



1-1-2 協助教育主管機關各項計畫之擬 定或推動— 健康體適能暨飲食教育 目次索引

分頁	內容說明	頁碼
歷年計畫	健康體適能與飲食教育實施計畫	1
執行成果	1 填報成果	
考核省思	1. 有落實餐前五分鐘影片 2. 學生潔牙率提高	



臺南市七股區後港國民小學
110 學年度學校健康體適能與飲食教育行動計畫

壹、學校基本資料

- 一、全校班級數：6班
- 二、全校學生人數：52人
- 三、全校教職員工數：15人
- 四、業務承辦人：鄭啟甫；聯絡電話：794-1305 # 23
- 五、單位主管：林倖儀；聯絡電話：794-1305 # 12
- 六、校長：方婉真

貳、學校背景資料及現況分析

學校背景資料：

- 1、本校擁有草地操場、半戶外體育場，提供學生豐富的運動環境。
- 2、配合教育局營養教育資源，定期實施營養教育
- 3、配合健康促進學校，訂定相關計畫，鼓勵學生培養運動習慣、培養正確生活技能

現況分析：

- 一、學生缺乏課後運動習慣
- 二、睡前刷牙比例仍未達100%
- 三、體適能通過率低
- 四、喝水意願不高，每天喝不到2000cc

參、計畫目標

- 一、體位適中比例提高1%
- 二、體位過重比例下降2%
- 三、睡前潔牙率達到90%
- 四、每天運動30分鐘比例達到95%
- 五、每天喝開水2000cc比例達到95%

肆、人力配置			
計畫職稱	姓名	職稱	本計畫之工作項目
召集人	方婉真	校長	計畫召集人、統整計畫推動
執行主委	林倖儀	教導主任	協助統整校內人力、整合計畫推動
執行承辦	鄭啟甫	學務組長	擬定計畫，計畫推動與成果報送
執行承辦	郭秋貝	護理師	名單造冊與追蹤、提供專業知能協助導師授課、體位測量
課程承辦	張家甄	教務組長	協助課程規劃與執行
實際授課	班級導師	班級導師	協助計畫執行與登錄
伍、實施期程			
實施日期	工作項目		
110、9	測量體能與視力、調查潔牙率、喝水率、運動時間		
110、10	測量學生體位與列冊、飲食教育		
110、11	追蹤學生體位、擬定跑步計畫、飲食教育		
110、12	追蹤學生體位、體適能檢測、潔牙比賽、飲食教育		
111.1	追蹤學生體位、調查潔牙率、喝水足量比率、運動時間、飲食教育		
111.2	追蹤學生體位、體適能檢測、潔牙比賽、飲食教育		
111.3	追蹤學生體位、潔牙比賽、飲食教育、調查學生是否養成運動習慣、調查運動時間是否足夠		
111.4	追蹤學生體位、體適能檢測、潔牙比賽、飲食教育		
111.5	追蹤學生體位、體適能檢測、潔牙比賽、飲食教育		
陸、年度指標			
項次	年度指標	目標數值	學校申請點數
一	體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率	通過率58%以上：5點	5

項次	年度指標	目標數值	學校申請點數
二	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報	依執行狀況填報體育統計年報：1點	1
三	參加本市辦理任2項普及化運動	參加3項活動：3點	3
四	年度學生體位適中率提高	提高1~1.9%：3點	3
五	施行餐前五分鐘飲食教育	每週施行3次：5點	5
六	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報	依執行狀況填報體育統計年報：1點	1
七	推廣健康護照	1/3班級數實施：1點	1
八	午餐剩食率降低	降低5~6.9%：3點	3
九	年度學生齲齒率降低	降低1~1.9%：3點	3

柒、各項指標計畫內容及執行方式

指標一：體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率

一、執行方式：

(一)定期檢測學生體適能

(二)擬定體適能運動計畫、規劃固定時間進行運動，學生每天都能達到30分鐘運動

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：通過率58%以上：5點

四、預期效益：

(一)學生都能培養規律運動習慣

(二)學生能學會一項運動技能

五、學校申請點數：5點

指標二：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)擬定學校計畫，落實執行

(二)安排課間活動，督促學生規律運動

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：依執行狀況填報體育統計年報：1點

四、預期效益：

(一)學生課間都能離開教室

(二)學生每天運動時間達到30分鐘

(三)學生學會跳繩

五、學校申請點數：1點

指標三：參加本市辦理任2項普及化運動

一、執行方式：

(一)本校目前有高爾夫社團與田徑社團

(二)參加市府舉辦之運動賽事

(三)辦理校內運動社團，鼓勵學生參加

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：參加3項活動：3點

四、預期效益：

(一)學生訓練成果達到參賽目標，並能完成比賽

(二)能在比賽中，發揮訓練效果

(三)學生能學會一項運動技能

五、學校申請點數：3點

指標四：年度學生體位適中率提高

一、執行方式：

(一)規劃多元運動項目。落實營養教育

(二)利用班親會，向家長進行營養教育，鼓勵家長共同督促學生

(三)推行全校運動，鼓勵學生達成每日運動30分鐘

二、執行對象：全校學生

三、指標目標及點數：提高1~1.9%：3點

四、預期效益：

(一)學生能養成正確的飲食觀念

(二)學生能以正確的方式維持體位

五、學校申請點數：3點

指標五：施行餐前五分鐘飲食教育

一、執行方式：

(一)利用教室單槍，播放飲食教育影片

(二)配合健康教育，落實飲食教育課程

(三)每日餐前播放影片

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：每週施行3次：5點

四、預期效益：

(一)學生能了解正確飲食的目的，並能影響家人

(二)養成不挑食、不浪費的好習慣

五、學校申請點數：5點

指標六：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)舉辦水域安全講座、落實體育年報填報

(二)運用網路資源，配合健康與體育課程，指導學生認識學校週邊危險水域

(三)牢記救生口訣，熟悉海域危險旗號。期能自救救人。

二、執行對象：全校學生

三、指標目標及點數：依執行狀況填報體育統計年報：1點

四、預期效益：

(一)學生能分辨危險水域、並選擇安全場域戲水

(二)學生能學會自救能力

(三)學生熟知自救口訣，並能自救救人

五、學校申請點數：1點

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

(一)利用集會，介紹護照使用方法

(二)設計鼓勵機制，鼓勵學生使用健康護照

(三)配合班級，請家長協助護照使用

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：1/3班級數實施：1點

四、預期效益：

(一)學生能填寫健康護照

(二)學校能依據健康護照，安排適當的健康學校政策

五、學校申請點數：1點

指標八：午餐剩食率降低

一、執行方式：

(一)鼓勵學生吃多少盛多少

(二)配合健康教育，推動我的餐盤計畫

(三)結合食農教育，讓學生了解食物來源

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：降低5~6.9%：3點

四、預期效益：

(一)降低廚餘重量

(二)學生能控制飲食，不暴飲暴食

五、學校申請點數：3點

指標九：年度學生齲齒率降低

一、執行方式：

(一)推行餐後潔牙

(二)每兩日使用一次漱口水

(三)鼓勵學生每日睡前潔牙

二、執行對象：

三、指標目標及點數：降低1~1.9%：3點

四、預期效益：

(一)睡前潔牙達到100%

(二)餐後潔牙率達到100%

(三)定期就醫檢查比例達到85%

五、學校申請點數：3點

臺南市七股區後港國民小學

111 學年度學校健康體適能與飲食教育行動計畫

壹、學校基本資料

一、全校班級數：6班

二、全校學生人數：50人

三、全校教職員工數：15人

四、業務承辦人：鄭啟甫；聯絡電話：794-1305 # 16

五、單位主管：方婉真；聯絡電話：794-1305 # 12

六、校長：方婉真

貳、學校背景資料及現況分析

學校背景資料：

本校位處城鄉交界，是一所小型學校，一至六年級共6班，學生數共52人，幼兒園15人，教職員工17人。本校單親家庭、隔代教養與外配子女學童比例佔50%，學區家長90%屬於勞工階層，社經地位較低落；再加上近來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，主要照養學童者普遍缺乏健康生活型態的相關知識，也未能建立良好的健康生活習慣：如飲食多油多糖、以飲料代替開水，以3C取代父母照養功能。校內家庭抽菸比率高達70%，學童之生活、學習與成長頗值得關切。因此本校健康促進計劃擬於培養、訓練學生「生活技能」為導向，發展學生自我覺察之能力與技巧，以建立良好的健康生活習慣能力為目標。

本校運動空間充足，有用足量運動器材；配合餐前五分鐘影片，每個月至少一次營養教育。

現況分析：

一、學生喝開水量不足；習慣喝含糖飲料；睡前刷牙比率仍待加強

二、體位適中率雖過半，但學生每天運動時間超過30分鐘的比率教低，約4成左右

三、假日主動刷牙比率較低

參、計畫目標

一、全校體位適中率從58.7%提高至60%

二、每日睡前潔牙比率從85%提昇至95%

三、每日運動達30分鐘比率，從35%提高至75%

四、每週喝2次以下含糖飲料比率，從50%提高到75%

五、推廣飲食教育，配合播放餐前五分鐘影片，每週至少兩次

肆、人力配置

計畫職稱	姓名	職稱	本計畫之工作項目
召集人	方婉真	校長	召集人暨綜整計畫推動。
副召集人	黃惠雯	教導主任	協助召集人辦理業務
副召集人	吳宇中	總務主任	協助物資統整與購買
計畫撰寫	鄭啟甫	學務組	計畫撰寫與計畫執行
課程組	張家甄	教務組長	課程安排、觀課行程安排
教學組	石詔惠	教師	健康課程教學者、撰寫教案
教學組	郭蔚文	導師	推動健康護照、指導學生健康觀念
協助	金郁荷	家長副會長	協助學校與社區共同參與健康體適能活動

伍、實施期程

實施日期	工作項目
8月24-8月30日	行動計畫撰寫
9月2日-9月7日	身高體重視力測量、完成體位不良學生名冊
9月12日-9月15日	完成教室照度測量、規劃學生課間活動空間與運動項目
9月15日-9月30日	健康課程-飲食教育與體適能測量
10月20日	口腔保健教學、配合牙醫到校，進行全校齲齒率調查
10月25日	口腔衛生宣導、貝氏刷牙法
11月8日	視力保健宣導、正確坐姿教學
11月15日	全校體位測量；針對體位異常學生，規劃加強運動時段
12月	體能加強月：每日利用課間時間慢跑5分鐘、慢走5分鐘；月底安排第二次學生體適能測驗

實施日期	工作項目
1月	口腔保健挑戰：進行全校潔牙競賽（牙菌斑顯示劑）；針對bmi維持在19-25之內者，給予公開獎勵。
3月14日	進行全校體位測量；給予維持良好體位，公開獎勵；調查全校教室燈光是否充足
3月31日	配合兒童節活動，辦理健康闖關。
4月11日	體適能宣導、第三次體適能測量；4-6年級學生進行體適能檢測。體位良好者，給予公開表揚。
5月16日	口腔宣導：牙線指導與貝氏刷牙法
6月27日	期末健康競賽
6月28日	期末健康寶寶頒獎：頒獎對象為牙齒無蛀牙或體位適中、sh150達標等
固定每週至少一次	播放餐前五分鐘飲食影片
固定每週三次以上	全校課間跑步

陸、年度指標

項次	年度指標	目標數值	學校申請點數
一	體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率	通過率58%以上：5點	5
二	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2點	2
三	參加本市辦理2項普及化運動	普及化每參加1項活動：2點	2
四	年度學生體位適中率提高	提高2%以上：5點	5
五	施行餐前五分鐘飲食教育	每週施行1次：3點	3
六	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：1點	1

項次	年度指標	目標數值	學校申請點數
七	推廣健康護照	2/3班級數實施：3點	3
十	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點	1
十一	施行飲食教育課程或活動	每月施行1次：2點	2
十二	午餐剩食率降低	降低5~6.9%：3點	3

柒、各項指標計畫內容及執行方式

指標一：體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率

一、執行方式：

(一)安排每天固定運動時段，全校一起進行體能活動

(二)體育課安排每月一次體適能檢測，強化學生通過率

(三)鼓勵學生假日安排戶外活動，減少使用電子產品時間

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：通過率58%以上：5點

四、預期效益：

(一)體適能填報率達100%

(二)檢測通過率達60%

(三)學生藉此養成運動習慣

(四)學生運動能力提昇

五、學校申請點數：5點

指標二：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)規劃每天三次課間共同運動時段，師生一起進行體能活動

(二)指導學生慢跑技能與運動傷害防護技巧

(三)每天課間時間，廣播請學生到戶外運動

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2點

四、預期效益：

(一)學生每天運動30分鐘以上比率達80%以上

(二)下課教室淨空率達90%以上

(三)學生體位維持適中比率人數在全校學生的60%以上

五、學校申請點數：2點

指標三：參加本市辦理2項普及化運動

一、執行方式：

(一)辦理校內運動社團，鼓勵學生參加

(二)利用課間時間與體育課，指導學生培養一項運動技能

(三)參加市內跳繩及體操與三人棒球及田徑比賽

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：普及化每參加1項活動：2點

四、預期效益：

(一)學生能學會至少一項運動技能

(二)學生能代表學校參加對外比賽，並將所學運動技能指導家人一同運動

(三)學校能指導學生參加至少兩項普及化運動比賽

五、學校申請點數：2點

指標四：年度學生體位適中率提高

一、執行方式：

(一)定期測量學生體位

(二)鼓勵學生課後運動，學會一項運動技能

(三)結合健康與體育，指導學生正確的飲食習慣；了解不當減肥的惡果

(四)結合健體課程，指導學生正確飲食觀念

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：提高2%以上：5點

四、預期效益：

(一)學生體位適中率高至少1%

(二)學生養成正確的飲食習慣，不偏食

(三)含糖飲料攝取比率降低，學生每天喝滿1500cc白開水比率能達到75%以上

(四)零食每週攝取比率能夠降低，目標是50%以上的學生每週只吃2次以下的零食

五、學校申請點數：5點

指標五：施行餐前五分鐘飲食教育

一、執行方式：

- (一)利用午餐前播放影片，強化飲食教育觀念
- (二)利用早自修時間，播放影片強化學生學習效能
- (三)運用健康與體育，加強學生營養觀念

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：每週施行1次：3點

四、預期效益：

- (一)學生了解均衡飲食的重要
- (二)學生能熟悉營養對健康的重要
- (三)學生樂於學習並將學習所得與家人分享
- (四)學生能不挑食、也能攝取每日所需營養

五、學校申請點數：3點

指標六：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

- (一)本學年度推行游泳教學，上下學期各7次
- (二)鼓勵全校學生參加，了解水域安全以及自救能力
- (三)安排兩次水域安全講座

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：1點

四、預期效益：

- (一)高年級學生都能完成水母漂30秒、打水前進20公尺
- (二)畢業班至少5成能以自由式完成25公尺
- (三)中年級學生能完成水母漂15秒

五、學校申請點數：1點

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

- (一)結合班級與學校獎勵制度，推廣健康護照
- (二)利用班親會時間，鼓勵家長與孩童一起紀錄

二、執行對象：三至六年級參加

三、指標目標及點數：2/3班級數實施：3點

四、預期效益：

(一)學生能據以登錄自給的飲食習慣

(二)學生能因此提高喝開水量

(三)學生能養成餐後與睡前潔牙習慣

五、學校申請點數：3點

指標十：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費

一、執行方式：

(一)配合自然課，種植當季蔬菜；並已申請計畫通過在案

(二)配合健康與體育，學生認識蔬菜、了解營養價值；並能每天都將午餐吃光

(三)結合農會資源，辦理食農教育講座

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點

四、預期效益：

(一)學生能了解蔬菜的營養價值，不偏食。

(二)學生能完成蔬菜種植，並在指導下完成蔬菜採收與烹飪

(三)有效利用校園空地，加深學生課程與實務的結合

五、學校申請點數：1點

指標十一：施行飲食教育課程或活動

一、執行方式：

(一)配合學校本位課程，辦理在地食材教學

(二)指導學生認識虱目魚與牡蠣、了解營養價值與食用方法

(三)製作虱目魚乾、了解牡蠣料理方式並動手料理

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：每月施行1次：2點

四、預期效益：

(一)學生認識虱目魚的特性與營養價值，並學會吃魚技巧

(二)學生能在課後，主動要求家人購買牡蠣產品

(三)在指導下，完成魚乾製作並料理

五、學校申請點數：2點

指標十二：午餐剩食率降低

一、執行方式：

(一)每週至少一次播放飲食教育影片

(二)執行自給農園計畫，了解食物來源

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：降低5~6.9%：3點

四、預期效益：

(一)學生能依據食量打菜並將食物吃光

(二)學生能了解食物的營養價值

(三)學生可以不偏食，也將校內所學與家人分享

五、學校申請點數：3點

臺南市七股區後港國民小學
112 學年度學校健康體適能與飲食教育行動計畫

壹、學校基本資料

一、全校班級數：6班

二、全校學生人數：57人

三、全校教職員工數：15人

四、業務承辦人：鄭啟甫；聯絡電話：794-1305 # 16

五、單位主管：方婉真；聯絡電話：794-1305 # 12

六、校長：方婉真

貳、學校背景資料及現況分析

學校背景資料：

本校位處城鄉交界，是一所小型學校，一至六年級共6班，學生數共57人，幼兒園14人，教職員工17人。本校單親家庭、隔代教養與外配子女學童比例佔55%，學區家長90%屬於勞工階層，社經地位較低落。主要照養學童者普遍缺乏健康生活型態的相關知識，也未能建立良好的健康生活習慣：飲食較多油多糖、水量攝取不足，電子產品使用過度。校內家庭抽菸比率高達70%，學童之生活、學習與成長頗值得關切。因此本校健康促進計劃擬於培養、訓練學生「生活技能」為導向，發展學生自我覺察之能力與技巧，以建立良好的健康生活習慣能力為目標。本校運動空間充足，有用足量運動器材；配合每週兩次餐前五分鐘影片，每個月一次營養教育。

新的一年，將發展自行車運動，以校內自行車道為基礎訓練，推廣至學生畢業前能完成後港至鹽山-青鯤鯓的15公里騎乘。

現況分析：

一、學生喝開水量大於1500cc者，約佔全校60%；睡前刷牙比率佔85%。

二、體位適中率62%，但學生每天運動時間超過30分鐘的比率，僅約4成左右。
要再加強學生運動時間

三、假日刷牙次數達3次者，僅佔3成左右。這是這學期加強的重點之一。

四、使用手機平板，平日超過1小時者，有5成；假日超過2小時者，超過7成。影響視力保健與健體甚巨。

五、學生飲食達到天天五蔬果人數比例低，偏食人數佔比多。

參、計畫目標

- 一、全校體位適中率從62%提高至67%
- 二、全校過重比例下降4%
- 三、鼓勵學生培養運動技能，下課時間能到戶外活動人數比例達90%以上。
- 四、每日喝水達1500cc以上者，從60%提高到90%
- 五、推廣飲食教育，配合播放餐前五分鐘影片，每週至少兩次
- 六、體位過重以上比率，降低至34%以下
- 七、學生使用含氟1000ppm以上牙膏比率，達全校人數90%
- 八、配合五分鐘影片，每月一次飲食教育
- 九、剩食律降低。每日廚餘不超過2公斤
- 十、增加自給農園參與班級，從一個班級到三個班級

