

臺南市七股區建功國民小學 114 學年度健康促進學校成果報告
 3-1-1 教職員在校實踐健康行為，以作為學生養成健康行為的學習楷模

活動名稱	運用多元管道倡議健康促進學校的重要性		
日期	114學年	實施班級	
簡述課程內容	本活動落實校本健康促進學校策略，以「師長引領、身教楷模」為核心。全校教職員於日常校園生活中積極實踐健康行為，包含：餐後集體使用含氟牙膏進行口腔清潔、落實每日飲用足量白開水（依個人體重 x30c.c.計算），並於午餐時間帶頭落實多吃蔬果之均衡飲食習慣。透過教職員的日常身體力行，將健康行為轉化為具象的「校園活教材」，並在班級中由導師親自帶領學生共同實踐，營造師生共好的健康校園氛圍，有效發揮楷模效應，深化學生健康習慣之養成。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙		說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙	
			
說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙		說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙	

3-1-1 教職員在校實踐健康行為，以作為學生養成健康行為的學習楷模

活動名稱	運用多元管道倡議健康促進學校的重要性		
日期	114學年	實施班級	
簡述課程內容	<p>本活動落實校本健康促進學校策略，以「師長引領、身教楷模」為核心。全校教職員於日常校園生活中積極實踐健康行為，包含：餐後集體使用含氟牙膏進行口腔清潔、落實每日飲用足量白開水（依個人體重 x30c.c.計算），並於午餐時間帶頭落實多吃蔬果之均衡飲食習慣。透過教職員的日常身體力行，將健康行為轉化為具象的「校園活教材」，並在班級中由導師親自帶領學生共同實踐，營造師生共好的健康校園氛圍，有效發揮楷模效應，深化學生健康習慣之養成。</p>		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教職員喝足白開水		說明：教職員喝足白開水	
			
說明：教職員帶領學生喝足白開水		說明：教職員帶領學生喝足白開水	



說明：教職員多吃蔬果



說明：教職員多吃蔬果

臺南市七股區建功國民小學 114 學年度健康促進學校成果報告

3-1-1 教職員在校實踐健康行為，以作為學生養成健康行為的學習楷模

活動名稱	運用多元管道倡議健康促進學校的重要性		
日期	114學年	實施班級	
簡述課程內容	<p>本活動落實校本健康促進學校策略，以「師長引領、身教楷模」為核心。全校教職員於日常校園生活中積極實踐健康行為，包含：餐後集體使用含氟牙膏進行口腔清潔、落實每日飲用足量白開水（依個人體重 x30c.c.計算），並於午餐時間帶頭落實多吃蔬果之均衡飲食習慣。透過教職員的日常身體力行，將健康行為轉化為具象的「校園活教材」，並在班級中由導師親自帶領學生共同實踐，營造師生共好的健康校園氛圍，有效發揮楷模效應，深化學生健康習慣之養成。</p>		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙		說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙	
			
說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙		說明：教職員飯後使用含氟牙膏刷牙	

臺南市七股區建功國民小學 114 學年度健康促進學校成果報告

3-1-1 教職員在校實踐健康行為，以作為學生養成健康行為的學習楷模

活動名稱	運用多元管道倡議健康促進學校的重要性		
日期	114學年	實施班級	
簡述課程內容	<p>本活動落實校本健康體位與動態生活策略，以「師長帶頭規律運動，樹立終身運動楷模」為核心。全校教職員自發性組成羽毛球團隊，利用課後或公餘時間進行常態性的羽球訓練與友誼對抗。透過教職員親自實踐「規律運動、鍛鍊體能」的健康行為，在校園內形塑熱活運動的氛圍，並將動態生活的正向能量幅射至學生群體，以具體的身體力行成為學生建立運動習慣的優質學習榜樣，有效落實指標之身教成效。</p>		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：師長帶頭規律運動，樹立終身運動楷模		說明：師長帶頭規律運動，樹立終身運動楷模	
			
說明：師長帶頭規律運動		說明：師長帶頭規律運動	