹈或應景的舞曲教學並錄製成影片，讓健促知識傳唱校園及分享家長。

## 健康促進學校網站

111 學年度 健康中心

大下課運動

分類管理 新增影片

### 線上影片

影片	影片名稱
	<b>1</b> 2023-06-05 <b>大下課運動</b> [刷牙歌]那拔國小 112.06 - YouTube   大家一起來刷牙!刷牙歌起床了 大家來刷牙上面的牙齒開始刷 由左而右的來刷下面的牙齒繼續刷 牙齒的裡面也要到來回十下撥一下 吃東西的面請不要忘舌頭也刷你真棒 牙齒健康沒蛀牙起床刷牙口氣好 太陽公公最愛我睡前也刷一定要 蛀牙細菌別來鬧我是健康的好寶寶好寶寶 愛刷牙 牙齒健康沒煩惱早也刷 晚也刷 趕走蛀牙笑哈...
	<b>2</b> 2023-01-21 <b>大下課運動</b> 那拔國小 健促活動 聖誕狂歡曲 - YouTube   開心的聖誕狂歡曲，一甲二甲的同學大家一起跳起來吧
	<b>3</b> 2023-01-19 <b>大下課運動</b> 我說新年好 - YouTube   那拔國小祝大家新年快樂新年好
	<b>4</b> 2023-01-25 <b>大下課運動</b> EYE眼動起來 - YouTube   那拔國小大下課健促
	<b>5</b> 2023-03-25 <b>大下課運動</b> 那拔國小81週年校慶~一二年級健促表演 (挖ㄟ飯菜尚健康+只要大家攞吃台灣米+向前衝) - YouTube   我的飯菜尚健康+只要大家攞吃台灣米+向前衝
	<b>6</b> 2023-04-24 <b>大下課運動</b> 那拔國小 健促活動 卡路里 - YouTube   卡路里
	<b>7</b> 2023-05-19 <b>大下課運動</b> 那拔國小 健促活動 阿母的手 - YouTube   母親節到了，一二六年級學生獻上在大下課運動時間所學的的舞蹈，祝福媽媽、阿嬤 母親節快樂