肆、人力配置

計畫職稱	姓名	職稱	本計畫之工作項目
召集人	方婉真	校長	綜整計畫推動。
副召集人	黃惠雯	教導主任	協助召集人辦理健康促進及飲食教育業務
副召集人	吳宇中	總務主任	協助體衛物資之統整、保管、購買與經費核銷
計畫撰寫	鄭啟甫	學務組	相關計畫撰寫與執行、成果製作、球隊訓練與比賽指導
課程組	張家甄	教務組長	健體課程時數安排、觀議課行程安排；成果收集。
教案教學	石詔惠	科任教師	健康課程教學者、撰寫教案、推動健康護照
家長代表	金郁荷	家長代表	協助學校與社區共同發展、參與與推動健康體適能活動
學生代表	鄭瑋鑫	六甲學生	執行教學課程、學習反饋、協助教練指導球隊練習

伍、實施期程

實施日期	工作項目
9月1日至9月10日	行動計畫撰寫

實施日期	工作項目
9月4日至9月8日	身高體重視力測量、完成體位不良、視力不良學生造冊
9月12日	製發體位與視力關懷單，進行視力回診；提醒家長鼓勵學生保持健康生活習慣
9月11-15日	完成教室照度測量、規劃學生課間活動空間與運動項目
9月30日前	健康課程-飲食教育；體育課程-第一次體適能測量
10月26日	口腔保健教學、配合牙醫到校，進行全校齲齒率調查
10月27日	口腔衛生宣導、貝氏刷牙法；全校課間運動
11月8日	體能加強月：每日利用課間時間慢跑5分鐘、慢走5分鐘；月底安排第二次學生體適能測驗
11月8日	自行車活動：20公里挑戰；健康體適能教學
12月13日	視力保健宣導、正確坐姿教學；安親班視力保健宣導
12月27日	校慶活動：體能挑戰與趣味競賽
1月10日	口腔保健挑戰：進行全校潔牙競賽（牙菌斑顯示劑）；針對bmi維持在19-25之內者，給予公開獎勵。
1月10日	全校體位測量；針對體位異常學生，規劃加強運動時段
3月4-7日	進行全校體位測量；給予維持良好體位，公開獎勵；調查全校教室燈光是否充足
4月3日	配合兒童節活動，辦理健康闖關。至安親班視力宣導、交通安全宣導
4月9日	體適能宣導、第三次體適能測量；4-6年級學生進行體適能檢測。體位良好者，給予公開表揚。
5月15日	全校體適能競賽
6月25日	期末健康競賽
6月26日	期末健康寶寶頒獎：頒獎對象為牙齒無蛀牙或體位適中、sh150達標等
每週兩次	播放餐前五分鐘飲食影片
每天進行	每天課間運動30分鐘：慢跑、跳繩
每個月進行	配合五分鐘影片，進行每月一次營養教育

實施日期	工作項目
10月	體適能檢測月

陸、年度指標

項次	年度指標	目標數值	學校申請點數
一	體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率	通過率58%以上：5點	5
二	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2點	2
三	參加本市辦理任2項普及化運動比賽	參加2項比賽：4點	4
四	年度學生體位適中率提高	提高2%以上：5點	5
五	施行餐前五分鐘飲食教育	每週施行3次：5點	5
六	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：1點	1
七	推廣健康護照	全校實施：5點	5
十	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點	1
十一	申請體育署補助正式游泳課程經費	申請體育署補助正式游泳課程經費：1點	1
十二	施行飲食教育課程或活動	每月施行1次：2點	2

柒、各項指標計畫內容及執行方式

指標一：體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率

一、執行方式：

(一)安排每天課間時間全校一起運動，全校進行體能活動：慢跑與跳繩

(二)體育課安排每月一次體適能檢測，強化學生通過率

(三)鼓勵學生假日安排戶外活動，減少使用電子產品時間；

(四)聯絡簿登錄假日運動時間，由家長簽名認證，每個月檢核一次，每個月(4週)累計假日運動時間達240分鐘以上者，給予點券兩張獎勵

二、執行對象：全校師生

三、指標目標及點數：通過率58%以上：5點

四、預期效益：

(一)每個學生都參加檢測，體適能填報率達100%

(二)學生檢測通過率達60%

(三)學生培養規律運動習慣、習得一項運動技能

(四)學生提昇運動能力，能夠覺察運動對身體健康的好處

五、學校申請點數：5點

指標二：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)每天安排三次下課時間為共同運動時段，師生一起進行體能活動

(二)指導學生慢跑技能與運動傷害防護技巧

(三)每天課間時間，廣播請學生到戶外運動、提昇教室淨空率

(四)班級提供跳繩、球類等相關器材，鼓勵學生下課到戶外運動

二、執行對象：全校師生

三、指標目標及點數：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2點

四、預期效益：

(一)學生每天運動30分鐘以上比率達85%以上

(二)下課教室淨空率達92%以上

(三)學生體位維持適中比率人數在全校學生的65%以上

(四)學生假日可以運動30分鐘以上者，達全校人數的65%以上

五、學校申請點數：2點

指標三：參加本市辦理任2項普及化運動比賽

一、執行方式：

(一)辦理校內運動社團，鼓勵學生參加。

(二)體育教學多元化，加強跳繩及球類深度學習與技巧練習

(三)鼓勵學生用課間時間與體育課，學習並熟練一項運動技能

(四)參加市內跳繩及體操與三人棒球及田徑比賽、高爾夫比賽

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：參加2項比賽：4點

四、預期效益：

(一)學生能學會至少一項運動技能；並養成規律運動習慣

(二)學生能代表學校參加對外比賽，並將所學運動技能指導家人一同運動

(三)學校能指導學生參加至少兩項普及化運動比賽

五、學校申請點數：4點

指標四：年度學生體位適中率提高

一、執行方式：

(一)定期測量學生體位；健康中心建立學生體位名冊。定期追蹤。

(二)鼓勵學生課後運動，學會一項運動技能；安排全校統一運動時段，藉由群體力量，激勵學生運動強身

(三)利用健康體育課，指導學生正確飲食觀念、規律飲食、降低含糖飲料攝取量。

(四)護理師定期關懷體位不良學生，指導正確運動方式與飲食。體育老師指導學生規律運動與規劃運動計畫

(五)每週兩次餐前五分鐘影片

(六)利用班級群組，鼓勵家長利用時間與孩童一起運動

(七)學生參加游泳課，學習游泳能力

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：提高2%以上：5點

四、預期效益：

(一)學生體位適中率比去年適中率提高至少1%：目前由上一學年度之63%提昇至67%

(二)學生養成正確的飲食習慣，不偏食

(三)降低含糖飲料攝取次數至每週3次以下；學生每天喝滿1500cc白開水比率能達到80%以上

(四)零食每週攝取次數能夠降低，目標是60%以上的學生可以每週只吃2次以下的零食

五、學校申請點數：5點

指標五：施行餐前五分鐘飲食教育

一、執行方式：

(一)利用午餐前播放影片，強化飲食教育觀念；每週3次

(二)利用早自修時間，播放影片強化學生學習效能

(三)運用健康與體育，加強學生營養觀念、覺察飲食與健康的關聯並決定養成正確飲食方式

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：每週施行3次：5點

四、預期效益：

(一)學生了解均衡飲食的重要

(二)學生能覺察營養對健康的重要

(三)學生樂於學習並將學習所得與家人分享

(四)學生能不挑食、可以均衡攝取各類食物；並將食物吃光光

五、學校申請點數：5點

指標六：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)本學年度推行游泳教學，上下學期各7次；暑假推行5次加強班

(二)鼓勵全校學生參加，熟練水域安全觀念以及學習自救能力

(三)安排兩次水域安全講座、由游泳池教練負責宣講並實際操練

二、執行對象：學生與教師

三、指標目標及點數：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：1點

四、預期效益：

(一)高年級學生都能完成水母漂30秒、打水前進20公尺

(二)畢業班至少7成能以自由式完成25公尺

(三)中年級學生能完成水母漂20秒、打水前進20公尺

(四)低年級學生都能漂浮前進10公尺、持浮板打水前進20公尺

五、學校申請點數：1點

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

(一)結合班級與學校獎勵制度，推廣健康護照

(二)利用班親會時間，鼓勵家長與孩童一起紀錄

(三)班級建立健康生活守則，並一起遵守、紀錄於健康護照

二、執行對象：1-6年級參加

三、指標目標及點數：全校實施：5點

四、預期效益：

(一)學生能據以登錄自己的飲食習慣，並藉以檢視自己的生活習慣是否符合健康生活守則

(二)學生飲水達1500毫公升比率，佔全校75%以上

(三)學生餐後與睡前潔牙比率，達全校80%以上

(四)學生每天運動30分鐘以上比率，佔全校75%以上

五、學校申請點數：5點

指標十：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費

一、執行方式：

(一)配合自然課，種植當季蔬菜；並已申請計畫通過在案

(二)配合健康與體育，學生認識蔬菜、了解營養價值；並能每天都將午餐吃光

(三)結合農會推廣股資源與經費，辦理食農教育講座與實做課程；

(四)安排業師進校，指導學生製作低碳飲食餐點

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點

四、預期效益：

(一)學生能了解蔬菜的營養價值，每天都能達成至少3種以上蔬菜攝取。

(二)學生能完成蔬菜種植，並在指導下完成蔬菜採收與烹飪

(三)有效利用校園空地，加深學生課程與實務的結合

(四)藉由農會與業師課程，活化、深化學生生活經驗與生活技能

五、學校申請點數：1點

指標十一：申請體育署補助正式游泳課程經費

一、執行方式：

(一)112年以申請全年度游泳教學經費，學生至佳里區緣內多游泳池學習

(二)全校1-6年級都參加游泳教學課程，由專業教練指導

(三)學生依能力分成4組進行教學，每週一次，每學期7次。

(四)每學期一次游泳檢測，2級以上者佔參與檢測人數之60%以上。

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：申請體育署補助正式游泳課程經費：1點

四、預期效益：

(一)畢業班學生能以任一式游完25公尺。

(二)畢業班學生達成五級檢測者，佔畢業班人數5成以上

(三)中年級學生能以自由式完成15公尺、持浮板狀態下，以自由式前進25公尺

(四)低年級能以浮板前進20公尺

五、學校申請點數：1點

指標十二：施行飲食教育課程或活動

一、執行方式：

(一)配合學校本位課程，辦理在地食材教學

(二)指導學生認識虱目魚與文蛤與牡蠣、了解營養價值與食用方法

(三)製作虱目魚料理、文蛤與牡蠣料理方式並動手料理

(四)培養正確飲食觀念、學生可以在指導下動手完成一項了裡

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：每月施行1次：2點

四、預期效益：

(一)學生認識虱目魚的特性與營養價值，並學會吃魚技巧

(二)學生能在課後，主動要求家人購買牡蠣產品

(三)在指導下，完成料理

五、學校申請點數：2點

臺南市七股區後港國民小學
113 學年度學校健康體適能與飲食教育行動計畫

壹、學校基本資料

一、全校班級數：6班

二、全校學生人數：67人

三、全校教職員工數：15人

四、業務承辦人：鄭啟甫；聯絡電話：794-1305 # 16

五、單位主管：方婉真；聯絡電話：794-1305 # 12

六、校長：方婉真

貳、學校背景資料及現況分析

學校背景資料：

本校位處城鄉交界，是一所小型學校，一至六年級共6班，學生數共67人，幼兒園15人，教職員工17人。本校單親家庭、隔代教養與外配子女學童比例佔55%，學區家長90%屬於勞工階層，社經地位較低落。主要照養學童者普遍缺乏健康生活型態的相關知識，也未能建立良好的健康生活習慣：飲食較多油多糖、水量攝取不足，電子產品使用過度。校內家庭抽菸比率高達70%，學童之生活、學習與成長頗值得關切。因此本校健康促進計劃擬於培養、訓練學生「生活技能」為導向，發展學生自我覺察之能力與技巧，以建立良好的健康生活習慣能力為目標。本校運動空間充足，有用足量運動器材；配合每週兩次餐前五分鐘影片，每個月一次營養教育。

新的一年，將發展自行車運動，以校內自行車道為基礎訓練，推廣至學生畢業前能完成後港至鹽山-青鯤鯓的15公里騎乘。

現況分析：

一、學生喝白開水量大於1500cc者，約佔全校70%；每天睡前刷牙比率佔85%。潔牙推廣還要再加強。

二、體位適中率64%，但學生上學期間，運動時間超過30分鐘的比率，僅約4成左右；假日運動時間超過30分鐘者，只有兩成左右。要再加強學生增加每日運動時間

三、假日刷牙次數達3次者，僅佔4成左右

四、使用手機平板，平日超過1小時者，有5成；假日超過2小時者，超過7成。影響視力保健與健體甚巨。

五、學生飲食達到天天五蔬果人數比例低，偏食人數佔比多。

參、計畫目標

一、全校體位適中率從64%提高至68%、體適能檢測增加至60%

二、全校過重比例下降3%

三、鼓勵學生培養運動技能，下課時間能到戶外活動人數比例達90%以上。

四、每日喝水達1500cc以上者，達到全校90%

五、推廣飲食教育，配合播放餐前五分鐘影片，每週至少三次，每月一次飲食教育

六、體位過重以上比率，降低至32%以下

七、學生使用含氟1000ppm以上牙膏比率，達全校人數92%

八、游泳通過2級以上檢測，達到檢測人數之50%。

九、剩食比例降低。每日廚餘不超過2公斤

十、增加自給農園參與班級，從一個班級到三個班級

肆、人力配置

計畫職稱	姓名	職稱	本計畫之工作項目
召集人	方婉真	校長	綜整計畫推動。
副召集人	黃惠雯	教導主任	協助召集人辦理健康促進及飲食教育業務
副召集人	吳宇中	總務主任	協助體衛物資之統整、保管、購買與經費核銷
計畫撰寫	鄭啟甫	學務組	相關計畫撰寫與執行、成果製作、球隊訓練與比賽指導
課程組	張家甄	教務組長	健體課程時數安排、觀議課行程安排；成果收集。
教案教學	石詔惠	科任教師	健康課程教學者、撰寫教案、推動健康護照
家長代表	洪玟成	家長代表	協助學校與社區共同發展、參與與推動健康體適能活動
學生代表	陳景輝	六甲學生	執行教學課程、學習反饋。

伍、實施期程

實施日期	工作項目
9月1日至9月18日	行動計畫撰寫

實施日期	工作項目
9月2日至9月9日	身高體重視力測量、完成體位不良、視力不良學生造冊；通知家長
9月10日	製發體位與視力關懷單，進行視力回診；提醒家長鼓勵學生保持健康生活習慣
9月11-18日	完成教室照度測量、規劃學生課間活動空間與運動項目；盤點校內運動設施與器材
9月30日前	健康課程-飲食教育；體育課程-第一次體適能測量
9月26日	口腔保健教學、配合牙醫到校，進行全校齲齒率調查
10月23日	口腔衛生宣導、貝氏刷牙法；全校課間運動
11月8日	體能加強月：每日利用課間時間慢跑5分鐘、慢走5分鐘；月底安排第二次學生體適能測驗
11月14日	自行車活動：健康體適能教學
12月11日	視力保健宣導、正確坐姿教學；安親班視力保健宣導
12月27日	校慶活動：體能挑戰與趣味競賽
1月15日	口腔保健挑戰：進行全校潔牙競賽（牙菌斑顯示劑）；針對bmi維持在19-25之內者，給予公開獎勵。
2月26日	全校體位測量；針對體位異常學生，規劃加強運動時段
3月1--10日	進行全校體位測量；給予維持良好體位，公開獎勵；調查全校教室燈光是否充足
4月3日	配合兒童節活動，辦理健康闖關。至安親班視力宣導、交通安全宣導
4月10日	體適能宣導、第三次體適能測量；4-6年級學生進行體適能檢測。體位良好者，給予公開表揚。
5月中旬	全校親師生體適能競賽
6月20日	期末健康競賽
6月25日	期末健康寶寶頒獎：頒獎對象為牙齒無蛀牙或體位適中、sh150達標等
每週	播放餐前五分鐘飲食影片
每日	每天課間運動30分鐘：慢跑、跳繩
每月	配合五分鐘影片，進行每月一次營養教育

實施日期		工作項目	
12月11日		單車教學	
陸、年度指標			
項次	年度指標	目標數值	學校申請點數
一	體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率	填報率100%且通過率50%以上，通過率與上學年度相比進步10%：5點	5
二	執行學校 SH150計畫	執行學校 SH150計畫：2點	2
三	參加本市辦理任2項普及化運動比賽	參加2項比賽：4點	4
四	年度學生體位適中率提高	提高2%以上：5點	5
五	施行餐前五分鐘飲食教育	每週施行3次：5點	5
六	辦理水域安全課程活動	辦理水域安全課程活動：1點	1
七	推廣健康護照	全校實施：5點	5
八	推廣餐前5分鐘專書教學	每學期實施3次：3點	3
九	推動學校體育性社團，全校參與數達60%以上	全校參與數達40-60%：1點	1
十	學校建置自給農園以推動食農教育	向本局提報計畫申請相關經費：2點	2
十一	申請體育署補助正式游泳課程經費	申請體育署補助正式游泳課程經費：1點	1
十三	施行飲食教育課程或活動	2點	2
柒、各項指標計畫內容及執行方式			
指標一：體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率			
一、執行方式： (一)安排每天課間時間全校一起運動，全校進行體能活動：慢跑與跳繩 (二)體育課安排每月一次體適能檢測，強化學生通過率 (三)鼓勵學生假日安排戶外活動，減少使用電子產品時間；			

