

臺南市114學年度和順國民小學健康促進成果表

<p>指標名稱</p>	<p>2-3-1結合或參與公部門(教育局、體育局、衛生、農政單位或公所等)共同辦理的健康促進議題相關活動</p>
<p>簡述活動內容</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 臺南市政府教育局攜手府城木偶劇團進行巡迴宣導，向學童推廣視力保健與衛教知識。 2. 學生參與『健康小學堂-健康知識大挑戰』活動，學習健康促進七大議題等相關衛生教育知識。 3. 本校推動體適能與飲食教育活動，培養學童維持良好體態與均衡飲食的習慣。 4. 本校推動普及化運動，鼓勵所有國民中小學學生參與運動，並養成規律運動的習慣。

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



府城木偶劇團蒞校進行巡迴宣導



學童學習視力保健與相關衛教知識



參與健康小學堂-健康知識大挑戰活動



回答健康促進七大議題之相關問題



晨間運動，班級進行慢跑活動



課間運動，班級進行跳繩活動



課後社團，學生參加直排輪社

[健康行動紀錄]
(每週七日有四天以上達成目標，請在空格內打勾✓)

目標	目標一 持續飲食 好習慣	目標二 每日飲水 1500cc以上	目標三 不喝 含糖飲料	目標四 不吃 油炸食品	目標五 不吃 高油食品	目標六 每天運動 30分鐘
理想	每週有五天 吃蔬果六大類	每天至少 1500cc飲用 水	每週有五天 不喝含糖 飲料	每週有五天 不吃油炸 食品	每週有五天 不吃高油 食品	每週有五天 每天運動 30分鐘
第1課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第2課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第3課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第4課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第5課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第6課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第7課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第8課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第9課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第10課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第11課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第12課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第13課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第14課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第15課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第16課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第17課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第18課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第19課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第20課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第21課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第22課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第23課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第24課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第25課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第26課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第27課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第28課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第29課	✓	✓	✓	✓	✓	✓
第30課	✓	✓	✓	✓	✓	✓

健康護照與健康教育行動方案學生健康護照將於第18週收回，請小朋友妥善保存與紀錄。

結合健康護照，將運動時間納入紀錄



觀賞餐前5分鐘影片



推動普及化運動，班際跳繩比賽



推動普及化運動，班際大隊接力比賽



推動普及化運動，班際樂樂棒比賽