## 2. 全面檢視及改善學生刷牙用具及改善擺置



### 3. 六年級畢業生急救教育認證



## 4. 指導學生參加臺南市政府體育局高爾夫球運動擊遠競賽 獲得國小中年級男子組第一名

臺南市 112 年度高爾夫球運動擊遠比賽成績總表

中華民國 112 年 1 月 9 日 南市體競字第 1120087229 號核准辦理

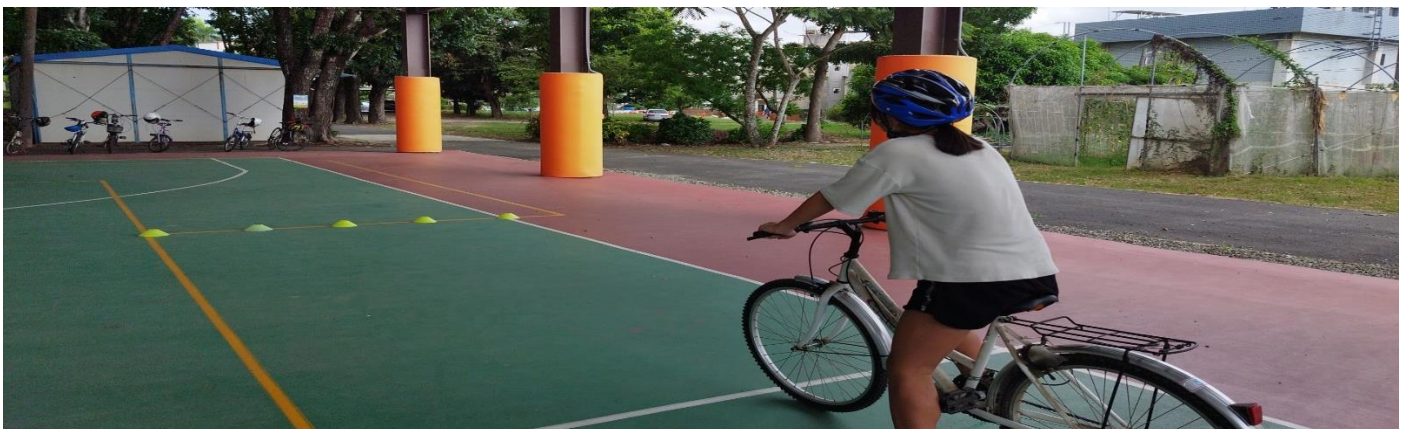
組別/名次	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名	第七名	第八名
高中男子組	黎明中學 陳嘉佑	黎明中學 陳柏瑞	黎明中學 黃震丞					
高中女子組	黎明中學 黃晴嵐							
國中男子組	復興國中 陳永笙	興國中學 徐思成	鹽行國中 蘇靖暘	鹽行國中 馮述揮	鹽行國中 楊振修	鹽行國中 黃品豪	昭明國中 鄭理偉	鹽行國中 方弘謙
國中女子組	復興國中 莊善妮	鹽行國中 林豐恩	鹽行國中 王籽庭	鹽行國中 蔡瑞堯	鹽行國中 張理慈	鹽行國中 林依萱	鹽行國中 羅意婷	鹽行國中 王思勻
國小高男組	正新國小 林祐赫	龍山國小 羅錫翔	正新國小 李相維	新逸國小 李丞賓	後港國小 鄭理嘉	億載國小 周庭碩	口埤實小 吳瑋廷	新北國小 蘇均宥
國小高女組	龍山國小 羅芷綺	三村國小 林芊潔	大新國小 賴奕繁	正新國小 王呈瑄	口埤實小 康皓堂	文和實小 姚奕慧	聖賢國小 李卉真	安業國小 王湘甯
國小中男組	那拔國小 黃凱翊	新興國小 羅右崇	重溪國小 林軒培	聖賢國小 李宗祐	後港國小 許峻璋	正新國小 李相恩	新興國小 朴連徐	億載國小 周庭駿
國小中女組	那拔國小 王妍蕙	正新國小 林彤芷	大新國小 劉芊祈	聖賢國小 蘇佩儀	三村國小 蘇靖庭	三村國小 許紘甄	聖賢國小 蘇星語	大新國小 黃羽豐
國小低男組	寶仁國小 蔡沐辰	新營國小 吳克廷	寶仁國小 楊鈞祐	新北國小 謝德凱	重溪國小 連宥信	後港國小 陳嘉祐	重溪國小 陳厚奕	新北國小 溫苡丞
國小低女組	新泰國小 王曼如	九份子國小 周品岑	新北國小 董恩妘	重溪國小 李一凌	重溪國小 連婕妤	正新國小 陳星妤		

比賽日期：112 年 3 月 10 日

比賽地點：斑芝花高爾夫渡假俱樂部



5. 推行自行車活動並辦理考照認證。



6. 旗舞社團參與111年度國民中小學傳統藝術比賽榮獲甲等、並於受邀表演時結合健康促進宣導。



臺南市111年度國民中小學傳統藝術比賽成績表

第一場地：創意藝陣

出場序號	學校名稱	等第
1	山上國民中學	未出賽
2	六甲國民中學	特優
3	成功國民中學	優等
4	太子國民中學	甲等
5	下營區東興國民小學	優等
6	永康區復興國民小學	特優
7	後壁區後壁國民小學	甲等
8	新營區新興國民小學	甲等
9	七股區七股國民小學	優等
10	麻豆區麻豆國民小學	特優
11	學甲區宅港國民小學	優等
12	新化區那拔國民小學	甲等
13	西港區西港國民小學	優等
14	楠西區楠西國民小學	甲等
15	仁德區文賢國民小學	優等
16	下營區中營國民小學	甲等
17	北門區文山國民小學	特優
18	麻豆區安業國民小學	優等