(四)聯絡簿登錄假日運動時間，由家長簽名認證，每個月檢核一次，每個月（4週）累計假日運動時間達240分鐘以上者，給予點券兩張獎勵

二、執行對象：全校師生

三、指標目標及點數：填報率100%且通過率50%以上，通過率與上學年度相比進步10%：5點

四、預期效益：

(一)每個學生都參加檢測，體適能填報率達100%

(二)學生檢測通過率達60%

(三)學生培養規律運動習慣、習得一項運動技能

(四)學生提昇運動能力，能夠覺察運動對身體健康的好處

五、學校申請點數：5點

指標二：執行學校 SH150計畫

一、執行方式：

(一)每天安排三次下課時間為共同運動時段，師生一起進行體能活動：運動時間達到30分鐘以上

(二)指導學生慢跑技能與運動傷害防護技巧

(三)每天課間時間，廣播請學生到戶外運動、提昇教室淨空率

(四)班級提供跳繩、球類等相關器材，鼓勵學生下課到戶外運動

二、執行對象：全校師生

三、指標目標及點數：執行學校 SH150計畫：2點

四、預期效益：

(一)學生每天運動30分鐘以上比率達88%以上

(二)下課教室淨空率達95%以上

(三)學生體位維持適中比率人數在全校學生的66%以上

(四)學生假日可以運動30分鐘以上者，達全校人數的65%以上

五、學校申請點數：2點

指標三：參加本市辦理任2項普及化運動比賽

一、執行方式：

(一)辦理校內運動社團，鼓勵學生參加。

(二)體育教學多元化，加強跳繩及球類深度學習與技巧練習

(三)鼓勵學生用課間時間與體育課，學習並熟練一項運動技能

(四)參加市內跳繩、樂樂棒球及體操與三人棒球及田徑比賽、高爾夫比賽

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：參加2項比賽：4點

四、預期效益：

(一)學生能學會至少一項運動技能；並養成規律運動習慣

(二)學生能代表學校參加對外比賽，並將所學運動技能指導家人一同運動

(三)學校能指導學生參加至少兩項普及化運動比賽

五、學校申請點數：4點

指標四：年度學生體位適中率提高

一、執行方式：

(一)定期測量學生體位；健康中心建立學生體位名冊。定期追蹤。

(二)鼓勵學生課後運動，學會一項運動技能；安排全校統一運動時段，藉由群體力量，激勵學生運動強身

(三)利用健康體育課，指導學生正確飲食觀念、規律飲食、降低含糖飲料攝取量。

(四)護理師定期關懷體位不良學生，指導正確運動方式與飲食。體育老師指導學生規律運動與規劃運動計畫

(五)每週3次餐前五分鐘影片

(六)利用班級群組，宣導健康飲食觀念、鼓勵家長利用時間與孩童一起運動

(七)學生參加游泳課，學習游泳能力

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：提高2%以上：5點

四、預期效益：

(一)學生體位適中率比去年適中率提高至少2%：目前由上一學年度之63%提昇至67%

(二)學生養成正確的飲食習慣，不偏食

(三)降低含糖飲料攝取次數至每週3次以下；學生每天喝滿1500cc白開水比率能達到85%以上

(四)零食每週攝取次數能夠降低，目標是65%以上的學生可以每週只吃2次以下的零食

五、學校申請點數：5點

指標五：施行餐前五分鐘飲食教育

一、執行方式：

(一)利用午餐前播放影片，強化飲食教育觀念；每週3次

(二)利用早自修時間，播放影片強化學生學習效能

(三)運用健康與體育，加強學生營養觀念、覺察飲食與健康的關聯並決定養成正確飲食方式

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：每週施行3次：5點

四、預期效益：

(一)學生了解均衡飲食的重要

(二)學生能覺察營養對健康的重要

(三)學生樂於學習並將學習所得與家人分享

(四)不挑食、可以均衡攝取各類食物；並將食物吃光光

五、學校申請點數：5點

指標六：辦理水域安全課程活動

一、執行方式：

(一)本學年度推行游泳教學，上下學期各7次；暑假推行5日加強班

(二)鼓勵全校學生參加，熟練水域安全觀念以及學習自救能力

(三)安排兩次水域安全講座、由游泳池教練負責宣講並實際操練

二、執行對象：學生與教師

三、指標目標及點數：辦理水域安全課程活動：1點

四、預期效益：

(一)高年級學生都能完成水母漂30秒、打水前進20公尺

(二)畢業班至少7成能以自由式完成50公尺

(三)中年級學生能完成水母漂20秒、打水前進20公尺

(四)低年級學生都能漂浮前進10公尺、持浮板打水前進20公尺

五、學校申請點數：1點

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

(一)結合班級與學校獎勵制度，推廣健康護照

(二)利用班親會時間，鼓勵家長與孩童一起紀錄

(三)班級建立健康生活守則，並一起遵守、紀錄於健康護照

二、執行對象：1-6年級參加

三、指標目標及點數：全校實施：5點

四、預期效益：

(一)學生能據以登錄自己的飲食習慣，並藉以檢視自己的生活習慣是否符合健康生活守則

(二)學生飲水達1500毫公升比率，佔全校80%以上

(三)學生餐後與睡前潔牙比率，達全校90%以上

(四)學生每天運動30分鐘以上比率，佔全校80%以上

五、學校申請點數：5點

指標八：推廣餐前5分鐘專書教學

一、執行方式：

(一)每學期至少完成3次專書教學

(二)學生能運用5分鐘專書，認識食物營養與健康

(三)學生完成學習單，認識食物營養價值

二、執行對象：全校

三、指標目標及點數：每學期實施3次：3點

四、預期效益：

(一)學生能自行運用專書，查閱各類食物的營養價值

(二)學生在學習後，能向家人宣導各類食物的營養、正確選擇健康飲食模式

五、學校申請點數：3點

指標九：推動學校體育性社團，全校參與數達60%以上

一、執行方式：

(一)推行校內體育社團，鼓勵學生參與

(二)每人參加一項運動社團，學會一項運動技能

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：全校參與數達40-60%：1點

四、預期效益：

(一)學生能學會一項運動技能並落實於日常生活

(二)學生能培養規律運動習慣

五、學校申請點數：1點

指標十：學校建置自給農園以推動食農教育

一、執行方式：

(一)配合自然課，種植當季蔬菜；並已申請計畫通過在案

(二)配合健康與體育，學生認識蔬菜、了解營養價值；並能每天都將午餐吃光

(三)結合農會推廣股資源與經費，辦理食農教育講座與實做課程；

(四)安排業師進校，指導學生製作低碳飲食餐點

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：向本局提報計畫申請相關經費：2點

四、預期效益：

(一)學生能了解蔬菜的營養價值，每天都能達成至少3種以上蔬菜攝取。

(二)學生能完成蔬菜種植，並在指導下完成蔬菜採收與烹飪

(三)有效利用校園空地，加深學生課程與實務的結合

(四)藉由農會與業師課程，活化、深化學生生活經驗與生活技能

五、學校申請點數：2點

指標十一：申請體育署補助正式游泳課程經費

一、執行方式：

(一)114年已申請全年度游泳教學經費，學生至佳里區緣內多游泳池學習

(二)全校1-6年級都參加游泳教學課程，由專業教練指導

(三)學生依能力分成4組進行教學，每週一次，每學期7次。

(四)每學期一次游泳檢測，2級以上者佔參與檢測人數之60%以上。

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：申請體育署補助正式游泳課程經費：1點

四、預期效益：

(一)畢業班學生能以任一式游完50公尺。

(二)畢業班學生達成五級檢測者，佔畢業班人數5成以上

(三)中年級學生能以自由式完成15公尺、持浮板狀態下，以自由式前進25公尺

(四)低年級能以浮板前進20公尺

五、學校申請點數：1點

指標十三：施行飲食教育課程或活動

配合學校本位課程，辦理在地食材教學/健康活動

一、執行方式：

(一)指導學生認識虱目魚與文蛤與牡蠣、了解營養價值與食用方法

(二)製作魚料理、文蛤與牡蠣料理方式並動手料理

(三)辦理自行車推廣活動，結合校際交流、至七股鹽山辦理體適能活動

二、執行對象：高年級學生

三、指標目標及點數：2點

四、預期效益：

(一)學生認識魚類的特性與營養價值，並學會吃魚技巧

(二)學生能在課後，主動要求家人購買牡蠣產品

(三)完成自行車活動，了解交通安全規則、安全騎乘觀念

五、學校申請點數：2點

109 學年度臺南市七股區後港國民小學
學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果總覽表

壹、年度指標				
項次	年度指標	目標數值	學校申請點數	最終達成率點數
一	體適能填報率達100%，體適能檢測通過率達	目標數值：提高體適能檢測通過率達60%	5	0
二	執行學校SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報		5	0
三	參加本市辦理任一項普及化運動	參加兩項比賽：高爾夫、三人棒球	2	0
四	年度學生體位適中率	提高達2%	3	0
五	年度學生齲齒率降低率	降低3%	5	0
六	午餐剩食率降低3%以上		3	0
貳、全校金、銀獎累計學生人數				
一	應屆畢業生金獎累計學生人數	共0人		
二	應屆畢業生銀獎累計學生人數	共0人		
參、健康護照				
一	學校健康護照			

指標一：體適能填報率達100%，體適能檢測通過率達

一、執行方式：

(一)每日規劃全校於課間時間跑操場

(二)提供教室多元運動器材，鼓勵學生下課到戶外運動。

(三)完善運動空間與設施，提高學生運動興趣

二、執行對象：全校師生

三、預期效益：

(一)目標數值：體適能檢測通過率達目標數值：提高體適能檢測通過率達60%

(二)學生培養規律運動習慣，每天都能運動30分鐘

(三)透過規律運動，增加學生運動傷害自我保護知能。

(四)學生BMI值下降1

四、實際成效：

(一)完成體適能測驗

(二)學生每日運動量達到標準

(三)每週運動150分鐘以上人數增加，下課時間學生都有到戶外活動

五、學校申請點數：5

六、教育局審查點數：5

七、最終達成點數：0

八、佐證文件：[!\[\]\(83bbbd261710c59db0214aa27b2edc0d_img.jpg\)](#)

九、指標一成果照片(4~6 張)



高爾夫運動社團



多元課間活動



跑步活動



趣味化運動



學會一項運動

指標二：執行學校SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

- (一)規劃每日課間、晨間運動時間；紀錄每日運動時間
- (二)月底統計達成「每日運動30分鐘」天數，超過15日者獲點券一張
- (三)配合視力保健，落實教室下課淨空；督促學生課間到戶外活動。
- (四)提供多元運動器材與安全場所，提高學生運動意願

二、執行對象：全校師生

三、預期效益：

- (一)目標數值：-
- (二)符合指數達成每週運動150分鐘人數，佔全校人數之80%
- (三)每人均能學會一項運動技能、瞭解運動傷害之預防與急救知能

四、實際成效：

- (一)學生下課都能到戶外活動
- (二)學生達成每週運動150分鐘目標

五、學校申請點數：5

六、教育局審查點數：1

七、最終達成點數：0

八、佐證文件：

九、指標二成果照片(4~6 張)



課間運動



師生一起運動，培養規律運動習慣



安排全校上游泳課



高爾夫社團練習活動



全校一起運動

指標三：參加本市辦理任一項普及化運動

一、執行方式：

(一)辦理運動社團：三人棒球、高爾夫

(二)利用體育課與下課時間，學生每人都必須熟練一項運動技能

二、執行對象：全校學生

三、預期效益：

(一)目標數值：參加本市辦理普及化運動參加兩項比賽：高爾夫、三人棒球

四、實際成效：

(一)參加臺南市高爾夫比賽

五、學校申請點數：2

六、教育局審查點數：0

七、最終達成點數：0

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標三成果照片(4~6 張)



參加109年度台南市中等以下學校
高爾夫比賽



參加109年度台南市中等以下學校
高爾夫比賽



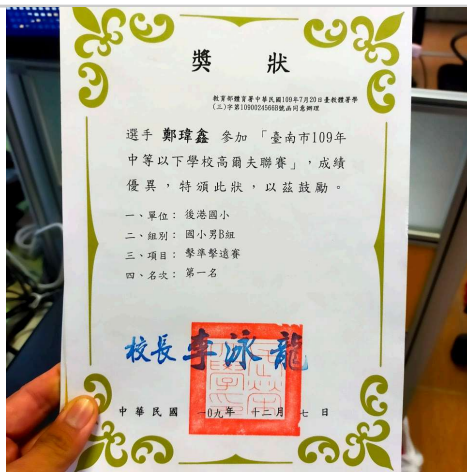
參加109年度台南市中等以下學校
高爾夫比賽



參加109年度台南市中等以下學校
高爾夫比賽



參加109年度台南市中等以下學校
高爾夫比賽



參加高爾夫比賽得獎獎狀

指標四：年度學生體位適中率

一、執行方式：

(一)配合飲食教育，指導學生正確飲食

(二)高年級學生瞭解計算身體質量指數的方法；中低年級學生知道自己的健康體重範圍，並能以健康方式維持適中體位。

(三)學生透過相關課程，瞭解健康體位的重要；不會以節食或用藥方式來減肥。學生也知道均衡飲食的重要，不偏食、不挑食。

二、執行對象：學生

三、預期效益：

(一)目標數值：年度學生體位適中率提高達2%

(二)能說出健康飲食的方法

(三)年度學生體位適中率超過60%

(四)學生在校午餐不偏食；在家用餐能降低油炸食品食用次數

四、實際成效：

(一)學生期中體重沒有增加

(二)減少含糖飲料攝取次數

(三)學生不偏食，減少油炸食物攝取

五、學校申請點數：3

六、教育局審查點數：5

七、最終達成點數：0

八、佐證文件：[!\[\]\(235bfe13ebf007ce2eea9e689707fac7_img.jpg\)](#)

九、指標四成果照片(4~6 張)



全校上游泳課



安排體育競賽



飲食教育



鼓勵學生步行進入校園



多元化體育教學

指標五：年度學生齲齒率降低率

一、執行方式：

(一)指導學生正確貝式刷牙法。高年級另需學會牙線使用方法。

(二)配合牙醫師到校服務，全校學生每半年都能檢查牙齒一次

(三)落實每日午餐後潔牙、一週三次漱口水

二、執行對象：全校師生

三、預期效益：

(一)目標數值：年度學生齲齒率降低率降低3%

(二)每人都能達成：每日至少刷牙3次、每週三次午餐後使用漱口水

(三)每人都能以正確刷牙法進行潔牙；減少含糖食物食用次數

四、實際成效：

(一)學生能按時刷牙，並以正確方式進行

(二)學生的牙膏符合1000ppm氟化物

(三)睡前刷牙率提高

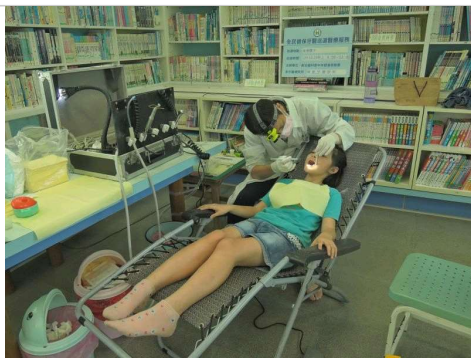
五、學校申請點數：5

六、教育局審查點數：5

七、最終達成點數：0

八、佐證文件：[!\[\]\(aff7c69c44a5e015f18c35867ef3f5c3_img.jpg\)](#)

九、指標五成果照片(4~6 張)



牙醫到校巡迴診療



刷牙比賽



學生利用鏡子檢查自己刷牙成效



張貼牙齒保護宣導



護理師入班指導



護理師晨會宣導

指標六：午餐剩食率降低3%以上

一、執行方式：

- (一)指導學生了解自己食量，不暴飲暴食、定時定量。
- (二)了解食物來之不易，鼓勵學生將食物吃光。打菜時，能依食量打菜。

二、執行對象：全體師生

三、預期效益：

- (一)目標數值：-
- (二)學生能將餐盤內食物吃完。
- (三)學生每天都能在時間內將午餐吃完。
- (四)利用磅秤，紀錄每日剩食重量。

四、實際成效：

(一)學生每天都能按照食量盛菜

(二)學生不浪費食物，都將食物吃完

五、學校申請點數：3

六、教育局審查點數：1

七、最終達成點數：0

八、佐證文件：

九、指標六成果照片(4~6 張)



學生認真吃完午餐，不浪費



老師協助打菜，適當給予菜量



學生排隊取餐，不挑食



每餐紀錄剩餘菜量



小朋友開心吃午餐

全校金、銀獎累計學生人數

一、全校金獎累計學生人數：共 0人

二、全校銀獎累計學生人數：共 0人

三、獲獎名冊：[↓](#)

健康護照

一、學校健康護照：[↓](#)

學生健康護照填寫成果照片(4~6 張)



全校路跑



全校路跑



一項運動技能學習



樂活150

110 學年度臺南市七股區後港國民小學
學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果總覽表

壹、年度指標				
項次	年度指標	目標數值	學校申請點數	期末達成率點數
一	體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率	通過率58%以上：5點	5	3
二	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報	依執行狀況填報體育統計年報：1點	1	1
三	參加本市辦理任2項普及化運動	參加3項活動：3點	3	0
四	年度學生體位適中率提高	提高1~1.9%：3點	3	3
五	施行餐前五分鐘飲食教育	每週施行3次：5點	5	3
六	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報	依執行狀況填報體育統計年報：1點	1	1
七	推廣健康護照	1/3班級數實施：1點	1	1
八	午餐剩食率降低	降低5~6.9%：3點	3	0
九	年度學生齲齒率降低	降低1~1.9%：3點	3	1
貳、畢業生個人健康行動獎勵人數統計				

一	健康活力五優獎人數(完成5項健康行動者)	共0人
二	身體力行實踐獎人數(完成3~4項健康行動者)	共0人
參、健康護照		
一	學校健康護照	

110 學年度臺南市七股區後港國民小學 學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果報告

指標一：體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率

一、執行方式：

(一)定期檢測學生體適能

(二)擬定體適能運動計畫、規劃固定時間進行運動，學生每天都能達到30分鐘運動

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：通過率58%以上：5點

四、預期效益：

(一)學生都能培養規律運動習慣

(二)學生能學會一項運動技能

五、實際成效：

一、學生能在課間到戶外活動

二、學生每日運動時間達到30分鐘

三、學生都有學會一種運動技能（跳繩）

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：4

八、佐證文件：

九、指標一成果照片(4~6 張)



學生進行檢測



全校路跑，增強學生體能



學會騎自行車



運動宣導



健走訓練

指標二：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)擬定學校計畫，落實執行

(二)安排課間活動，督促學生規律運動

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：依執行狀況填報體育統計年報：1點

四、預期效益：

(一)學生課間都能離開教室

(二)學生每天運動時間達到30分鐘

(三)學生學會跳繩

五、實際成效：

一、學生課間運動率達95%

二、學生每天運動時間達30分鐘比率：100%

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：1

八、佐證文件：[!\[\]\(99f58673407353e96a019fbca558fd72_img.jpg\)](#)

九、指標二成果照片(4~6 張)



