

新營區新生國小附設幼兒園健康促進計畫

一、計畫名稱：新營區新生國小附設幼兒園健康促進實施計畫

二、計畫依據

(一)依據幼兒園教保活動課程大綱辦理。

(二)培養幼兒良好生活習慣與健康觀念，促進身心健全發展。

三、計畫目的

(一)培養幼兒良好的健康生活習慣。

(二)增進幼兒視力保健與口腔清潔之能力。

(三)建立正確用藥安全觀念。

(四)培養尊重與包容的性別平等觀念。

(五)透過照顧生命活動，培養愛護生命與責任感。

(六)建立幼兒正確防疫與衛生習慣，降低傳染病發生。

四、實施對象：本園全體幼兒、教師及家長。

五、實施期間：114學年度全年持續辦理。

六、實施內容與方式

議題	實施內容	實施方式
視力保健	培養良好用眼習慣	進行每日出汗性大肢體運動、戶外活動，提醒閱讀與操作保持適當距離及光線。
口腔健康	建立潔牙習慣	每日餐後進行潔牙活動，教師協助指導正確刷牙方式。
用藥安全	建立正確用藥觀念	宣導「生病時應在家休息並由家長協助就醫」，不隨意服用藥物、不拿別人的藥品。
性別平等	尊重個別差異	透過繪本、團體討論與日常互動，培養尊重他人、互相包容之態度。
生命教育	培養愛護生命態度	於學習區照顧倉鼠，學習餵食、觀察與整理環境，建立責任感與同理心。
傳染病防治	落實防疫習慣	宣導生病不上課、勤洗手、戴口罩及保持環境清潔，降低疾病傳播機會。

七、實施策略

(一)融入日常教保活動與生活常規。

(二)透過故事、繪本、遊戲與實際操作進行教學。

(三)結合家長共同落實健康生活習慣。

(四)營造安全、整潔與健康的學習環境。

八、預期成效

(一)幼兒能建立良好衛生與健康習慣。

(二)幼兒能養成餐後潔牙與正確洗手習慣。

(三)幼兒能理解尊重他人與珍惜生命的重要。

(四)提升幼兒與家長之健康促進觀念。

(五)降低傳染病發生率，維護幼兒健康。

九、經費來源：由本園相關經費支應。

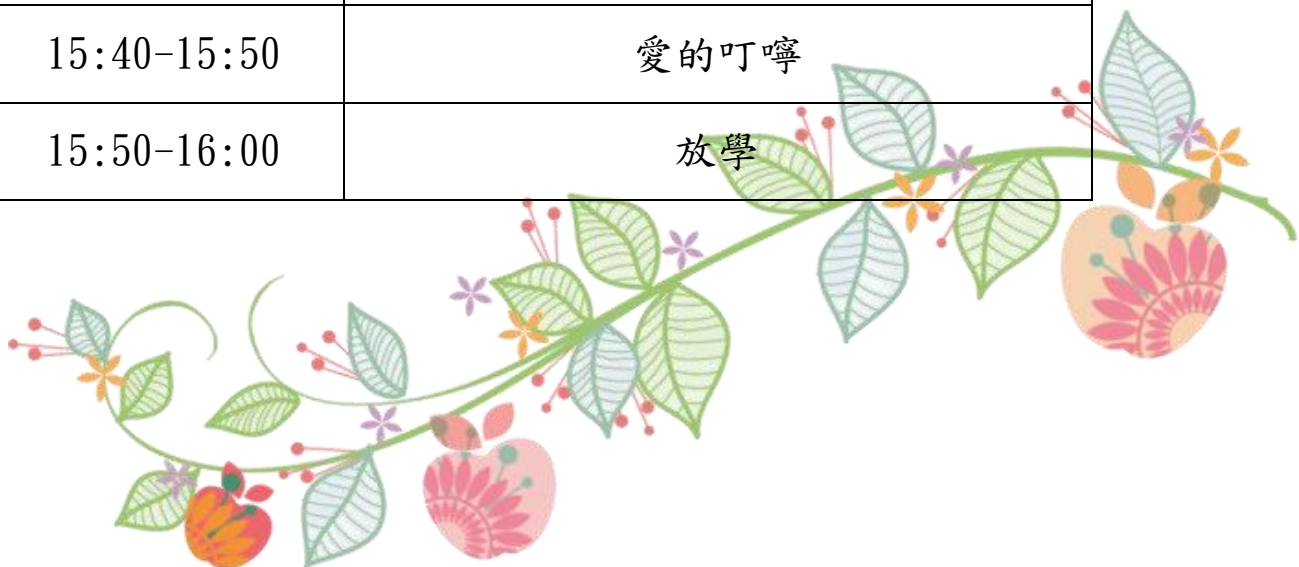
十、本計畫經園務會議通過後實施，修正時亦同。



臺南市新營區新生國民小學附設幼兒園

一日作息表

時間	作息	活動內容
7:30-8:00		幼兒入園
8:30-9:00		晨光活動(學習區探索、故事王國)
9:00-9:30		點心時間
9:30-10:10		出汗性大肌肉活動時間
10:10-11:50		主題教學/分組活動/學習區
11:50-12:50		美食饗宴 (含協助環境整理及個人衛生活動)
13:00-14:30		午休時間
14:30-15:20		午後的美好時光 (故事、律動、戶外活動、自由探索)
15:20-15:40		點心時間
15:40-15:50		愛的叮嚀
15:50-16:00		放學



