

臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表(3-3-1)

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		
簡述活動內容	全校榮譽卡制度由各處室共同集點獎勵，鼓勵學生落實生活教育、建立常規。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：學校推行榮譽卡



說明：行為或運動有達標就請老師核章



說明：學務處宣導跳繩活動



說明：學校配合跳繩活動制定獎勵機制

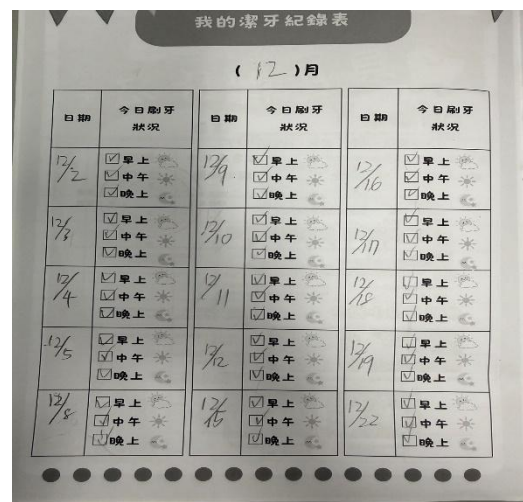
臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表(3-3-1)

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		
簡述活動內容	學生健康護照實施情形			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：學生將健康促進行為紀錄於健康護照



說明：記錄每日早、中、晚刷牙情形

目標一 均衡飲食好習慣	目標二 喝足白開水 (1500c.c.)	目標三 不喝含糖飲料	目標四 不吃零食	目標五 不吃油炸食品	目標六 天天運動 30分鐘
現在我每天吃三餐，每天吃六大類食物	現在我每天喝三次水，以喝足白開水	現在我每天不喝含糖飲料	現在我每天不吃零食	現在我每天不吃油炸食品	現在我每天每天運動三次，每次運動30分鐘
達成目標	每天都有吃六大類食物	每天喝足1500c.c.的白開水	不喝任何含糖飲料	不吃任何油炸食品	每天只運動每次運動30分鐘
達成日期	「每週有幾天」：每週吃六大類食物紀錄於下表	「每週有幾天」：每天喝足1500c.c.的白開水紀錄於下表	「每週有幾天」：不喝含糖飲料紀錄於下表	「每週有幾天」：不吃油炸食品紀錄於下表	「每週有幾天」：天天運動紀錄於下表
1	6	7	0	0	7
2	6	7	1	1	7
3	6	7	0	0	7
4	6	7	0	1	7
5	6	7	0	1	7
6	6	7	0	0	7
7	6	7	0	0	7
8	6	7	1	1	7
9	6	7	1	0	7
10	6	7	1	1	7

說明：記錄每日喝白開水狀況

我的跳繩紀錄表				
(11)月跳繩紀錄				
本月目標：每天跳繩次數達到(50)次 連續跳次數達到(5)次 自訂				
日期	今日跳繩的累積次數	今日最多連續跳次數	日期	今日跳繩的累積次數
11/3	30	40	11/7	30
11/4	30	40	11/21	30
11/5	30	46	11/22	50
11/6	30	40	11/23	40
11/9	30	40	11/24	30
11/10	30	40	11/25	30
11/11	30	40	11/29	30
11/12	30	40	11/30	40
11/13	30	40	11/31	30
11/14	30	40		

說明：記錄每日跳繩次數

臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表(3-3-1)

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√	0	√
簡述活動內容	老師帶領學生進行晨間及下課時進行運動			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：下課時間校長帶領學生一起跳繩



說明：下課時間主任帶領學生打籃球



說明：晨間活動-導師帶領學生一起打球



說明：晨間活動-導師帶領學生一起跑跳

臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		
簡述活動內容	營養教育-全校進行餐前五分鐘飲食教育，各班導師利用餐前時間指導學生正確的飲食觀念			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



說明：5 月-跟著巷弄走，吃遍府城味



說明：5 月-跟著巷弄走，吃遍府城味



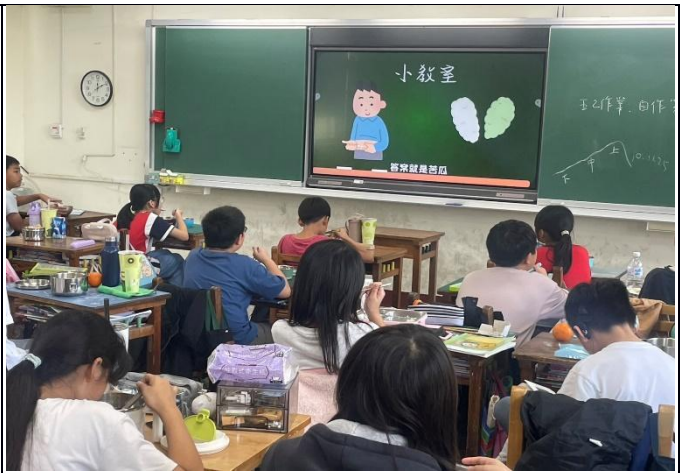
說明：4 月-探索漿果的迷人世界(水果類)



說明：4 月-探索漿果的迷人世界(水果類)



說明：3月-食材小勇士的味蕾闖關挑戰



說明：食材小勇士的味蕾闖關挑戰(蔬菜類)



說明：12月-魚兒來報到，午餐中的海洋小英雄(豆魚蛋肉類)



說明：12月-魚兒來報到，午餐中的海洋小英雄(豆魚蛋肉類)