學生學習運動



課間活動



學生學會騎腳踏車



學生學會跳繩



慢跑



社區健走

指標三：參加本市辦理任2項普及化運動

一、執行方式：

(一)本校目前有高爾夫社團與田徑社團

(二)參加市府舉辦之運動賽事

(三)辦理校內運動社團，鼓勵學生參加

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：參加3項活動：3點

四、預期效益：

(一)學生訓練成果達到參賽目標，並能完成比賽

(二)能在比賽中，發揮訓練效果

(三)學生能學會一項運動技能

五、實際成效：

一、參加台南市田徑錦標賽

六、學校申請點數：3

七、學校自評點數：1

八、佐證文件：[!\[\]\(cf531ed27e91483460120fcc057b3901_img.jpg\)](#)

九、指標三成果照片(4~6 張)



參加臺南市110學年度田徑錦標賽



壘球擲遠



推鉛球



壘球擲遠



高爾夫場地練習

指標四：年度學生體位適中率提高

一、執行方式：

(一)規劃多元運動項目。落實營養教育

(二)利用班親會，向家長進行營養教育，鼓勵家長共同督促學生

(三)推行全校運動，鼓勵學生達成每日運動30分鐘

二、執行對象：全校學生

三、指標目標及點數：提高1~1.9%：3點

四、預期效益：

(一)學生能養成正確的飲食觀念

(二)學生能以正確的方式維持體位

五、實際成效：

一、教室課間淨空率達90%

二、學生每天都能攝取足量的蔬菜與水果

三、每天運動達到30分鐘的學生比率達95%

六、學校申請點數：3

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[!\[\]\(3342c215b2a8b663596a81468d5dc314_img.jpg\)](#)

九、指標四成果照片(4~6 張)



學生參加臺南市田徑運動會



課間都到操場運動



慢跑活動



參加校外運動



培養一項運動技能

指標五：施行餐前五分鐘飲食教育

一、執行方式：

(一)利用教室單槍，播放飲食教育影片

(二)配合健康教育，落實飲食教育課程

(三)每日餐前播放影片

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：每週施行3次：5點

四、預期效益：

(一)學生能了解正確飲食的目的，並能影響家人

(二)養成不挑食、不浪費的好習慣

五、實際成效：

一、班級每週播放餐前五分鐘影片

二、學生養成不挑實習慣

三、學生能夠分享正確飲食觀念

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：5

八、佐證文件：

九、指標五成果照片(4~6 張)



餐前五分鐘影片



教師晨會向老師分享餐前五分鐘影片運用



餐前五分鐘引片



利用晨會宣導正確飲食觀念



教室張貼宣導海報



用餐，鼓勵學生全部吃光光

指標六：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)舉辦水域安全講座、落實體育年報填報

(二)運用網路資源，配合健康與體育課程，指導學生認識學校週邊危險水域

(三)牢記救生口訣，熟悉海域危險旗號。期能自救救人。

二、執行對象：全校學生

三、指標目標及點數：依執行狀況填報體育統計年報：1點

四、預期效益：

(一)學生能分辨危險水域、並選擇安全場域戲水

(二)學生能學會自救能力

(三)學生熟知自救口訣，並能自救救人

五、實際成效：

一、實施水域安全宣導

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：1

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標六成果照片(4~6 張)



利用美勞課，繪製水域安全海報



校務宣導



心肺復甦術-高年級學生



自救能力



安全教育宣導



心肺復甦術與自救能力訓練

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

- (一)利用集會，介紹護照使用方法
- (二)設計鼓勵機制，鼓勵學生使用健康護照
- (三)配合班級，請家長協助護照使用

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：1/3班級數實施：1點

四、預期效益：

- (一)學生能填寫健康護照
- (二)學校能依據健康護照，安排適當的健康學校政策

五、實際成效：

- 一、學生填寫健康護照

二、依照護照內容<降低含糖飲料攝取量

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：1

八、佐證文件：

九、指標七成果照片(4~6 張)



健康生活宣導



每天運動宣導



認識蔬菜



親自操作農耕，認識蔬菜的重要



鼓勵學生養成良好生活習慣

指標八：午餐剩食率降低

一、執行方式：

(一)鼓勵學生吃多少盛多少

(二)配合健康教育，推動我的餐盤計畫

(三)結合食農教育，讓學生了解食物來源

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：降低5~6.9%：3點

四、預期效益：

(一)降低廚餘重量

(二)學生能控制飲食，不暴飲暴食

五、實際成效：

一、學生都能依照自己的食量打菜

二、學生每天都能將自己餐盤內的食物吃完

三、學生都能了解食物對人體的重要

六、學校申請點數：3

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：

九、指標八成果照片(4~6 張)



晨會宣導



每天喝水、減少含糖飲料宣導



正確飲食宣導



配合簡康飲食，繪製海報



正確飲食、搭配運動



認識食物標籤，學習吃好的食物

指標九：年度學生齲齒率降低

一、執行方式：

(一)推行餐後潔牙

(二)每兩日使用一次漱口水

(三)鼓勵學生每日睡前潔牙

二、執行對象：

三、指標目標及點數：降低1~1.9%：3點

四、預期效益：

(一)睡前潔牙達到100%

(二)餐後潔牙率達到100%

(三)定期就醫檢查比例達到85%

五、實際成效：

一、學生學會正確潔牙方法

二、餐後潔牙率達到100%

三、睡前潔牙率達到90%

四、使用1000ppm氟化物牙膏的學生達到82%

六、學校申請點數：3

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[!\[\]\(4f6bf54ae7e4144a72d78316053e412d_img.jpg\)](#)

九、指標九成果照片(4~6 張)



使用鏡子、正確潔牙



牙醫師到校檢查學生牙齒



學生午餐後進行潔牙與漱口水



護理師指導低年級學生貝氏刷牙法



學生主動在餐後潔牙



定期飲用水檢查，鼓勵學生多喝水

全校金、銀獎累計學生人數

- 一、全校金獎累計學生人數：共 0人
- 二、全校銀獎累計學生人數：共 0人
- 三、獲獎名冊：

健康護照

- 一、學校健康護照：

111 學年度臺南市七股區後港國民小學
學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果總覽表

壹、年度指標				
項次	年度指標	目標數值	學校申請點數	期末達成率點數
一	體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率	通過率58%以上：5點	5	5
二	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2點	2	2
三	參加本市辦理2項普及化運動	普及化每參加1項活動：2點	2	3
四	年度學生體位適中率提高	提高2%以上：5點	5	1
五	施行餐前五分鐘飲食教育	每週施行1次：3點	3	3
六	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：1點	1	1
七	推廣健康護照	2/3班級數實施：3點	3	0

項次	年度指標	目標數值	學校申請點數	期末達成率點數
十	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點	1	1
十一	施行飲食教育課程或活動	每月施行1次：2點	2	2
十二	午餐剩食率降低	降低5~6.9%：3點	3	0
貳、畢業生個人健康行動獎勵人數統計				
一	健康活力五優獎人數(完成5項健康行動者)			共0人
二	身體力行實踐獎人數(完成3~4項健康行動者)			共0人
參、健康護照				
一	學校健康護照			

111 學年度臺南市七股區後港國民小學 學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果報告

指標一：體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率

一、執行方式：

(一)安排每天固定運動時段，全校一起進行體能活動

(二)體育課安排每月一次體適能檢測，強化學生通過率

(三)鼓勵學生假日安排戶外活動，減少使用電子產品時間

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：通過率58%以上：5點

四、預期效益：

(一)體適能填報率達100%

(二)檢測通過率達60%

(三)學生藉此養成運動習慣

(四)學生運動能力提昇

五、實際成效：

一、全校學生都能在利用下課到戶外運動

二、每人都學會一項運動技能，培養規律運動習慣

三、學生假日運動30分鐘以上者，達到全校50%以上

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：6

八、佐證文件：[!\[\]\(17413706fd4997a1a4bdf85c6864eee1_img.jpg\)](#)

九、指標一成果照片(4~6 張)



課間跳繩



師生一起慢跑



學生學會一項運動技能



學生都能培養一項運動技能<且能在課後時間主動練習



學生施測體適能測驗



提供學生多元運動選項，鼓勵學生規律運動

指標二：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)規劃每天三次課間共同運動時段，師生一起進行體能活動

(二)指導學生慢跑技能與運動傷害防護技巧

(三)每天課間時間，廣播請學生到戶外運動

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2點

四、預期效益：

(一)學生每天運動30分鐘以上比率達80%以上

(二)下課教室淨空率達90%以上

(三)學生體位維持適中比率人數在全校學生的60%以上

五、實際成效：

一、1學生都能在下課時間主動到戶外活動，並積極練習一項運動技能

二、學生投入學校體育活動，願意報名參加校外比賽並努力練習。

三、學生至少習得一項運動能力

四、學生利用健康護照紀錄運動時間，經過統計超過150分鐘

六、學校申請點數：2

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[!\[\]\(eabd9f9ababee93effadc3b380fe65fd_img.jpg\)](#)

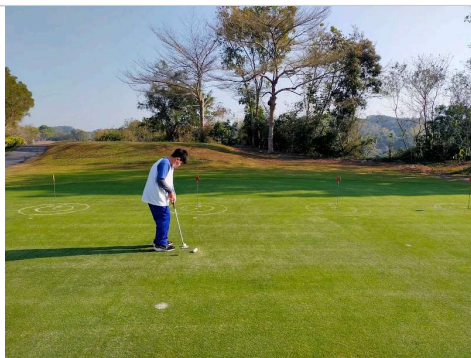
九、指標二成果照片(4~6 張)



利用時間練習騎腳踏車



全校課間師生一起慢跑



參加臺南市112年高爾夫擊遠擊準比賽



課後到遊樂場運動

口碑	張吳恩	90.6		22	6
	蔡宗德	93.3		18	
	蔡宗賢	95.9			
億載	周庭璇	110.2	8	14	
大新	姚曉偉	96.4		17	
	吳睿澄	91.5		21	7
那拔	黃凱翔	130.5	1		
吉貝要	黃志豪				
文和	張丞昊	70		20	
	劉琺瑯	68.2		16	
	翁麗樺	63.2		19	
新化	黃詩玄	61.6		21	7
	陳品臻	58.4		15	
	蘇靖庭	90.1	5	22	4
三村	陶健菱	64.8		12	
	許紹凱	85.7	6	18	
新泰	王翊庭	131	1	14	
	林昱璇	64.5		25	2
後港	許瑞媛			19	8
				16	
聖賢	蘇星語	69.2	7	21	5
	薛佩儀	98.7	4	23	3
正新	林立蓉	60.2		17	
	林怡蓉	130.4	2	21	6
大新	黃明豐	68.3	8	16	
	劉宇軒	128.7	3	18	
	王寶廷			33	1
吉貝要	楊婉婷			18	
	李青廷			14	
	鄭可婕			17	
安養	林 臻			X	

後港國小榜單



指標三：參加本市辦理2項普及化運動

一、執行方式：

(一)辦理校內運動社團，鼓勵學生參加

(二)利用課間時間與體育課，指導學生培養一項運動技能

(三)參加市內跳繩及體操與三人棒球及田徑比賽

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：普及化每參加1項活動：2點

四、預期效益：

(一)學生能學會至少一項運動技能

(二)學生能代表學校參加對外比賽，並將所學運動技能指導家人一同運動

(三)學校能指導學生參加至少兩項普及化運動比賽

五、實際成效：

一、參與市府舉辦之運動賽事，高爾夫與跳繩比賽

二、學生在校能夠學習一項運動技能

三、學生主動利用時間參與體育活動

六、學校申請點數：2

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標三成果照片(4~6 張)



學生參加112年度高爾夫比賽

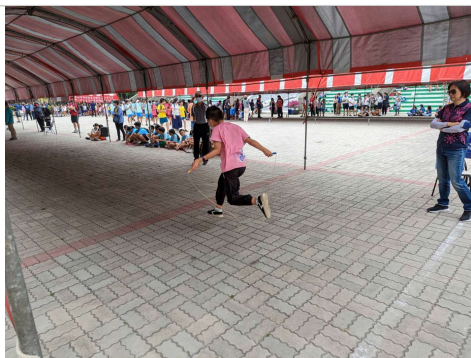
國中女子組	復興	溫洛擇	190.5	4	25	5
		翁子迪	106.2		25	4
		陳家華	135.4		19	
		陳意	112.8		23	6
					13	
	鹽行	莊慕妮	177.5	1	33	1
		王好庭	129.3	3	17	
		王思旬	92.2	8	26	2
		吳悅恩	69.6		22	6
		林依萱	116.5	6	18	8
		林豐恩	142.9	2	22	5
		溫愷歆	X		X	
		張瑋恩	121.8	5	23	4
		蘇意婷	109.9	2	18	
		蔡瑞希	126.3	4	19	7
		李睦榮	69.2		26	3
		王奕嘉	85.1		14	
			X		X	
					X	
國小高年級	港明	吳佳穎	X			5
		龍山	181.5	>	31	
	後港	陳以恩	92.5		19	
		鄭瑋鑫	158.7	5	27	
		周正龍	135.7		19	
		黃冠喻	102.2		15	
					20	
		陳泓佑			35	2
		林雨赫	193.6	1	13	
		黃碩銘	92.9		20	
	庄新	李瑞騰	162	3	24	
		林富雲	92.4			

國小高年組第5名



比賽現場





參加跳繩接力比賽



參加跳繩接力比賽

指標四：年度學生體位適中率提高

一、執行方式：

(一)定期測量學生體位

(二)鼓勵學生課後運動，學會一項運動技能

(三)結合健康與體育，指導學生正確的飲食習慣；了解不當減肥的惡果

(四)結合健體課程，指導學生正確飲食觀念

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：提高2%以上：5點

四、預期效益：

(一)學生體位適中率高至少1%

(二)學生養成正確的飲食習慣，不偏食

(三)含糖飲料攝取比率降低，學生每天喝滿1500cc白開水比率能達到75%以上

(四)零食每週攝取比率能夠降低，目標是50%以上的學生每週只吃2次以下的零食

五、實際成效：

一、體位適中比率維持固定

二、學生養成運動習慣

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[📎](#)

九、指標四成果照片(4~6 張)



鼓勵學生課間跳繩運動，加強心肺功能



學生一人一技能，落實運動習慣



健體活動：社區健走

一起加油吧！

日期	目標1 運動			目標2 衛生			目標3 學習		
	全期概算	前期概算	本期計	全期概算	前期概算	本期計	全期概算	前期概算	本期計
1月 1日	✓			✓			✓		
1月 10日	✓			✓			✓		
1月 20日	✓			✓			✓		
1月 30日	✓			✓			✓		
2月 10日	✓			✓		✓	✓		
2月 20日	✓			✓			✓		
2月 30日	✓			✓			✓		
3月 10日	✓			✓			✓		
3月 20日	✓			✓			✓		
3月 30日	✓			✓			✓		
4月 10日	✓			✓			✓		
4月 20日	✓			✓			✓		
4月 30日	✓			✓			✓		
5月 10日									
5月 20日									
5月 30日									
6月 10日									
6月 20日									
6月 30日									
7月 10日									
7月 20日									
7月 30日									
8月 10日									
8月 20日									
8月 30日									
9月 10日									
9月 20日									
9月 30日									
10月 10日									
10月 20日									
10月 30日									
11月 10日									
11月 20日									
11月 30日									
12月 10日									
12月 20日									
12月 30日									

省思

我做得很棒的是運動，運動量很大，流汗很好。我可以再加強的是每天喝完一壺水，要繼續努力。

↓ 再接再厲，加油！

運動紀錄



學生培養多元運動技能-全校上游泳課



定期量體重，了解體位變化

指標五：施行餐前五分鐘飲食教育

一、執行方式：

(一)利用午餐前播放影片，強化飲食教育觀念

(二)利用早自修時間，播放影片強化學生學習效能

(三)運用健康與體育，加強學生營養觀念

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：每週施行1次：3點

四、預期效益：

(一)學生了解均衡飲食的重要

(二)學生能熟悉營養對健康的重要

(三)學生樂於學習並將學習所得與家人分享

(四)學生能不挑食、也能攝取每日所需營養

五、實際成效：

一、班級每週播方三次餐前五分鐘影片

二、學生可以了解食物的營養價值，不偏食

六、學校申請點數：3

七、學校自評點數：5

八、佐證文件：[!\[\]\(c50c8b7b2cc2cf9ff925edec0ee94c0d_img.jpg\)](#)

九、指標五成果照片(4~6 張)



餐前播放影片



健康飲食課程



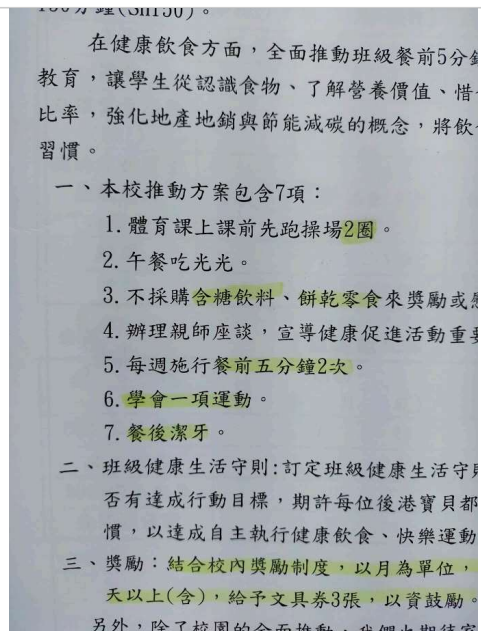
餐前播放飲食教育影片



動手操作，食物製作



學生減少吃零食，午餐就不會吃不下



健康護照標示飲食重點

指標六：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)本學年度推行游泳教學，上下學期各7次

(二)鼓勵全校學生參加，了解水域安全以及自救能力

(三)安排兩次水域安全講座

二、執行對象：全體師生

三、指標目標及點數：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：1點

四、預期效益：

(一)高年級學生都能完成水母漂30秒、打水前進20公尺

(二)畢業班至少5成能以自由式完成25公尺

(三)中年級學生能完成水母漂15秒

五、實際成效：

一、全校學生都參加游泳教學；高年級學生7成完成自救能力水母漂15秒

二、學生都敢下水，完成韻律呼吸

三、學生能熟悉水性，了解水域安全觀念

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標六成果照片(4~6 張)



韻律呼吸



低年級水母漂練習



高年級水母漂練習



中年級打水前進



低年級打水練習



低年級進行韻律呼吸與熟悉水性

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

- (一)結合班級與學校獎勵制度，推廣健康護照
- (二)利用班親會時間，鼓勵家長與孩童一起紀錄

二、執行對象：三至六年級參加

三、指標目標及點數：2/3班級數實施：3點

四、預期效益：

(一)學生能據以登錄自給的飲食習慣

(二)學生能因此提高喝開水量

(三)學生能養成餐後與睡前潔牙習慣

五、實際成效：

一、學生能記錄生活作息，並據以調整自己的作息，達到生活守則的約定事項

二、學生在紀錄護照後，潔牙次數與睡前潔牙比率顯著提昇。

三、學生登記每天飲水達2000毫公升以上者，達八成以上。

六、學校申請點數：3

七、學校自評點數：4

八、佐證文件：[!\[\]\(5361750c22c4e047a52f4eac1ec2d4cc_img.jpg\)](#)

九、指標七成果照片(4~6 張)



推廣自行車運動



課間慢跑



全校路跑活動



定期測量身高體重

健康生活守則行動紀錄表

請寫下跟健康生活守則，每天記錄是否達成，只要每天進步一點，就會越來越進步，一起加油吧！

日期	目標1 運動			目標2 衛生			目標3 營養		
	全部達成	部分達成	未達成	全部達成	部分達成	未達成	全部達成	部分達成	未達成
3月15日	✓			✓			✓		
3月17日	✓			✓			✓		
3月21日	✓			✓			✓		
3月23日	✓			✓			✓		
3月27日	✓			✓			✓		
3月29日	✓			✓			✓		
3月31日	✓			✓			✓		
4月2日	✓			✓			✓		
4月4日	✓			✓			✓		
4月6日	✓			✓			✓		
4月8日	✓			✓			✓		
4月10日	✓			✓			✓		
4月12日	✓			✓			✓		
4月14日	✓			✓			✓		
4月16日	✓			✓			✓		
4月18日	✓			✓			✓		
4月20日	✓			✓			✓		
4月22日	✓			✓			✓		
4月24日	✓			✓			✓		
4月26日	✓			✓			✓		
4月28日	✓			✓			✓		
4月30日	✓			✓			✓		
5月2日	✓			✓			✓		
5月4日	✓			✓			✓		
5月6日	✓			✓			✓		
5月8日	✓			✓			✓		
5月10日	✓			✓			✓		
5月12日	✓			✓			✓		
5月14日	✓			✓			✓		
5月16日	✓			✓			✓		
5月18日	✓			✓			✓		
5月20日	✓			✓			✓		
5月22日	✓			✓			✓		
5月24日	✓			✓			✓		
5月26日	✓			✓			✓		
5月28日	✓			✓			✓		
5月30日	✓			✓			✓		
5月31日	✓			✓			✓		

92!