112 學年度新生國小附設幼兒園【大肌肉活動課程】

日期:112.9~113.1

時間:9:30~10:10

上學期 下學期

學習指標

- ◆身-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性動作表現上的協調性
- ◆身-2-2-1 敏捷使用各種素材、工具或器材
- ◆認-1-2-1 察覺各種用具安全的操作技能
- ◆身-2-1-2 在團體活動中，應用身體基本動作安全地完成任務

活動內容&過程



跑步



跳呼拉圈



射飛盤



玩跳袋



射飛機(直線)



踩高蹺

112 學年度新生國小附設幼兒園【大肌肉活動課程】

日期:113.2~113.6

時間:9:30~10:10

上學期 下學期

學習指標

- ◆身-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性動作表現上的協調性
- ◆身-2-2-1 敏捷使用各種素材、工具或器材
- ◆認-1-2-1 察覺各種用具安全的操作技能
- ◆身-2-1-2 在團體活動中，應用身體基本動作安全地完成任務

活動內容&過程



跑步



跳呼拉圈



射飛盤



玩跳袋



射飛機(直線)



踩高蹺

112 學年度新生國小附設幼兒園【健康促進課程】

日期:112.9~113.6

時間:8:00~11:30

■上學期 ■下學期

學習指標

- ◆身 2-3 熟練及養成健康的生活習慣
- ◆社 1-3 察覺生活規範與活動規則
- ◆社 2-3 調整自己的行動，遵守生活規範與活動規則
- ◆社 3-2 保護自己
- ◆社 3-4 尊重他人的身體自主權

活動內容&過程



身高視力檢查



塗氟



洗手



用繪本引導個人衛生



教導身體隱私權



視力宣導

113 學年度新生國小附設幼兒園【大肌肉活動課程】

日期:113.9~114.1

時間:9:30~10:10

上學期 下學期

學習指標

- ◆身-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性動作表現上的協調性
- ◆身-2-2-1 敏捷使用各種素材、工具或器材
- ◆認-1-2-1 察覺各種用具安全的操作技能
- ◆身-2-1-2 在團體活動中，應用身體基本動作安全地完成任務

活動內容&過程



射飛盤



平衡



瑜珈



兩人三腳



滾滾滾



踢足球

113 學年度新生國小附設幼兒園【大肌肉活動課程】

日期:114.2~114.6

時間:9:30~10:10

上學期 下學期

學習指標

- ◆身-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性動作表現上的協調性
- ◆身-2-2-1 敏捷使用各種素材、工具或器材
- ◆認-1-2-1 察覺各種用具安全的操作技能
- ◆身-2-1-2 在團體活動中，應用身體基本動作安全地完成任務

活動內容&過程



傳接球



萬象組-挑東西



飛盤-身體平衡



踢足球



打地鼠



萬象組-身體平衡

113 學年度新生國小附設幼兒園【健康促進課程】

日期:113.9~114.6

時間:8:00~11:30

■ 上學期 ■ 下學期

學習指標

- ◆身 2-3 熟練及養成健康的生活習慣
- ◆社 1-3 察覺生活規範與活動規則
- ◆社 2-3 調整自己的行動，遵守生活規範與活動規則
- ◆社 3-2 保護自己
- ◆社 3-4 尊重他人的身體自主權

活動內容&過程



清潔周遭環境



科學實驗-衛生的重要



洗手



身體檢查-立體圖



視力宣導



向家長展示身體隱私權的成果海報

114 學年度新生國小附設幼兒園【大肌肉活動課程】

日期:114.9~115.1

時間:9:30~10:10

上學期 下學期

學習指標

- ◆身-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性動作表現上的協調性
- ◆身-2-2-1 敏捷使用各種素材、工具或器材
- ◆認-1-2-1 察覺各種用具安全的操作技能
- ◆身-2-1-2 在團體活動中，應用身體基本動作安全地完成任務

活動內容&過程



你追我跑



丟球遊戲



一對一數概念遊戲



爬行遊戲



保齡球



套圈圈

114 學年度新生國小附設幼兒園【大肌肉活動課程】

日期:115.2~115.6

時間:9:30~10:10

上學期 下學期

學習指標

- ◆身-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性動作表現上的協調性
- ◆身-2-2-1 敏捷使用各種素材、工具或器材
- ◆認-1-2-1 察覺各種用具安全的操作技能
- ◆身-2-1-2 在團體活動中，應用身體基本動作安全地完成任務

活動內容&過程



合作遊戲



短跑競賽



爬繩梯



跨欄



爬平衡木



跳圈圈

114 學年度新生國小附設幼兒園【健康促進課程】

日期:114.9~115.6

時間:8:00~11:30

■上學期 ■下學期

學習指標

- ◆身 2-3 熟練及養成健康的生活習慣
- ◆社 1-3 察覺生活規範與活動規則
- ◆社 2-3 調整自己的行動，遵守生活規範與活動規則
- ◆社 3-2 保護自己
- ◆社 3-4 尊重他人的身體自主權

活動內容&過程



上學期量身高視力



洗手



衛生所口腔宣導



下學期量身高視力



刷牙



用繪本宣導保護自己的身體