說明：11月-賦予料理靈魂的天然辛香料(蔬菜類)



說明：11月-賦予料理靈魂的天然辛香料(蔬菜類)

臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		√

簡述活動內容 養成學生健康生活模式

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：視力保健-下課教室淨空-三甲



說明：視力保健-下課教室淨空-三乙



說明：口腔保健-學生午餐後潔牙

大社國小午餐後潔牙紀錄表 (115 年 3 月) 三年乙班

日期	2	3	4	5	8	9	10	11	12	13	16	17	18	19	20	23	24	25	26	27	30	31	合計	
班級	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	合計	
1																								
2																								
3																								
4																								
5																								
6																								
7																								
8																								
9																								
10																								
11																								
12																								
13																								
14																								
15																								
16																								
17																								
18																								
19																								
20																								
21																								
22																								
23																								
24																								
25																								
26																								

說明：有刷牙者填 1 沒刷牙者填 0 缺席請假者填 A 導師簽名：張嘉芬

說明：口腔保健-學生午餐後潔牙紀錄表



說明：護理師指導學生使牙線使用技巧



說明：護理師指導學生使牙線使用技巧



說明：理師入班對學生進行腸病毒衛教



說明：理師入班對學生進行洗手衛教



說明：健康飲食宣導



說明：健康飲食宣導



說明：登革熱防治宣導健康飲食宣導



說明：傳染病防治宣導



說明：健康廊道-張貼各式健康資訊。



說明：健康廊道-張貼各式健康資訊。



說明：健康專欄-張貼各式健康資訊。



說明：健康專欄-張貼各式健康資訊。

臺南市 114 學年度 大社國民小學

健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		
簡述活動內容	安全教育-學生騎乘腳踏車			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：腳踏車考試		說明：腳踏車考試		
				
說明：腳踏車車筆試		說明：筆試,路考通過才能騎乘腳踏車.		

臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		√
簡述活動內容	安全教育-交通、住警器、水域、校園安全等宣導 佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)			
				
說明：學務處-交通安全宣導	說明：學務處-水域安全宣導			
				
說明：學務處-住警器宣導	說明：學務處-校園安全宣導			

臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		√
簡述活動內容	安全教育-防震演練			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明： 趴下、掩護、		說明： 穩住		
				
說明： 疏散		說明： 集合. 回報人數		

臺南市 114 學年度 大社國民小學 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	在平常或課餘時間，教職員主動關心及指導學生實踐健康生活			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114 學年度	參加人數	√		√
簡述活動內容	環保教育			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：環保志工及小志工入班宣導資源回收分類		說明：環保志工及小志工入班宣導資源回收分類		
				
說明：舉辦推廣環保知識暨趣味猜謎有獎徵答活動-115.3.3 慶元宵		說明：舉辦推廣環保知識暨趣味猜謎有獎徵答活動-115.3.3 慶元宵		

大社國小學生騎乘單車申請規定 112-09-21 修訂

一、目的：為加強因上學路程之不便因素申請騎乘單車學生之安全，並配合交通安全宣導措施，使學生有正確之交通觀念。

二、申請必備程序：

1. 申請學生必須是上下學路途遙遠且家長無法接送或其他特殊原因者，並由家長填寫申請書。
2. 需要通過本校『道路路考測驗』與『交通安全常識』測驗兩項皆合格者。
3. 騎乘單車前每人必須自備『安全帽』一頂，於騎乘時必須佩戴。
4. 具備以上兩者條件時由學校發給『大社合格單車執照』與『單車車牌』各一張。
5. 單車執照必須隨身攜帶以備檢查，單車車牌按照規定黏貼車子後擋泥板或其他明顯位置。

三、違規處罰規定：

以下違規情形皆以**記點一次**為戒：

1. 未攜帶『單車執照』或『車牌遺失』者。
2. 校園內騎乘單車者。
3. 單車未整齊停放妨礙交通者。
4. 未遵守交通號誌規則者。
5. 未禮讓行人優先者。
6. 未能遵守交通隊指揮與指導者

以下違規情形以**記點二次**為戒：

1. 未全程佩戴單車安全帽者。
2. 騎乘單車時與他人並排或嬉戲追鬧者。
3. 與他人騎乘單車互相競速飆車者。
4. 騎單車時放雙手或做任何危險動者。

凡是經學校記點達三次者則吊銷『單車執照』並在本學期不得再騎單車到校或考照。

各位家長：

騎單車到校的申請，乃顧慮到上下學具特殊情形或路途遙遠之學生，為顧慮到孩子在馬路上可能遇到之交通危險，考慮孩子的安全，非不得已，請鼓勵您的孩子多多排路隊上學！

獲准騎單車到校的同學別忘了準備車鎖、雨衣，學校僅提供場地並不負保管責任！

大社國小學務處

大社國小騎乘腳踏車申請書

敝子弟_____就讀 ____年 ____班，因居家遙遠，家長無法接送或其他特殊原因，徒步上學實有不便，經申請後，懇祈學校准予腳踏車考照並於通過後騎乘腳踏車到校。

家長姓名： _____ (簽章)

電話： _____

中華民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

- 我已詳讀「大社國小學生騎乘單車申請規定」並會遵守。

學生簽名： _____

自行車證照

_____ 年 _____ 班 _____ 同學

恭喜你通過自行車筆試、路考

為了證明你的合格表現

特別頒發這張證照給你

希望你能發揮良好國民的精神

確實遵守交通規則

讓上下學及路上行車更安全