健康護照撰寫

指標十：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費

一、執行方式：

(一)配合自然課，種植當季蔬菜；並已申請計畫通過在案

(二)配合健康與體育，學生認識蔬菜、了解營養價值；並能每天都將午餐吃光

(三)結合農會資源，辦理食農教育講座

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點

四、預期效益：

(一)學生能了解蔬菜的營養價值，不偏食。

(二)學生能完成蔬菜種植，並在指導下完成蔬菜採收與烹飪

(三)有效利用校園空地，加深學生課程與實務的結合

五、實際成效：

一、學生可以了解食物來源，珍惜食物。

二、學生完成蔬菜種植，並在師長指導下做成菜餚。

三、學生能親自動手，從頭種植蔬菜、了解食物得知不易

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標十成果照片(4~6 張)



學生種植蔬菜



學生定期照顧蔬菜成長，做成紀錄



自己動手製作食物，了解食物來之不易



結合農會資源，進行食農課程



與後港國中合作，進行在地食材認識與製作



學生動手操作，認識食物種植與過程

指標十一：施行飲食教育課程或活動

一、執行方式：

- (一)配合學校本位課程，辦理在地食材教學
- (二)指導學生認識食物來源，養成不偏食、不浪費的飲食習慣
- (三)製作虱目魚乾、了解牡蠣料理方式並動手料理

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：每月施行1次：2點

四、預期效益：

- (一)學生認識虱目魚的特性與營養價值，並學會吃魚技巧
- (二)學生能在課後，主動要求家人購買牡蠣產品
- (三)在指導下，完成魚乾製作並料理

五、實際成效：

一、學生可以說出食物的來源、對人體的營養價值。

二、學生午餐剩食率下降，能夠將蔬菜吃光光

三、學生透過食物製作體驗，了解食物來源，培養不浪費食物的習慣

四、學生認識食物要吃在地、吃當季的理由；並能落實到家庭生活

六、學校申請點數：2

七、學校自評點數：3

八、佐證文件：[!\[\]\(e3f8612927870f2e0f9f5989e6dd3064_img.jpg\)](#)

九、指標十一成果照片(4~6 張)



七股農會到校食農教育，認識食物來源



學生觀看餐前五分鐘影片



認識原型食物，了解食物製作過程。



認識在地食材，融入低碳飲食觀念



動手做自己吃，食物來源與食品安全

透過課程，指導學生認識食物來源

指標十二：午餐剩食率降低

一、執行方式：

(一)每週至少一次播放飲食教育影片

(二)執行自給農園計畫，了解食物來源

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：降低5~6.9%：3點

四、預期效益：

(一)學生能依據食量打菜並將食物吃光

(二)學生能了解食物的營養價值

(三)學生可以不偏食，也將校內所學與家人分享

五、實際成效：

一、餐筒零廚餘，小朋友每天都將蔬菜吃完

二、透過影片等多元媒體宣導，鼓勵學生多方攝取、不偏食

三、班級將零廚餘列入班級生活公約，並由老師督促學生達成零廚餘目標

六、學校申請點數：3

七、學校自評點數：4

八、佐證文件：

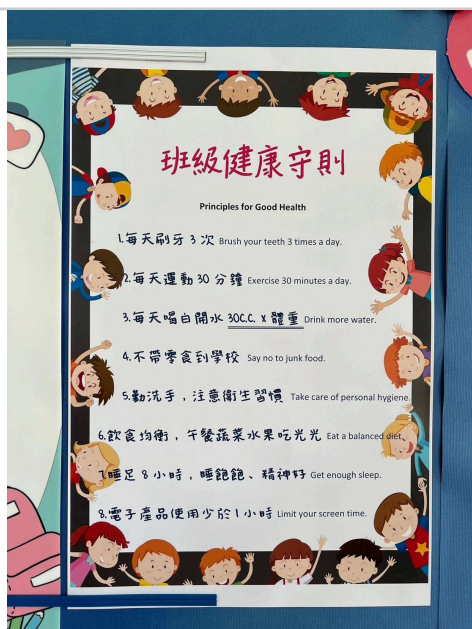
九、指標十二成果照片(4~6 張)



午餐搭配餐前五分鐘影片，提高營養知能



師長協物午餐打菜，降低學生偏食機會



班級生活守則，把菜吃光



訂定生活公約，不浪費食物



飲食教育課程：不偏食

全校金、銀獎累計學生人數

- 一、全校金獎累計學生人數：共 0人
- 二、全校銀獎累計學生人數：共 0人
- 三、獲獎名冊：

健康護照

- 一、學校健康護照：

112 學年度臺南市七股區後港國民小學
學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果總覽表

壹、年度指標				
項次	年度指標	目標數值	學校申請點數	期末達成率點數
一	體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率	通過率58%以上：5點	5	5
二	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報	執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2點	2	2
三	參加本市辦理任2項普及化運動比賽	參加2項比賽：4點	4	0
四	年度學生體位適中率提高	提高2%以上：5點	5	5
五	施行餐前五分鐘飲食教育	每週施行3次：5點	5	3
六	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報	辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：1點	1	1
七	推廣健康護照	全校實施：5點	5	1

項次	年度指標	目標數值	學校申請點數	期末達成率點數
十	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費	學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點	1	1
十一	申請體育署補助正式游泳課程經費	申請體育署補助正式游泳課程經費：1點	1	1
十二	施行飲食教育課程或活動	每月施行1次：2點	2	0

貳、畢業生個人健康行動獎勵人數統計

一	健康活力五優獎人數(完成5項健康行動者)	共0人
二	身體力行實踐獎人數(完成3~4項健康行動者)	共0人

參、健康護照

一	學校健康護照	
---	--------	--

112 學年度臺南市七股區後港國民小學

學校健康體適能與飲食教育行動計畫執行成果報告

指標一：體適能填報率達100%，提高體適能檢測通過率

一、執行方式：

(一)安排每天課間時間全校一起運動，全校進行體能活動：慢跑與跳繩

(二)體育課安排每月一次體適能檢測，強化學生通過率

(三)鼓勵學生假日安排戶外活動，減少使用電子產品時間；

(四)聯絡簿登錄假日運動時間，由家長簽名認證，每個月檢核一次，每個月（4週）累計假日運動時間達240分鐘以上者，給予點券兩張獎勵

二、執行對象：全校師生

三、指標目標及點數：通過率58%以上：5點

四、預期效益：

(一)每個學生都參加檢測，體適能填報率達100%

(二)學生檢測通過率達60%

(三)學生培養規律運動習慣、習得一項運動技能

(四)學生提昇運動能力，能夠覺察運動對身體健康的好處

五、實際成效：

一、體適能檢測比率：四五六六年級達100%；通過率60%

二、學生平時養成規律運動習慣

三、學生都能熟悉一種以上的運動技能

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：4

八、佐證文件：[!\[\]\(6a9b39b98eb945faa14c645ec99e4eaa_img.jpg\)](#)

九、指標一成果照片(4~6 張)



課間騎自行車



學生練習高爾夫



期末體育競賽



全校路跑



指標二：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)每天安排三次下課時間為共同運動時段，師生一起進行體能活動

(二)指導學生慢跑技能與運動傷害防護技巧

(三)每天課間時間，廣播請學生到戶外運動、提昇教室淨空率

(四)班級提供跳繩、球類等相關器材，鼓勵學生下課到戶外運動

二、執行對象：全校師生

三、指標目標及點數：執行學校 SH150計畫，並依執行狀況填報體育統計年報：2 點

四、預期效益：

(一)學生每天運動30分鐘以上比率達85%以上

(二)下課教室淨空率達92%以上

(三)學生體位維持適中比率人數在全校學生的65%以上

(四)學生假日可以運動30分鐘以上者，達全校人數的65%以上

五、實際成效：

一、學生每日都有運動30分鐘以上者，達90%

二、下課教室淨空率95%

三、每人至少學會一項運動，100%

六、學校申請點數：2

七、學校自評點數：2

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標二成果照片(4~6 張)



推廣校園自行車運動



設置球類運動器材，學生課間有多元運動項目可以選擇



下課時間，推動全校跑步



全校路跑，檢視課間運動成效



學生課間都會到戶外活動，教室淨空率達95%以上

指標三：參加本市辦理任2項普及化運動比賽

一、執行方式：

- (一)辦理校內運動社團，鼓勵學生參加。
- (二)體育教學多元化，加強跳繩及球類深度學習與技巧練習
- (三)鼓勵學生用課間時間與體育課，學習並熟練一項運動技能
- (四)參加市內跳繩及體操與三人棒球及田徑比賽、高爾夫比賽

二、執行對象：全體學生

三、指標目標及點數：參加2項比賽：4點

四、預期效益：

- (一)學生能學會至少一項運動技能；並養成規律運動習慣
- (二)學生能代表學校參加對外比賽，並將所學運動技能指導家人一同運動
- (三)學校能指導學生參加至少兩項普及化運動比賽

五、實際成效：

- 一、1參加112年(112學年度上學期)高爾夫協會小學推桿隊際賽全國第五名
- 二、113年1月16日台南市高爾夫運動擊準擊遠比賽:高男擊準第一名、高男擊遠第二名
- 三、學生願意嚐試不同的運動項目、積極參加校外比賽

六、學校申請點數：4

七、學校自評點數：4

八、佐證文件：[!\[\]\(95b425611cbd2b8716a140cf67c81822_img.jpg\)](#)

九、指標三成果照片(4~6 張)



113年1月全市擊準比賽：東山區斑
芝花球場



學生獲得多面獎牌、獎狀



參加112學年度上學期，在新竹舉
辦的全國賽



全國賽比賽過程



獲得113年台南市高爾夫推桿賽高
男第一名

指標四：年度學生體位適中率提高

一、執行方式：

(一)定期測量學生體位；健康中心建立學生體位名冊。定期追蹤。

(二)鼓勵學生課後運動，學會一項運動技能；安排全校統一運動時段，藉由群體力量，激勵學生運動強身

- (三)利用健康體育課，指導學生正確飲食觀念、規律飲食、降低含糖飲料攝取量。
- (四)護理師定期關懷體位不良學生，指導正確運動方式與飲食。體育老師指導學生規律運動與規劃運動計畫
- (五)每週兩次餐前五分鐘影片
- (六)利用班級群組，鼓勵家長利用時間與孩童一起運動
- (七)學生參加游泳課，學習游泳能力

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：提高2%以上：5點

四、預期效益：

- (一)學生體位適中率比去年適中率提高至少1%：目前由上一學年度之63%提昇至67%
- (二)學生養成正確的飲食習慣，不偏食
- (三)降低含糖飲料攝取次數至每週3次以下；學生每天喝滿1500cc白開水比率能達到80%以上
- (四)零食每週攝取次數能夠降低，目標是60%以上的學生可以每週只吃2次以下的零食

五、實際成效：

- 一、每週至少兩次觀看餐前五分鐘影片
- 二、在校期間，吃零食比例降至5%以下
- 三、每天喝白開水達1500cc比率達80%以上
- 四、家長都表達願意協助學校，鼓勵學生減少吃零食次數

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：5

八、佐證文件：

九、指標四成果照片(4~6 張)



學生課間都到戶外運動



利用班親會，向家長說明班級訂定之健康生活公約



與高年級家長討論，如何落實班級健康生活公約



提供學生安全飲用水



播放餐前五分鐘影片，指導學生正確飲食

指標五：施行餐前五分鐘飲食教育

一、執行方式：

- (一)利用午餐前播放影片，強化飲食教育觀念；每週3次
- (二)利用早自修時間，播放影片強化學生學習效能
- (三)運用健康與體育，加強學生營養觀念、覺察飲食與健康的關聯並決定養成正確飲食方式

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：每週施行3次：5點

四、預期效益：

(一)學生了解均衡飲食的重要

(二)學生能覺察營養對健康的重要

(三)學生樂於學習並將學習所得與家人分享

(四)學生能不挑食、可以均衡攝取各類食物；並將食物吃光光

五、實際成效：

一、全校均執行餐前五分鐘影片觀看

二、學生能說出均衡飲食的重要

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：5

八、佐證文件：[!\[\]\(d3102649f02e825ddb76dc3de0190154_img.jpg\)](#)

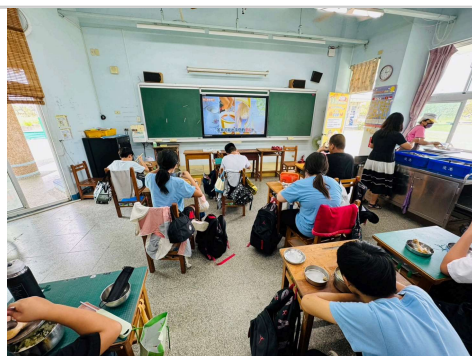
九、指標五成果照片(4~6 張)



一甲觀看餐前五分鐘影片



二甲觀看餐前五分鐘影片



六甲觀看餐前五分鐘



主題營養影片觀看

指標六：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報

一、執行方式：

(一)本學年度推行游泳教學，上下學期各7次；暑假推行5次加強班

(二)鼓勵全校學生參加，熟練水域安全觀念以及學習自救能力

(三)安排兩次水域安全講座、由游泳池教練負責宣講並實際操練

二、執行對象：學生與教師

三、指標目標及點數：辦理水域安全課程活動，並依執行狀況填報體育統計年報：
1點

四、預期效益：

(一)高年級學生都能完成水母漂30秒、打水前進20公尺

(二)畢業班至少7成能以自由式完成25公尺

(三)中年級學生能完成水母漂20秒、打水前進20公尺

(四)低年級學生都能漂浮前進10公尺、持浮板打水前進20公尺

五、實際成效：

一、全校進行游泳教學。參與率達85%

二、畢業班能進行水母漂達10秒以上，佔75%

三、實施游泳檢測人數為50人，通過2級以上者有30分。

四、定期宣導水域安全觀念、認識臺南市安全戲水場所

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：1

八、佐證文件：[!\[\]\(f60b7a900783ac3fd531bfd9c111be6d_img.jpg\)](#)

九、指標六成果照片(4~6 張)



水母漂<教練示範



使用長棍救援待救人員



學生練習水母漂



教練示範使用救生圈



轉業師資帶領教學

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

- (一)結合班級與學校獎勵制度，推廣健康護照
- (二)利用班親會時間，鼓勵家長與孩童一起紀錄
- (三)班級建立健康生活守則，並一起遵守、紀錄於健康護照

二、執行對象：1-6年級參加

三、指標目標及點數：全校實施：5點

四、預期效益：

- (一)學生能據以登錄自己的飲食習慣，並藉以檢視自己的生活習慣是否符合健康生活守則
- (二)學生飲水達1500毫公升比率，佔全校75%以上
- (三)學生餐後與睡前潔牙比率，達全校80%以上
- (四)學生每天運動30分鐘以上比率，佔全校75%以上

五、實際成效：

- 一、全校實施健康護照，每班設定生活技能
- 二、學生能將健康生活登錄在健康護照上
- 三、學生依據各項生活技能、設定達成目標

六、學校申請點數：5

七、學校自評點數：5

八、佐證文件：

九、指標七成果照片(4~6 張)



宣導健康護照實施方式



班級制定公約過程



每日潔牙，登錄在健康護照



指導學生健康護照的實施

指標十：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費

一、執行方式：

- (一)配合自然課，種植當季蔬菜；並已申請計畫通過在案
- (二)配合健康與體育，學生認識蔬菜、了解營養價值；並能每天都將午餐吃光
- (三)結合農會推廣股資源與經費，辦理食農教育講座與實做課程；
- (四)安排業師進校，指導學生製作低碳飲食餐點

二、執行對象：師生

三、指標目標及點數：學校建置自給農園並向本局提報計畫申請相關經費：1點

四、預期效益：

- (一)學生能了解蔬菜的營養價值，每天都能達成至少3種以上蔬菜攝取。
- (二)學生能完成蔬菜種植，並在指導下完成蔬菜採收與烹飪
- (三)有效利用校園空地，加深學生課程與實務的結合
- (四)藉由農會與業師課程，活化、深化學生生活經驗與生活技能

五、實際成效：

- 一、學生完成作物栽培與種植，了解食物營養價值
- 二、學生可以了解食物價值、不偏食
- 三、校園閒置空地有效利用，拓展學生學習機會與生活經驗

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：1

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標十成果照片(4~6 張)



