

臺南市長興國小112學年度健康促進  
健康體位議題成效說明表

學校名稱	仁德區長興國民小學
班級數	16 班
教職員工人數	48 人
學生人數	350 人(國小部)
<b>推 動 議 題</b>	
必選議題	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 視力保健</li> <li>2. 口腔衛生</li> <li>3. 健康體位(112 學年度主推議題)</li> <li>4. 全民健保(含正確用藥)</li> <li>5. 性教育(含愛滋病防治宣導)</li> </ol>
自選議題 (擇一勾選)	<input type="checkbox"/> 安全教育與急救 <input checked="" type="checkbox"/> 學生藥物濫用防制 <input type="checkbox"/> 環境保護教育 <input type="checkbox"/> 傳染病防治
學校承辦人員聯絡方式	姓名：曾靖潔
	聯絡電話：06-2723986 分機 120
	E-mail： <a href="mailto:ab7600@tn.edu.tw">ab7600@tn.edu.tw</a>

一、計畫依據：

(一) 學校衛生法

(二) 臺南市112學年度健康促進學校計畫

二、學校現況：

本計畫根據本學年度本市健康促進計畫辦理，以(1)視力保健、(2)口腔衛生、(3)健康體位、(4)全民健保(含正確用藥)及(5)性教育(含愛滋病)為健康促進主要議題，並以「健康體位」為112學年度主推議題，期能發展多元層面、多元策略、多元評量之整合型健康促進計畫，提升本校師生健康情況。另，因新近年來國內一級毒品濫用趨緩，但二、三級毒品趨勢增加，且新興毒品層出不窮，施用年齡年輕化，根據內政部警政署統計資料顯示，施用第三、四級毒品查獲人數，近2年雖未持續攀升，但歷年查獲人數皆以「18歲以上24歲未滿」之青少年族群最多，且有1成左右為未滿18歲者，突顯青少年毒品濫用防制之重要。自選議題以「學生藥物濫用防制」為執行主題，以切合本校需求。本計畫實施期程自112年8月至113年7月止，分二階段進行。第一階段成立學校衛生委員會，並組成健康促進工作團隊，診斷本校教職員生之健康狀況及需求，確立健康議題及目標，進而擬定執行策略。第二階段則依據本計畫訂定之目標，發展有效策略及計畫，並評估成效以提升學校師生的健康。

依111學年度學生健康資訊系統資料

議題名稱	指標	全國平均值	臺南市平均值	本校(%)	達成指標情形
健康體位	體位過輕率	9.2%	8.51%	7.51%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位適中率	64.5%	63.31%	63.96%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	體位過重率	12.4%	13.04%	12.01%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位肥胖率	14.1%	15.14%	16.52%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

109-111學年度學生體位不良率-分年級

目前年級		一	二	三	四	五	六	全校 平均
109 學 年 度	體位 過輕率	7.84%	16.36%	7.94%	4.17%	2.86%	9.80%	8.58%
	體位 過重率	9.80%	21.82%	9.52%	12.50%	17.14%	13.73%	13.86%
	體位 肥胖率	7.84%	12.73%	14.29%	25.00%	34.29%	19.61%	17.82%
110 學 年 度	體位 過輕率	8.77%	9.80%	10.91%	7.94%	2.08%	0.00%	7.10%
	體位 過重率	8.77%	15.69%	12.73%	9.52%	12.50%	13.89%	11.94%
	體位 肥胖率	7.02%	9.80%	16.36%	20.63%	29.17%	33.33%	18.39%
111 學 年 度	體位 過輕率	10.53%	7.02%	9.80%	10.53%	4.76%	2.08%	7.51%
	體位 過重率	8.77%	8.77%	13.73%	14.04%	7.94%	20.83%	12.01%
	體位 肥胖率	10.53%	3.51%	17.65%	22.81%	22.22%	22.92%	16.52%

### 三、計畫內容與策略：

具體說明達成指標之具體策略、作法或步驟（請條例說明學校推動事項），執行策略需配合目標及預期效益，設計具體可行之執行方案，包括六大範疇(衛生政策、健康教學與活動、健康服務、物質環境、社會環境、社區關係)均應納入考量。

六大範疇	計畫內容（策略）
訂定學校衛生政策 (涵蓋全校成員投入)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。</li> <li>2. 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定實施方案且納入學校的校務發展計畫，並經由校務會議表決通過。</li> <li>3. 本校健康促進計畫著重問題分析、成果指標，並透過實證資料，展現在地化的健康促進學校特色。</li> </ol>
物質環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 訂定學校飲用水設備管理辦法，每年定期清洗水塔，每季定期進行水質檢測。</li> <li>2. 教學樓有足夠合格飲水機設備，提供師生優質飲用水。</li> <li>3. 學校提供師生優質運動場地。</li> </ol>
健康教學活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 暑假期間即分配各年級推動議題重點，並告知健康體育授課教師將健康促進議題融入課程，並於學期末繳交實施資料。</li> <li>2. 健康領域教師定期參加相關研習，增進健康教育知能，並於教學設計上融入生活技能與議題。</li> <li>3. 體育教師於體育課時，教授健康體位相關知識，並強化體適能對學生的重要性。</li> </ol>
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康中心依據各項體格缺點學生皆能列冊管理，進行相關衛教，並能告知家長，轉介至醫療院所，進行矯治追蹤工作，且有紀錄可查，未能進行矯治追蹤工作，能分析其原因並研議改善策略。</li> <li>2. 特殊疾病學生均列冊管理，並知會導師及科任教師，確保學生在校活動之安全，並告知家長居家時應注意事項。</li> <li>3. 配合市政辦理一、四年級健康檢查，檢查前召集老師開會，請導師向學生家長說明，並發下通知書。</li> </ol>
社會環境	<p>本校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。</p>
社區關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校積極辦理家庭參與的健康促進活動與健康議題宣導，如利用班親會時間宣導學童健康體位觀念，邀請父母一起為學童</li> </ol>