臺南市111年度國民中小學傳統藝術比賽  
前鋒書法小組



7. 結合學校植栽，進行無患子清潔劑、無患子酵素、情人果等多樣加工體驗。



二年級無患子清潔劑製作

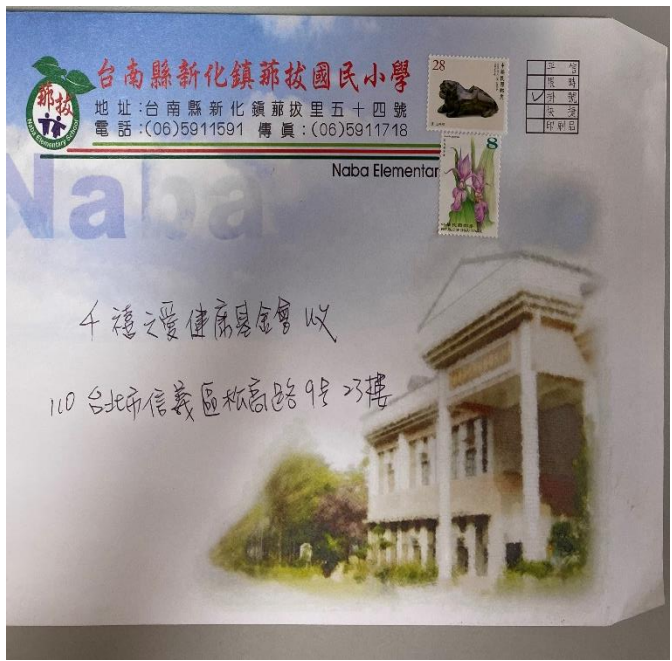


三年級無患子酵素製作



三年級情人果製作

# 8. 積極申請相關單位活動，讓學生可以有更多元的健康促進活動體驗(邀請open 小將)及(每日2份奶)。



## 【每天 2 份奶~補鈣大挑戰活動】成果紀錄

※ 成果記錄表請一班填寫一份，並於 111/11/9 前 E-mail 回傳至 312@jtf.org.tw

※ 請依申請份數填寫(舉例：申請 5 份教材包，就必須填寫 5 份成果記錄表)

※ 活動相關問題請洽詢 02-2776-6133 分機 312 陳先生


活動負責人	廖謹儀	職稱	教師
學校名稱	台南市那拔國小	聯絡電話	06-5911591
參加對象	國小三年甲班，共計 13 人		
五週挑戰活動 成果照片	<p>➢ 請提供第一週至第五週，每週活動挑戰的成果照片，請放至少 3 張，也請提供照片原始檔於 E-mail 附件。</p> <p>➢ 照片請搭配文字說明，簡述即可，例如：教師應用宣導、學生挑戰活動分享、教室布置等。</p>		
	<p>第一週：與學生宣導補鈣的方法及重要性</p> 		
	<p>第二週：討論及分享飲食均衡以與長高的方法</p> 		
	<p>第三週：比比看誰最高！</p> 		

	<p>第四週：</p> 
	<p>第五週：牛奶盒再利用，製作小牛！</p> 
<p>其他回饋分享(如特殊案例或有趣的故事)：為更了解孩子的飲食行為改變，以及學校執行狀況，您的寶貴建議將成為我們未來更加進步的動力！</p>	
<p>文宣品製作精緻，學生很喜歡，是教學上的利器。透過這樣的活動，學生更了解如何選擇乳品，也學到如何選擇優質的食物。</p>	

9. 落實餐前5分鐘活動，每月群組公告提醒老師進行餐前5分鐘活動，公佈欄公告宣導內容，並結合有趣的有獎徵答，加深教職員工生的記憶。



# 有獎徵答



【餐前5分鐘公布的海報內容會在升旗時抽籤回答喔，答對有獎，請大家加油~~】