鼓勵學生採購在地農產，減少碳足跡



認識食物來源與食用方式



認識傳統食材的創新吃法、認識傳統產業的養殖過程



認識傳統產業保存食物的方式



種植作物

指標十一：申請體育署補助正式游泳課程經費

一、執行方式：

(一)112年以申請全年度游泳教學經費，學生至佳里區緣內多游泳池學習

(二)全校1-6年級都參加游泳教學課程，由專業教練指導

(三)學生依能力分成4組進行教學，每週一次，每學期7次。

(四)每學期一次游泳檢測，2級以上者佔參與檢測人數之60%以上。

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：申請體育署補助正式游泳課程經費：1點

四、預期效益：

(一)畢業班學生能以任一式游完25公尺。

(二)畢業班學生達成五級檢測者，佔畢業班人數5成以上

(三)中年級學生能以自由式完成15公尺、持浮板狀態下，以自由式前進25公尺

(四)低年級能以浮板前進20公尺

五、實際成效：

一、學生參加游泳教學比率達95%

二、每學期水域安全宣導至少2次以上

三、畢業班檢測3及以上者，佔5成

六、學校申請點數：1

七、學校自評點數：1

八、佐證文件：[!\[\]\(4f6bf54ae7e4144a72d78316053e412d_img.jpg\)](#)

九、指標十一成果照片(4~6 張)



求生技能



游泳教學



平時宣導



教師朝會安全意識宣導



全校實施游泳教學

指標十二：施行飲食教育課程或活動

一、執行方式：

- (一)配合學校本位課程，辦理在地食材教學
- (二)指導學生認識虱目魚與文蛤與牡蠣、了解營養價值與食用方法
- (三)製作虱目魚料理、文蛤與牡蠣料理方式並動手料理
- (四)培養正確飲食觀念、學生可以在指導下動手完成一項了裡

二、執行對象：學生

三、指標目標及點數：每月施行1次：2點

四、預期效益：

- (一)學生認識虱目魚的特性與營養價值，並學會吃魚技巧
- (二)學生能在課後，主動要求家人購買牡蠣產品
- (三)在指導下，完成料理

五、實際成效：

- 一、學生了解食物影仰價值
- 二、每週至少兩次觀看餐前五分鐘

六、學校申請點數：2

七、學校自評點數：2

八、佐證文件：[↓](#)

九、指標十二成果照片(4~6 張)



一甲觀看影片	六甲觀看餐前五分鐘
	 認識乳製品
 利用班親會向家長宣導	
全校金、銀獎累計學生人數	
一、全校金獎累計學生人數：共 0人 二、全校銀獎累計學生人數：共 0人 三、獲獎名冊：	
健康護照	
一、學校健康護照：	

臺南市七股區後港國小

辦理113年度教育部體育署補助學生游泳課程及體驗活動

一、教學活動內容：

1. 低年級：游泳基本動作、熟悉水性、水中換氣、水母漂、韻律呼吸
2. 中年級：韻律呼吸、打水前進、自由式與仰式教學、換氣、水母漂
3. 高年級：四式泳姿教學與技能精進教學
4. 水中安全與自救課程：低年級：浮具漂浮、水母漂。中年級：水母漂、仰漂；高年級：水母漂、仰漂及抽筋自救。期望學生能夠學習自救能力，培養水域安全意識。
5. 本校全校一起參與游泳課程，推動水上安全教育。高年級另指導心肺復甦術，加強自救救人能力。推動游泳與自救能力教學及五級檢測：（如水母漂、仰漂等），並教授正確救溺方法（救溺五步、防溺水十招）和簡易陸上救援演練。

二、教學活動課程：

1. 上課時間表：每週三上午08：30～09：30，每學期實施7次游泳教學。

次數	1	2	3	4	5	6
日期	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29
次數	7	8	9	10	11	12
日期	6/12	9/4	9/11	9/18	9/25	10/2
次數	13	14				
日期	10/9	10/16				

2. 上課課程表

週數	預定課程內容	預定課程進度(每週1節課)
第1次	適應水性	水中安全宣導、高年級 <u>水中抽筋自救</u> 、水中安全、水中自救及救人指導、低年級水中行走及跳躍、閉氣練習韻律呼吸、中年級蹬地及蹬牆漂浮、水中站立
第2次	腳打水要領	中年級：俯臥打水、肘撐起打水、蹬牆打水10公尺 低年級：坐姿打水、腳蹬牆打水5公尺 高年級：蛙式打水技巧握浮板打水、徒手打水、
第3次	打水與換氣	低年級：坐姿打水、水母漂、原地蹬腿前進5公尺 中年級：浮板打水前進15公尺、水母漂、仰漂 練習單手扶板換氣前進

		高年級：蛙式前進10公尺、自由式不換氣10公尺 自由式換氣前進25公尺
第4次	划手要領	低年級：水母漂、蹬腿前進5公尺、原地划手及划手前進 中年級：原地及行進划手、一次划手6次打水連續6次以上 高年級：蛙式前進15公尺、仰式前進25公尺、水母漂
第5次	划手與換氣	低年級：水母漂、划手前進、蹬腿前進10公尺 中年級：原地單臂划手換氣、原地前交叉划手換氣連續動作 浮板打水前進20公尺 高年級：四式混合練習
第6次	連續動作加強	自救能力複習、游泳技能練習 高年級仰漂練習、游泳及自救能力測驗
第7次	連續動作加強	游泳及自救能力測驗 目標：高年級通過5級游泳及自救能力檢測 中年級以下，通過2級以上能力檢測

3.推動游泳教學工作小組

成立提升學生游泳能力工作小組，並列出工作進度：

職稱	職務	姓名	負責工作	工作進度
召集人	校長	方婉真	綜理游泳教學 相關事宜	學年度開始即召開提升游泳能力工作小組
副召集人	教導主任	黃惠雯	擬定游泳教學 計畫與執行	學年度開始擬定計畫，體驗營結束後製作成果
執行秘書	總務主任	吳宇中	協調各項推動 游泳教學工作	協助車輛租用
委員	一年級老師	陳美玲	協助游泳 教學推動	游泳教學進行期間協助課程及學生秩序管理

委員	六年級老師	郭蔚文	協助游泳 教學推動	游泳教學進行期間協助課 程及學生秩序管理
----	-------	-----	--------------	-------------------------

學務組，承辦本項游泳教學業務：

1. 與合格立案游泳池進行合作，並事先勘查活動地點。
2. 游泳教學課程由具有 C 級以上合格教練證之教練及救生員、具有合格體育課程授課教師協助負責教學，並由級任老師及一位行政人員隨行協助秩序管理。
3. 第一堂課程即進行水中安全宣導、水中抽筋自救、水中安全、水中自救及救人指導，期能提升學生游泳自救能力。
4. 不能下水的學生亦隨行上課，由行政人員協助管理。

急救措施

1. 輕微外傷：救生員將傷者帶至值班人員處，立即給予簡易敷藥包紮程序。
2. 撞傷、割傷：若有血流不止情形，請先進行止血，敷藥包紮後，同時聯絡家長，送至最近醫療院所進行後續醫療，並開立診斷證書與收據後，送交學校行政人員並聯絡保險業務承辦人員，辦理保險理賠事宜。
佳里奇美醫院、麻豆新樓醫院皆有急診治療。
3. 其它意外事故處理：如：中暑、休克、不明狀況昏倒、癲癇發作等，視傷患狀況採取急救事宜，並立即通知相關師長或家屬。
4. 溺水：
 - (1) 救生員除立即做急救動作外，並由值班人員聯絡救護車。
 - (2) 將傷患移至蔭涼通風處(脊椎須先固定)，將傷者身體擦乾保，並疏散圍觀人群。
 - (3) 救生員確實對溺者做傷勢評估，再循 CPR(心肺復甦術)標準規定，做急救步驟。
 不論溺者是否甦醒，皆需送醫院治療觀察，並由游泳池與行政人員陪同，掌握傷患之即時狀況。

承辦人核章

教師兼學務組長 鄭啟甫

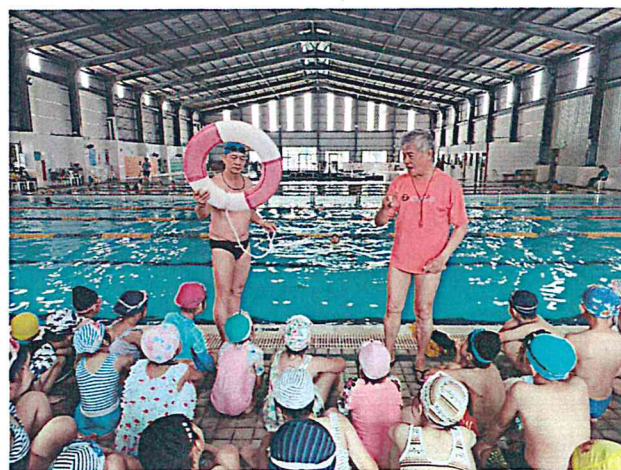
機關首長核章：

臺南市七股區後港國民小學校長 方婉真

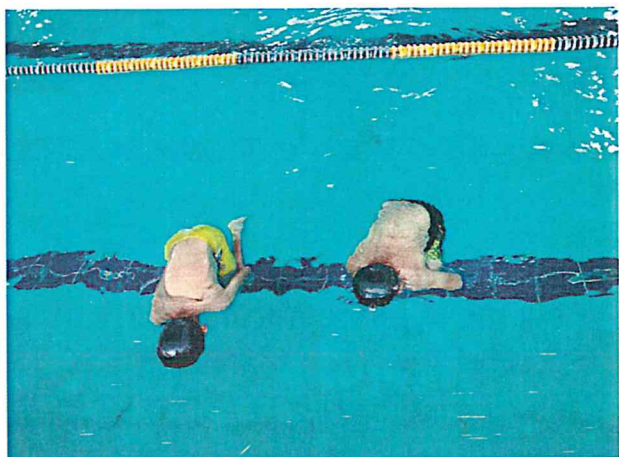
臺南市七股區後港國小
辦理教育部體育署補助113年度學生游泳課程及體驗活動成果照片



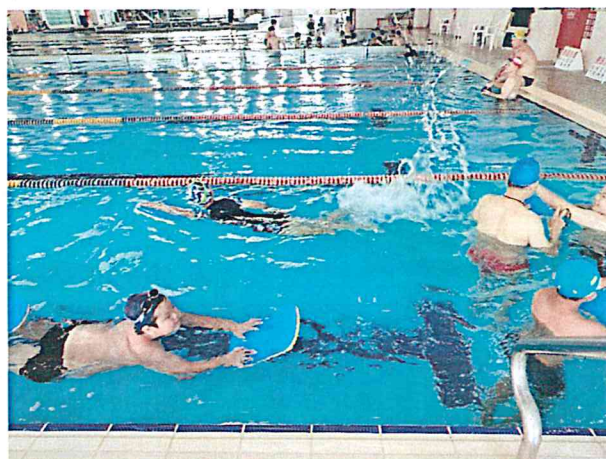
游泳技能指導



水母漂



低年級熟悉水性課程



打水練習



韻律呼吸集水母漂動作指導



韻律呼吸、打水前進

臺南市七股區後港國小

辦理教育部體育署補助113年度學生游泳課程及體驗活動成果照片



游泳檢測



檢測前練習



課前熱身



使用浮板練習踢腳打水



自救能力練習與檢測



游泳教學前熱身活動

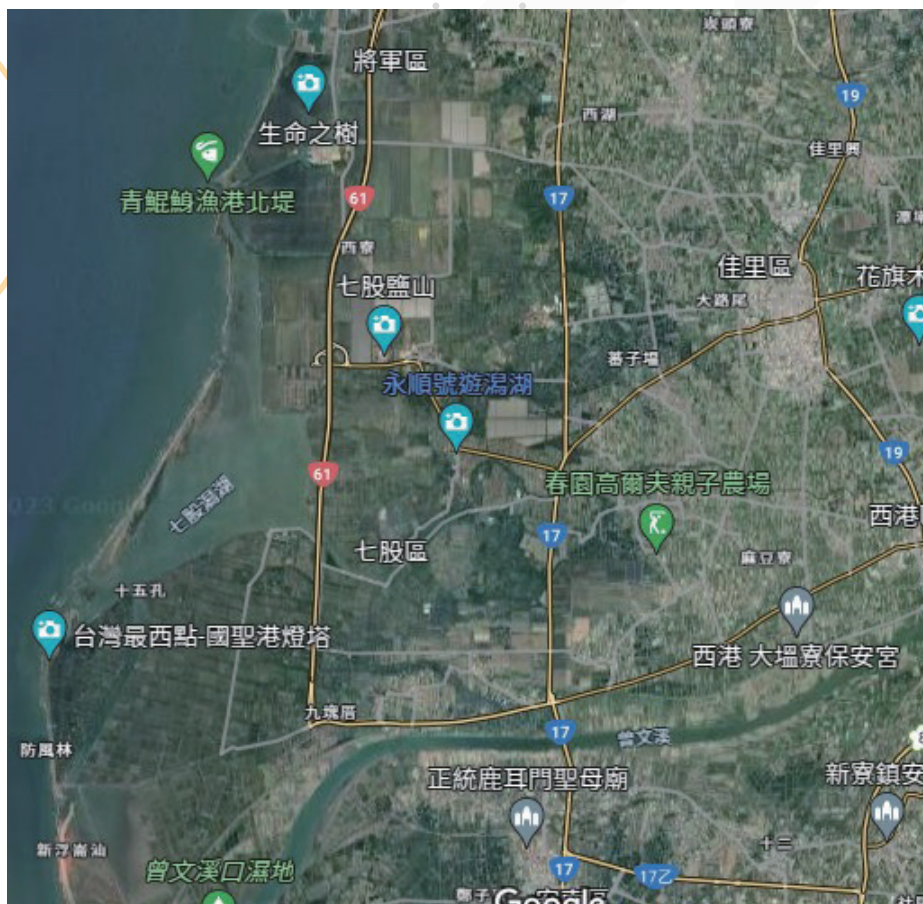


在七股長大讀書的小孩，怎麼能不認識七股呢？我們先來認識一下自己的地方吧！

1. 請在地圖上用圈圈，圈出自己家的位置、再用框框，框出學校的位置。



後港國小
在哪裡？
箭頭指出來



我的家？
在這裡，
箭頭指出來

2. 從七股古地名，就能知道在地人文特色：可能是地景、房子數量、地理方位等。例如：學校所在的大潭里，以前就是一個很大的水潭；從海邊看過來，頂山是一座浮在海上的小島，所以叫「山仔」。大潭旁邊叫做「五棟寮」，知道為什麼嗎？

那麼，今天來溪南村，為什麼叫「溪南」呢？小小的提示，請看看四周最大的目標是什麼？所以，就是因為（_____）所以叫溪南。

4. 現在來一個挑戰題：你知道自己的村落，取名來源是什麼嗎？順便學學台語，地名的台語叫做「地號名」。現在來回答囉：我的村落叫「_____」，取名來源是：



第二章：魚鄉生態～植物篇之採集與觀察

※ 濱海地区的植物，通常練就一身好功夫，耐鹽、耐曬又耐風。就讓我們來看一看，這些海邊的植物，究竟練就了怎麼樣的好本領，才能住在又熱、又旱、又鹹的七股。

1. 第一招，擁有防曬係數 SPF 100 的葉子：黃槿

1-1 先來個小小的連連看，你知道這些葉子是哪種植物嗎？



芭樂

黃槿

桂花

檸檬

恭喜你，完成小小的挑戰。接下來，我們要往更困難的挑戰出發囉！

1-2 Find and Cut；剪一片黃槿、其餘三種植物選一種，也剪一片葉子，貼在下面格子裡。

黃槿葉片

某葉片



第二章：魚鄉生態～植物篇之耐曬絕招

1-3 為什麼黃槿拿麼厲害，可以擁有號稱防曬係數 SPF 100 的葉子？

先來認識如何比較兩片葉子的差別吧！

以榕樹葉來說，他的形狀像橢圓形也

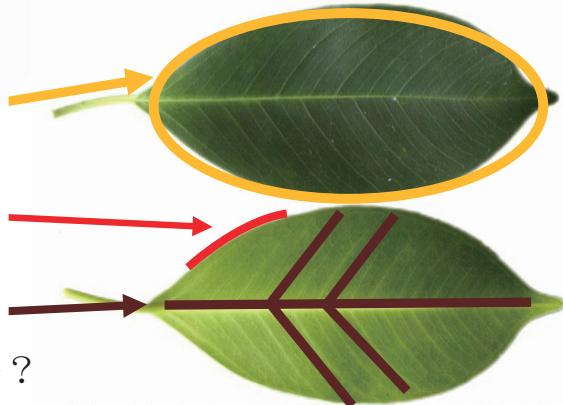
像雞蛋；葉子的邊緣是光滑完整的

葉脈是中間一個下凹肋骨、往兩側延伸

再來，摸摸看：光滑的嗎？有光澤感嗎？

有沒有細毛或小尖刺？是厚厚的、還是

薄薄的？有沒有味道？香的、臭的？



1-4 回到 1-2，現在來回答兩種葉子的差別吧。這次要請你用筆畫下來喔！

首先：仔細的看、拿放大鏡看、拿在陽光下看、揉一揉或摸一摸葉子。

接著，請你將黃槿葉和你選的葉子，從形狀、到葉緣、到葉脈、到葉柄，畫下來、是畫下來喔，不要用描的。來，畫完後，回答下面的問題喔！

1-4-1 黃槿的葉子，看起來像什麼形狀呢？（_____）

1-4-2 另一片葉子，葉子表面摸起來的觸感是什麼？（_____）

1-4-3 揉一揉葉子。有沒有什麼味道？有的話，像什麼？（_____）

1-4-4 觀察完葉子之後，你猜得出來，為什麼黃槿不怕曬太陽了嗎？

黃槿

你選的某種葉子



第二章：魚鄉生態～植物篇之植物耐旱大絕招

2. 第二招，我把葉子變長、變細、變粗糙，超鎖水、高保溼。木麻黃（針狀葉）

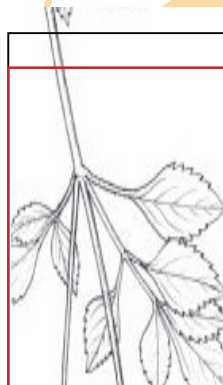
2-1 木麻黃有葉子嗎？讓你抱怨整天，掉滿地、很難掃的，就是木麻黃葉子喔！

2-2 怎麼知道木麻黃葉子保溼效果超好、鎖水功能超強？難道，它也擦了SK-II？

我們來做做實驗吧！

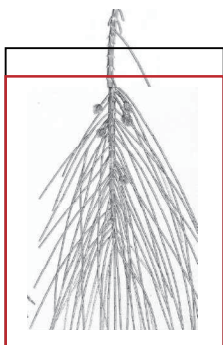


選取一段木麻黃葉和兩三片咸豐草葉，再將葉子裝進夾鍊袋裡面。袋口封緊。每節下課定期觀察，第幾次看，才會發現變化呢？比較兩個夾鍊袋的外觀。到底是什麼樣的變化？

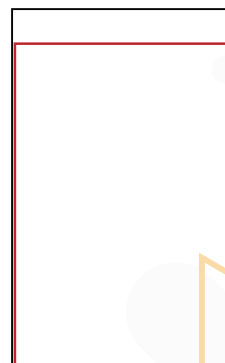


2-3 實驗不能只做一次，我們來做不同葉子的實驗，才能知道2-2的實驗到底發生什麼事？也才能知道2-2所發生的事情是普遍的、可以驗證的。

所以，一邊一樣是木麻黃（請挑另一段吧），一邊找另一種葉子（要能裝進夾鍊袋喔，血桐就不行喔）



選取另一段木麻黃葉和_____葉，再次將葉子裝進夾鍊袋裡面。袋口封緊。每節下課定期觀察，第幾次看，才會發現變化呢？要拿新的兩個夾鍊袋喔！到底是什麼樣的變化？



2-4 剛剛有說，實驗不能只做一次，這次要換個方式做。準備三個夾鍊袋。這次要把木麻黃、咸豐草和另一種你找的葉子，剪一段下來（葉子的部份），裝進夾鍊袋裡，封緊袋口。袋子放在陰影處的椅子上（如果要加快速度，就放陽光下）一樣觀察幾次，把結果寫下來也畫下來。（葉子變怎樣、袋子變怎樣）