	健康把關。
	2. 學校於學生放學後開放球場及操場，提供社區居民優質運動場所，並張貼相關海報宣導健康體位知識觀念。

四、人力配置(表列)：健康促進計畫之實施須仰賴各行政處室、教師及家長、學生的加入，才能使計畫順利的推動。下表為本校健康促進計畫推動委員會之組織分工表。

計畫職稱	現職	姓名	在本計畫之工作項目
召集人	校長	魏文南	綜理健康促進計畫之推行督導事宜。
副召集人	教務主任	李忠興	督導健康促進計畫課程方面之推行，督導健康議題融入課程教學，納入課程計畫。
副召集人	學務主任	曾嫻徵	籌畫健康促進計畫工作之推行，結合社區家長並協助推展各項活動行政協調。
副召集人	總務主任	林宗玉	規劃健康促進計畫之硬體設備相關工作，營造安全友善之環境。
副召集人	會計主任	吳金英	負責健康促進計畫經費之管控。
執行人員	體衛組長	曾靖潔	策定健康促進計畫及宣導實施，製作成果，並協助行政協調。負責健康促進學校計畫課程之推行，並規劃體控班等活動。
執行人員	生教組長	許惠娥	負責健康促進計畫活動之宣導與推行。
執行人員	護理師	吳滋香	1. 負責學生身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合，並追蹤矯治個案狀況。 2. 執行健康促進計畫之推動及辦理活動。
執行人員	事務兼午餐執秘	張瑞隆	負責學生營養教育宣導，推行營養衛生督導及健康飲食研究。
執行人員	健體領域教師		體適能評估，課程活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫，活動之執行。
執行人員	各學年主任		負責該年段健康促進指導與家長聯繫事宜。
執行人員 (家長代表)	家長會		協助項活動之推展及整合社團人力，協助推展健康服務。
執行人員 (學生代表)	長興國小學生 自治市幹部		協助辦理學生需求評估與活動。

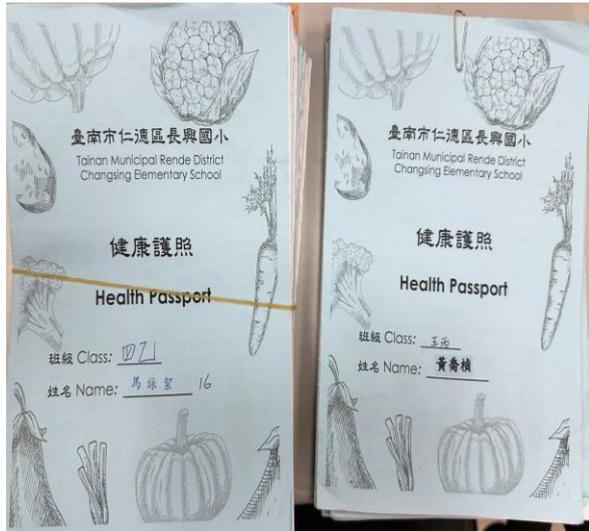
五、經費來源：112學年度健康促進學校計畫相關經費項下支應。

六、預期效益：

- (一) 將健康促進概念落實於教學與課程，融入在生活經驗當中，設計健康與體育教學活動，強化學校本位健康課程。
- (二) 實施專題講座、座談會，提升師生與社區家長健康知能。
- (三) 加強師生體適能教育及檢測，建立體適能護照，提倡規律運動，使師生養成「能運動、肯運動、願運動」的習慣。
- (四) 每學年舉辦「校慶運動會」，提供學生發揮的舞台，讓學生透過體育競賽，來養成運動的習慣，獲取成功的經驗。
- (五) 成立健康活力體控班，超重學生每週測量身高、體重，從飲食及運動等方面著手實施減重計畫，期末成效優異者給予獎狀及獎勵品。

七、評價方法

本校配合教育部建置之「學生健康資訊系統」、臺南市「健康促進學校問卷網」及本校自製「健康護照」等工具，於學期前後進行施測，以蒐集具體量化數據，了解本校執行成效。另於活動中會蒐集課程教材、活動照片、學生回饋等資料，進行過程評價分析，以利全面了解本計畫各項活動執行效益及成果。



推廣全校體適能護照，  
提倡規律運動。



健康促進概念落實於教學與課程  
結合雙語課程\_雙語健身操



每學年舉辦「校慶運動會」



成立健康活力體控班

承辦人：

教師兼體  
術組長曾靖潔

主任：

教師兼代  
學務主任曾嫻徵

校長：

臺南市仁德區  
長興國民小學校長魏文南