

臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

1、舉辦全校路跑活動，時間 109 年 1 月 17 日



學生每天都會利用課後時間練習跑步

平時練跑，期末舉辦校外路跑，展示練習成果



臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

2、教師自行車社區踏查，校長帶領教師騎 15 公里自行車健身



社區踏查：認識頂山代天府



頂山賞鳥亭：觀察黑面琵鷺



臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

3、校長帶領一年級認識社區與社區健行活動



校長帶領學生認識學區-後港國中



配合健康與教育-認識食物標章與選擇營養食品



學會分配金錢，購買喜歡的食物



校長指導學生健康飲食的重要



校長帶領老師指導學生認識食物標章



健行：認識社區。

臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

4、辦理多項營隊活動，拓展學生學習視野



南台科大寶可夢營隊



南台科大寶可夢營隊



頂山社區巡禮：認識社區

臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

5、與他校合辦戶外教育，增光學習見聞



校長帶領學生與南大附小前往梅嶺製作脆梅，學習梅食文化



學生自己製作自己的脆梅，了解製作食物的辛勞，更能體悟食物的重要



臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

6、帶領學生辦理健促闖關，提昇自我健康生活意識



辦理健康促進闖關-刷牙小達人



丟飛盤-培養運動技能、養成運動好習慣



飲食紅綠燈-認識健康飲食

臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

6-1、帶領學生辦理健促闖關，提昇自我健康生活意識



指導學生認識身體知能-學習保護自己的方法



正確刷牙的方法



頒獎：鼓勵學生持續保持健康生活好習慣

臺南市七股區後港國小 108 學年度健康促進學校

校長帶領學校辦理健康促進相關增能活動

7、招開親職教育會、家長會，向家長說明學校健促學校辦理方向



向家長代表說明未來教學方向，請家長代表討論並決議執行方向。



親職教育活動-向家長報告學校健康促進活動辦理計畫



由導師向家長報告班級健康促進推動目標：勤洗手、餐後潔牙、用眼 3010、健康體位等

臺南市後港國民小學 108 學年度歡慶兒童節計畫

一、依據：108 學年度後港國民小學校務會議決議暨校本課程計畫。

二、活動目的：

- (一)提升學生感恩的心，增進師生融洽的關係。
- (二)以體育活動、在地文化課程慶祝兒童節，帶給學生不一樣的學習活動。
- (三)營造溫馨氛圍，提供良好的學習環境。
- (四)因應 12 年課綱，綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。將技能落實於本活動。

三、活動對象：本校全體師生。

四、活動日期：04 月 01 日 08 點 00 分～10 點 30 分，兒童節慶祝活動

五、活動方式及流程：詳細內容如附件一、三

六、實施辦法：

(一) 品德達人頒獎活動

- 1、導師先於 03 月 11 日星期三前選出符合受獎者。
- 2、受獎學生至遲於 03 月 21 日前選好贈書，請校長題字。
- 3、04 月 01 日 8 點由校長頒獎，向學生宣揚品德的重要。

(三) 闖關活動（附件三）。

- 1、各關闖關位置於各指定地點，請擔任關主老師協助佈置。
- 2、活動內容，各關主可自行更改。

七、本計劃要點經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

教師兼學務組長 鄭啟甫

教導主任：

教師兼教導主任 林倖儀

校長：

臺南市七股區後港國民小學校長 方婉真