木麻黃	咸豐草	(_____) 葉
葉子：看起來	葉子：看起來	葉子：看起來
摸起來	摸起來	摸起來
夾鍊袋：裡面好像…	夾鍊袋：裡面好像…	夾鍊袋：裡面好像…
有摸到…	有摸到…	有摸到…



第二章：魚鄉生態～植物篇之天生毋驚吃重鹹

3. 第三招，葉子構造超神奇，人有汗腺，我有鹽腺

3-1 「沿線」，不是這個沿線，是「鹽腺」。又是我，黃槿，我住海邊，我的葉子除了防曬係數超厲害之外，還可以把體內多餘的鹽排出去喔！這樣，我的生長空間就比其他植物還要多更多。

都到海邊了，我們來看看海邊的黃槿和學校的黃槿，葉子有沒有不一樣？

☆請用剪刀剪，不要用拔的。★剪刀很利，請小心操作！

海邊黃槿

學校黃槿

我們先來比較看看，兩個地方的黃槿葉子，有沒有差異？如何比較？請參考 1-4。

有差異嗎？出現在哪裡？除了葉子外，海邊黃槿和學校黃槿，外形上一樣嗎？

海邊黃槿，葉子的那一面出現鹽的結晶顆粒？結晶顆粒長相如何？

海邊黃槿的外形

學校黃槿



第二章：魚鄉生態～植物篇之天生毋驚吃重鹹

3. 第三招，葉子構造超神奇，人有汗腺，我有鹽腺

3-2 鹽腺可以排鹽，但，剪一段枝條泡海水呢，泡高濃度鹽水呢？能順利排鹽嗎？

從黃槿與芭樂樹上，各剪三段（含枝條與三片葉子），再準備 6 個瓶子。分別裝入自來水、4 度海水、飽和濃度鹽水，各兩瓶、各 200 毫公升。再將黃槿和芭樂枝條放入瓶中。仔細觀察。（枝條需浸入水中至少五公分）

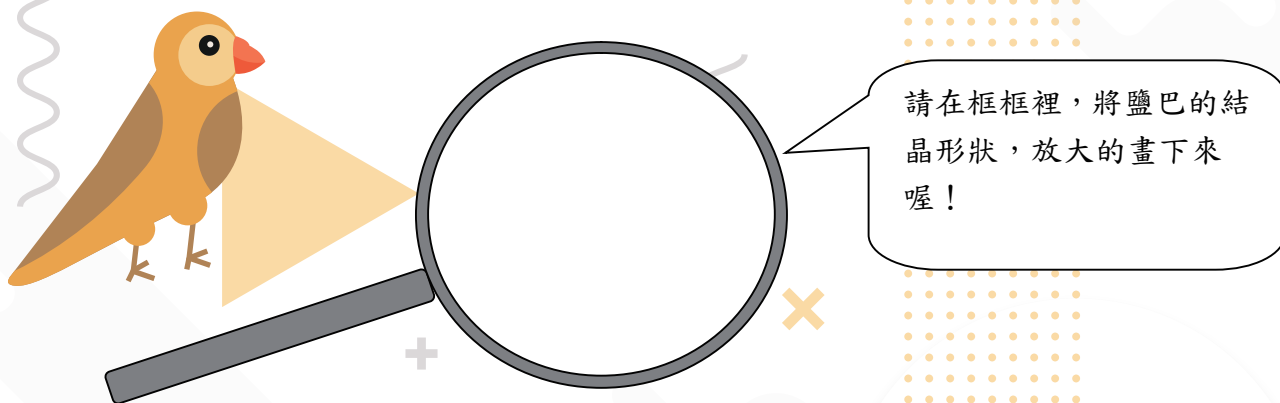
時間	學校黃槿			芭樂葉		
	自來水	海水	鹽水	自來水	海水	鹽水
1 小時				不變	無法支撐葉形	可以支撐葉形
6 小時						
24 小時						

3-3 尋找鹽腺超強選手：海茄苳。紅樹林天團一員，頂山鹽灘最棒的鳥類棲息地！

我們來看一看吧！鹽腺到底是如何把鹽巴逼出來！

從 2-2 的實驗，我們已經知道葉子會從葉子的（ ）面將水分排出來。所以，鹽的結晶也會在葉子的（ ）面找到喔！

放大鏡來觀察：



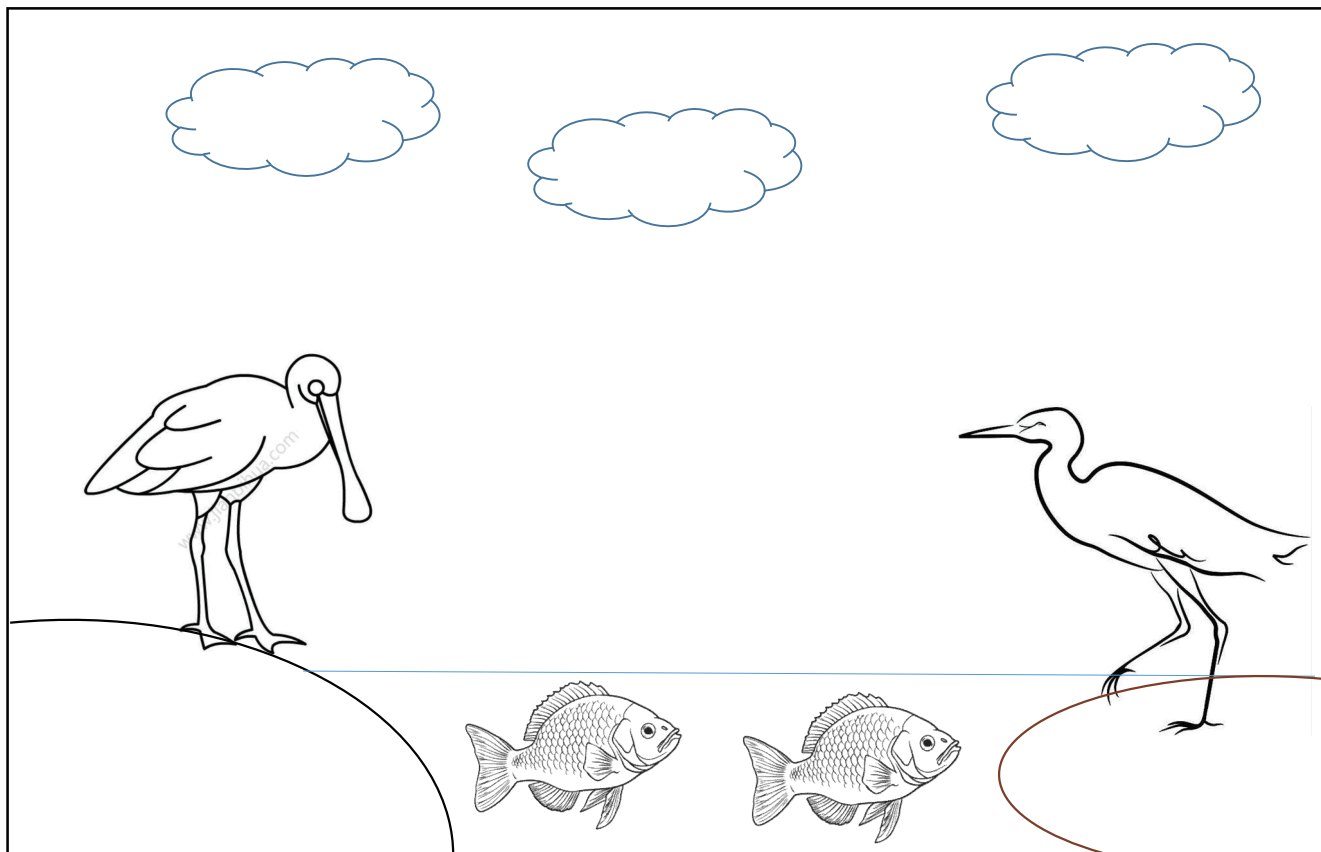
千萬、千萬、千～萬，不能舔舔看喔！



第三章：魚鄉生態～動物篇－適應環境的強者

※ 你知道為什麼海邊的鳥，通常都沒什麼鮮艷的顏色嗎？你有注意過海鳥的顏色通常都只有黑白兩色嗎？特別是站在岸邊或立在水中捕魚吃的鳥，腹部一般都是白的；背部不是白的、就是深色的（黑或藍、或深灰）。

3-1 我們先來畫個圖，你就知道為什麼了。請先幫下圖依照應有的樣子塗色。



3-2 鳥的腹部，在魚的眼睛看起來，會跟（_____）一樣。魚就不容易發現鳥的存在。魚也很厲害，魚的背部通常看起來顏色多半是（_____）色，對鳥來說，就跟水底顏色一樣，鳥就不容易發現魚的存在。

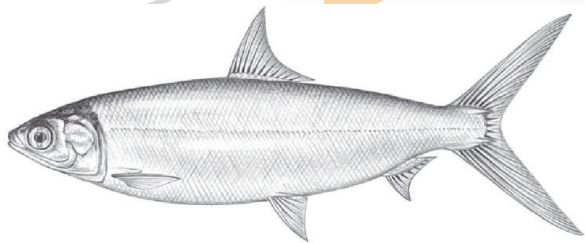
3-3 難道，鳥的功夫就只有這樣，當然不是，除了體色變化之外，鳥類還有適應環境的嘴喙，讓他們吃到棲息地的食物。那麼小白鷺鷥的嘴，是怎麼樣吃到水裡的魚呢？你有辦法模仿嗎？你能幫忙畫下來嗎？



第四章：魚鄉生態～動物篇 - 披著閃光的銀鱗刺客

※ 這是啥咪魚？唷，這是虱目魚！

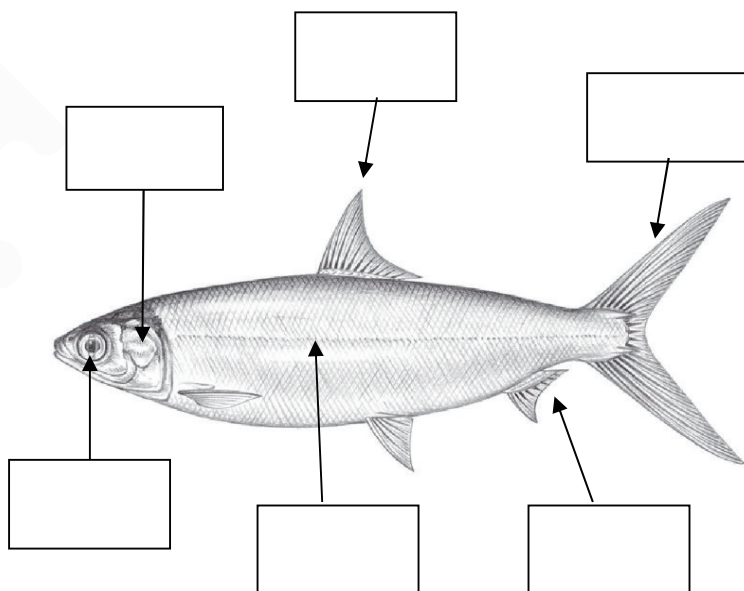
虱目魚又叫牛奶魚 milk fish！



認識一下，虱目魚。台南主要養殖在濱海地區。鹹水的好吃、淺坪式養殖的更好吃。你吃過虱目魚嗎？你知道虱目魚可以從頭吃到尾嗎？

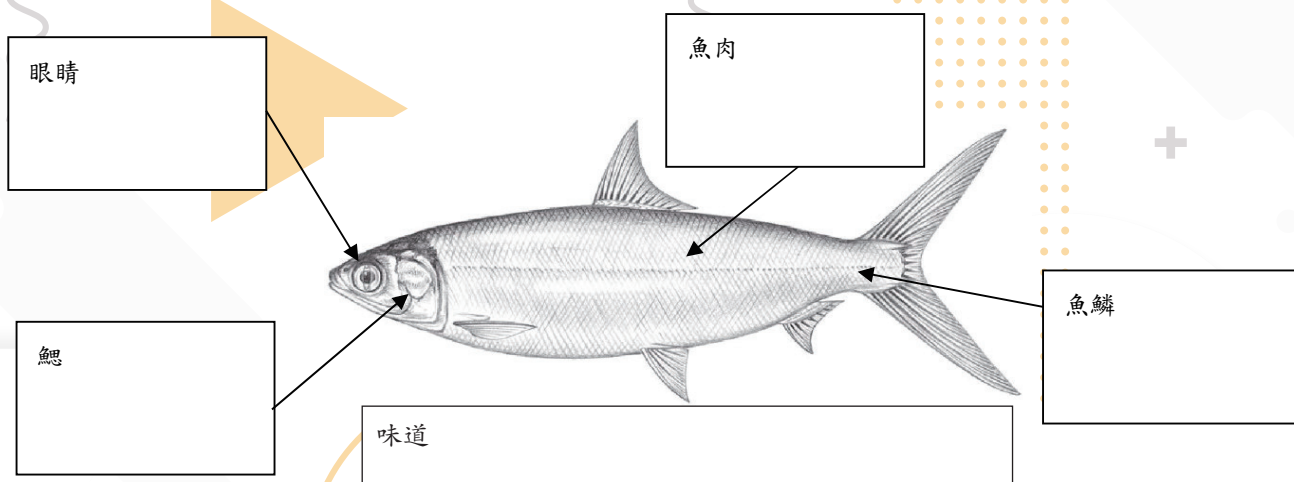
4-1 先來品嚐一下，從吃認識食材，最棒了！魚丸、炸魚柳、還有限定的魚腸！

4-2 來認識一下虱目魚吧！寫出虱目魚的各個身體構造！



虱目魚身上，通通都可以用喔！
可以滷魚頭、煎魚肚、煎魚腸、炸魚背脊、炸魚柳；鱗片可以炸也可以做膠原蛋白。

4-3 虱目魚只要一上岸，新鮮度就會開始流失，所以，新鮮好吃的虱目魚大部分都在台南、高雄；那麼，去菜市場，你知道怎麼幫家人挑選新鮮的虱目魚嗎？老師指出來的地方都是挑選重點，你知道是什麼嗎？寫下來喔！





感謝

七股區農會 襄助教育資源

七股區溪南休閒農業園區 支援教學

七股區農會推廣股 王欣怡小姐引薦資源

七股區後港國小 方婉真校長 推動食農教育

七股區後港國小 黃惠雯主任 統籌安排食農課程

七股區後港國小 全體親師生 共同打造健康促進校園

這是我的心得文，請小朋友在下面，寫下你對於這次到溪南休閒農業園區進行戶外教育、食農教育的心得。特別是，你在參訪之前，已經努力的上了這麼多節課！你一定很有心得的喔！可以寫、更歡迎你畫！

學習單編撰：後港國小學務組
計畫 統籌：後港國小教導處

承辦單位：七股區農會推廣股
指導單位：七股區農會



臺南市七股區後港國小

112 學年度食農教育之溪南魚鄉篇







今日新聞
NOWnews

即時

要聞

專題

娛樂

運動

全球

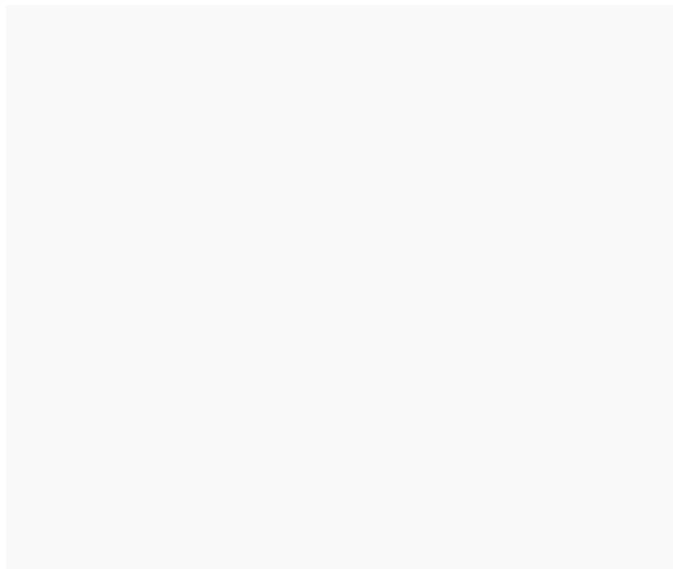
財經

房產

生活

新聞

影



NOWnews 今日新聞 › 地方 › 在地大小事



到高雄參加Coldplay演唱會別開車！交通措施看過來

秋高氣爽好天氣！低碳輕旅行探索雲嘉南濱海風光





▲七股區後港國小師生騎著單車參與七股遊客中心所推動的低碳輕旅行活動（圖／雲嘉南管理處提供）



小 中 大

記者張振興/台南報導

📅 2023-11-10 16:24:16

台南市七股區後港國小校長方婉真今(10)日帶領師生騎著單車，前往頂山賞鳥亭觀賞黑面琵鷺等水鳥、七股鹽山導覽台灣鹽業檔案特展等，並深入西寮社區欣賞宗教廟宇之美，走進青鯤鯓參觀火燒蝦等特有漁村文化。





七股區後港國小師生在校長方婉真帶領下騎著單車，參與七股遊客中心所推動的低碳輕旅行活動，並邀請在頂山long stay的加拿大教授Prof. Scott Simon一同參與，前往頂山賞鳥亭觀賞黑面琵鷺等水鳥、七股遊客中心認識在地風情、七股鹽山導覽台灣鹽業檔案特展等，並深入頂山、中寮、西寮社區欣賞宗教廟宇之美，走進青鯤鯓參觀曬烏魚子、魚嶺、火燒蝦等特有漁村文化，最終來到扇形鹽田生命之樹合影留念。

雲嘉南濱海國家風景區管理處處長許宗民邀請大家一起來趟低碳七股鹽田輕旅行，以搭乘大眾交通工具與單車的方式，走踏七股鹽田國家級重要濕地的生態與人文風采；後港國小六年級陳同學說，這趟十來公里的輕旅行，一邊聽著導覽解說，一邊瞭解自己家鄉豐富的文化，竟然不知不覺就完成了，還意猶未竟，以後也想帶家人與朋友一





▲ 低碳輕旅行活動在頂山賞鳥亭觀賞黑面琵鷺等水鳥（圖 / 雲嘉南管理處提供）

台灣黑面琵鷺保育學會理事長洪玉華說，七股鹽田重要濕地目前由六個NGO團體組成七股將軍鹽田復育聯盟向國有財產署認養，推動濕地之明智利用等功能，11月初在頂山賞鳥亭已經觀測到近700隻黑面琵鷺，加上其他珍稀候鳥如流蘇鶇、紅腹濱鶇、黑尾鶇等，看似七股鹽田重要濕地，其實已經一片生機騰騰，在和煦秋陽的照拂加持下，也歡迎大家前來體驗。



▶ 台灣印度洽談移工協議！最快年底前簽署 開放10萬印度人來台工作

- ▶ 陳亭妃揪大人囝仔1111作伙來迺迺 挺台灣魯麵正式亮相
- ▶ 市定古蹟佳里興震興宮建廟300百年平安遶境
- ▶ 商務筆電只要2萬初！輕薄好攜、180度攤平螢幕無極限
- ▶ 女大學生「存款8位數」研究股票1年存款嚇哭閨蜜！
- ▶ 聰明的台北大學生已經靠AI賺到第一桶金

關鍵字

七股鹽田

雲嘉南濱海國家風景區管理處

低碳輕旅行

黑面琵鷺



美國原裝進口【Architec】
樂高風竹木砧板(小)-復古...



【AS電玩】良值 PC / NS 手把 /
Switch 通用款 無線手把 ...



【IREGA】輕量型超薄大開口活動板手-12英吋 一種...



【GAME休閒館】MEDICOS 超像可動

探索新聞



李善均吸毒還包養酒店女！29歲小三走毀滅路線「抖出GD也吸毒」





58歲仍為全球燈塔



陳幸妤台中七期豪宅賣不掉！狠砍2000萬 回10年前9800萬開價求售



全家今起美式買1送1！「9元熱拿鐵」還剩3天 7-11重陽節咖啡67折

讚 0 分享

0則留言

排序依據 最新



新增回應.....



Facebook 留言外掛程式



網友看什麼



微星1111購物狂潮來襲！熱銷明星筆電現省萬元再享獨家好禮



他「砸150萬日幣」買NVIDIA股票！9年瘋狂飆漲80倍 脫手金額曝光



寶寶學習走得穩跑得快 需要S-26加速統合學習力

PR (惠氏S-26學習力專家)



3歲前決定了寶寶80%的學習發展：串聯學習是關鍵

PR (惠氏S-26學習力專家)



海膽控敲碗成功！壽司郎「3款海膽料理」40元起 雙1...



別亂碰當沖！他3年負債600萬 賠上20年人生畢業文...

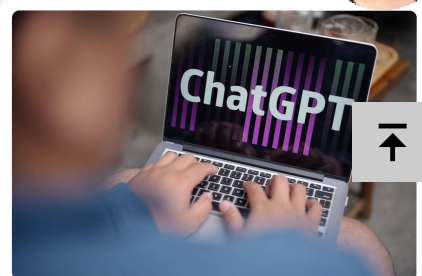


李善均吸毒還包養酒店女！29歲小三走毀滅路線「抖出GD也吸毒」



寶寶的學習是一關串聯一關，S-26串聯學習學得快

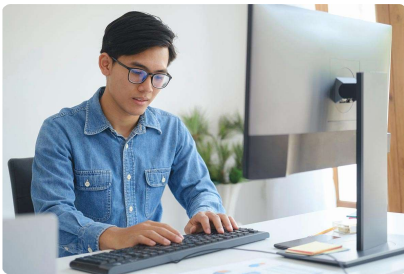
PR (惠氏S-26學習力專家)



今起喝21天

濕地跌落神壇

PR (TraderAssist)



大四學生靠AI「破解」美股，每天傻坐看它自動賺錢

PR (TraderAssist)



一堆人洗衣精憑感覺倒！達人親揭「最佳用量」再...



雙11電信優惠2023！中華電信、台灣大哥大一次看 ...



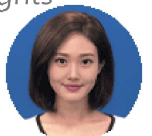
白嘉莉燒千萬住飯店！林靖恩賣李坤城房產獲利千萬搬進高檔酒店



ChatGPT除了聊天還能幹嘛？他用AI實測投資美股穩賺已兩年

PR (TraderAssist)

Recommended by  popln





4-2-1 多元管道進行學校行銷

臉書發文、新聞見報

目次索引

分頁	內容說明	頁碼
歷年計畫	發文內容與新聞檔案	1
執行成果	成果照片	
考核省思		





即時 影音 評論 政治 高雄 全國 ▾ 娛樂 精選 ▾ 電競 ▾ 消費 旅行 ▾ 健康 房產財經

首頁 > 搜尋結果 > TOYOTA台南後港國小交安宣導 騎車安全有保障

TOYOTA台南後港國小交安宣導 騎車安全有保障

2021.12.14 20:07 | 記者李榮茂台南市報導 |



圖：TOYOTA南都汽車公司到台南市七股區後港國小舉辦「為愛騎行」交通安全宣導暨自行車考照活動，學生透過交通宣導與駕照考驗活動，更加

理解交通安全觀念、在日常生活中落實交通安全行動。(記者李榮茂攝)

TOYOTA南都汽車公司十四日到台南市七股區後港國小舉辦「為愛騎行」交通安全宣導暨自行車考照活動，並規劃在校內建造模擬考照場地，希望透過交通宣導與駕照考驗活動，讓學生更加理解交通安全觀念、在日常生活中落實交通安全行動。也希望學生回家後，能將安全觀念分享家人，一起打造安全城市。

後港國小校長方婉真表示，該校推動交通安全與健康促進宣導，今年獲得臺南市教育局小型校務發展計畫經費採購腳踏車，老師利用課間時間指導學生腳踏車安全觀念與騎乘技巧，謝智麗老師認為學會騎腳踏車除鍛鍊體魄、培養規律運動習慣，更能從中訓練學生危機判斷與應對能力。因此引介TOYOTA南都汽車公司到校，期望藉由豐富多元的資源與不同的學習刺激，讓學生更能體會交通安全的重要、更願意積極落實交通安全於生活中。

TOYOTA南都汽車公司佳里營業所所長吳哲豪與官田所副所長十四日到後港國小受到師生熱烈歡迎。吳哲豪所長說，TOYOTA長年深耕交通安全推廣與宣導，提供學校教學資源、更期望能保障莘莘學子行的安全。為回饋偏鄉學子、保障學生就學安全，特與後港國小合作，舉辦「為愛騎行」交通安全宣導暨自行車考照活動。

後港國小學生首先由鄭啟甫老師帶領認識腳踏車安全部件，上路前必須確認煞車、胎壓、胎紋、車體及警示用品皆符合安全騎乘標準。上路後，騎士須配戴安全帽、不雙載、不並排、遵守交通法規，並牢記防禦駕駛觀念。特別是道路騎乘時，面對多變路況，務必保有警覺心、時刻注意

路面狀況，預作準備。

TOYOTA吳所長宣導常見的道路事故原因，提醒學生騎乘腳踏車在馬路上時，應該多注意四周狀況；如有必要變換車道時，一定要減速、向後檢查路況並以手勢向後方車輛示意；千萬不能任意變換車道。重要的是，不超速、不分心。時刻注意周遭交通變化，才能保護自身安全。

後港國小為了讓學生了解道路騎乘可能遇到的危險，在籃球場規劃考驗場地，考驗學生對自行車的操控能力、平衡感與危機處理能力；總共設計有：直線騎乘、繞三角錐（平衡）、S形、直角轉彎（操控）、跨越障礙物、沙地路面（危機處理）等關卡。在介紹關卡內容後，先由四年甲班鄭瑋鑫與陳以恩示範完整路線，鄭老師則說明重點與情境模擬試題。每個學生必須完成所有考照項目：從檢查車輛到完成所有路面考試。

方婉真校長表示，騎自行車除讓學生了解交通安全規則外，也讓學生多培養一種運動技能，增加個人行動自主能力與自信，近年來，學校陸續添購幼兒園及國小部的腳踏車，鼓勵師生利用體育課或課間時間練習腳踏車技能、養成良好規律的運動習慣，不但能擁有健康的體魄，更重要的是學生遇到騎乘訓練過程中的困難與挑戰，培養挫折容忍度與恆毅力，磨練勇於堅毅前行的優質品格基石，協助孩子成就日後的美好人生。」

五年級學生郭恩淇表示，在學校騎腳踏車體驗很特別，我們常常看到鄭老師騎腳踏車在校內巡視，也很想要這麼做。謝謝吳所長與校長給我們這麼棒的機會，可以精進自己的交通安全觀念與腳踏車技術。」年級學生李苡箐說，雖然在幼稚園時就學會騎腳踏車，但直到今天才學會這麼多的交通安全概念與騎腳踏車上路的正確方法，也考順利完成考照，回家要跟爸媽分享，也要約

哥哥假日一起騎腳踏車，既能運動又能更加認識自己的家鄉。

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena



即時 影音 評論 政治 高雄 全國 ▾ 娛樂 精選 ▾ 電競 ▾ 消費 旅行 ▾ 健康 房產財經

首頁 > 搜尋結果 > 企業家黃界貞捐贈台南後港國小雷雕機供教學嘉惠學子

企業家黃界貞捐贈台南後港國小雷雕機供教學嘉惠學子

2021.03.26 16:50 | 記者李榮茂台南市報導 |





圖:後港國小師生在新購置雷射機實際操作體驗，創作屬於自己的藝文作品。(記者李榮茂攝)

臺南市七股區後港國小為提升學生科技學習與運用能力，大力推動機器車與資訊教育，新近開發雷射課程，學校顧問也是學甲區鎮安宮董事長黃界貞二十六日捐贈十萬元購置雷射機供雷射教學之用，校長方婉真代表師生致贈感謝狀，表達謝意。

後港國小校長方婉真表示，學校位處七股濱海偏遠地區，為打破城鄉差距，近年大力發展STEAM教育，不但推動機器車與資訊教育，新近又由郭蔚文老師開發雷射特色課程，但經費拮据無法購置雷射機，影響雷射教學品質，鎮安宮董事長黃界貞獲悉斯情，即二話不說，捐十萬元購置雷射機供教學之用，解決教學窘境。

幼年在學甲區頭港農村長大的黃界貞董事長，雖然家境清寒，但他不向惡劣環境低頭，用功讀書，國中畢業後即到外闖天下，發揮堅忍不拔毅力，奮發向上，終於創出一片天，事業有成後，

積極回饋社會，尤其關注偏鄉教育，母校中洲國小百年校慶、學甲國中排球隊等等大力襄助經費，感念母校培育之恩，也擔任台南地區三十多所學校顧問，每年襄助經費充實教學設備，深受各界稱許。黃界貞董事長捐贈後港國小十萬元購置雷雕機，讓學生在創藝領域將更上層樓，交融出E世代璀璨驚艷的學習成果。

黃界貞董事長說，後港國小在方婉真校長帶領下，近幾年推展科技教育，拉近城鄉差距，機器車對外比賽屢締佳績，營造優質學習環境，並不遜於都會區，新開發的雷雕課程，相信在老師指導，定能將雷雕機運用的淋漓盡致。

駐校藝術家郭美枝表示，開發雷雕課程結合藝文與科技，帶給學生不一樣的學習內容，獲得黃董事長捐款購置雷雕機，學生能實際操作體驗雷雕課程樂趣。學生李苡蓓說，曾在他校體驗雷雕機操作，覺得很有趣，獲得黃董事長捐贈後，我們可以將腦海裡的構想，透過雷雕機刻劃在不同的材料上，創作屬於自己的藝文作品。

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena



冬季班11月6日開始報名



科學冬令營 早鳥優惠至12/20



[加入會員](#) | [登入會員](#)

[時事](#) ▼

[社論](#)

[教育](#) ▼

[公民素養](#)

[科學新知](#)

[藝文天地](#)

南市12校小高手 推桿較勁

(2019/5/28)



李榮茂／臺南報導

臺南市有多所國小推展高爾夫球運動，臺灣高球聯盟協會日前在七股區後港國小舉辦聯盟杯高爾夫球推桿賽，有口埤、仙草、聖賢、龍崎、文和、岸內、仁愛、正新、新橋、新民、永信、後港十二所國小組隊，一百三十八名選手參賽，分低、中、高年級三組角逐，經過激烈比賽後，各組第一名揭曉，低年級組為後港國小陳以恩、鄭瑋鑫；中年級組為正新國小洪筱焱、朱彥瑀；高年級組為聖賢國小B隊施佑叡、王翌丞。

後港鄭瑋鑫說，推桿時要控制力道，用力過當，會推出範圍，力道太小又進不了洞，奪得冠軍後，教練還送新球獎勵，覺得很開心。

熱門點擊

1 北市小主播比賽 明德、長安、再興獲特優

- 2 詹皇超越科比 當上NBA歷史打鐵王
- 3 烤旗魚入菜 北市士林吃高鈣健康餐
- 4 勞動節、教師節 全教總、立委籲列國定假日
- 5 2024世界中學生運動會 臺灣空手道、柔道 都有金牌入帳

編輯推荐

- 摺出祈願星星
- 上山種胡蘿蔔
- 維護口腔健康 讓長者飲食無憂
- 與壓力共舞
- 確保孩子口腔健康 告別惱人牙痛
- 會寫作 因為有感朗讀
- 序曲從配角變主角 柴可夫斯基〈羅密歐與茱麗葉幻想序曲〉
- 從螺類到骨頭 猛禽的獨特菜單
- 學霸陪聊天 孔門師生到現代
- 善用美國時間

讀者服務專線：886-2-23921133
圖書門市專線：886-2-23921133轉1108
國語日報社址：台北市100中正區福州街二號
本社交通資訊  網站地圖  
日報、週刊、中學生報訂閱專線：886-2-23412448
週一至週五 上午9:30-12:30 下午1:30-5:30
網路書店專線：886-2-33433168
紙本線上訂報 數位線上訂報 意見反映信箱

新聞搜尋



[加入會員](#) | [登入會員](#)

[時事](#) ▼

[社論](#)

[教育](#) ▼

[公民素養](#)

[科學新知](#)

[藝文天地](#)

南市兩校採青梅 體驗梅子雨

(2020/4/2)



臺南市南大附小學生用力搓洗梅子，準備製作脆梅。圖片提供 / 南大附小

詹伯望／臺南報導

採梅季節來了，臺南市南大附小與後港國小校際共學，日前到楠西梅嶺的梅園採青梅，體驗脆梅製作，後港學生王軍奕表示，拿長竿敲打梅樹，青梅像雨點掉落，好像下「梅雨」。

青梅是楠西的重要經濟作物。青梅清洗、晾乾後，還要殺青。後港學生陳芊孝說，青梅要用力搓洗，搓到有點溼亮，再用鵝卵石把青梅敲出裂口，才能排出苦汁。

製作脆梅半成品後，還要帶回學校漂洗和糖漬。南大附小學生游騰榮說，青梅要泡十小時，用流水不斷漂洗，甩乾後再糖漬；連續三天更換高濃度糖水，過程繁複。

熱門點擊

- 1 北市小主播比賽 明德、長安、再興獲特優
- 2 詹皇超越科比 當上NBA歷史打鐵王
- 3 烤旗魚入菜 北市士林吃高鈣健康餐
- 4 勞動節、教師節 全教總、立委籲列國定假日
- 5 2024世界中學生運動會 臺灣空手道、柔道 都有金牌入帳

編輯推荐

- 摺出祈願星星
- 上山種胡蘿蔔
- 維護口腔健康 讓長者飲食無憂
- 與壓力共舞
- 確保孩子口腔健康 告別惱人牙痛
- 會寫作 因為有感朗讀
- 序曲從配角變主角 柴可夫斯基〈羅密歐與茱麗葉幻想序曲〉
- 從螺類到骨頭 猛禽的獨特菜單
- 學霸陪聊天 孔門師生到現代
- 善用美國時間

讀者服務專線：886-2-23921133
圖書門市專線：886-2-23921133轉1108
國語日報社址：台北市100中正區福州街二號
本社交通資訊  網站地圖  

日報、週刊、中學生報訂閱專線：886-2-23412448
週一至週五 上午9:30-12:30 下午1:30-5:30
網路書店專線：886-2-33433168
紙本線上訂報 數位線上訂報 意見反映信箱



即時 影音 評論 政治 高雄 全國 ▾ 娛樂 精選 ▾ 電競 ▾ 消費 旅行 ▾ 健康 房產財經

首頁 > 搜尋結果 > 南市婦女會等送愛到後港國小學童開心享用麥當老場面溫馨

南市婦女會等送愛到後港國小學童開心享用麥當老場面溫馨

2023.09.01 18:49 | 記者李榮茂台南市報導 |





圖二，台南市北區民眾服務社理事長鄭光復致贈後港國小五千元作為校發展基金由校長方婉真代表接受。（記者李榮茂攝）

剛開學台南市北區婦女會、仁愛姐妹會與北區民眾服務社以及台南市婦女會於一日聯合送愛到偏鄉七股區後港國小，贈送全校師生麥當勞套餐加薯條和檸檬紅茶，讓偏鄉學童開心享用麥當勞，北區民眾服務社理事長鄭光復加碼致贈五千元作為校發展基金，期能帶給偏鄉學童開學好心情，迎接新學期開始。

台南市婦女會理事長童小芸、北區婦女會理事長柯貝均、仁愛姐妹會會長鄭惠分、北區民眾服務社理事長鄭光復與理監事等一行於一日下午抵達七股區後港國小受到校長方婉真、家長會長吳筱婷與全校師生熱烈歡迎。

北區民眾服務社理事長鄭光復說，五月間邀請後港國小學童到文化中心觀賞舞鈴劇團演出，發現學童個個有禮貌與會場逐一打招呼，讓在場者頗為感動，遂與方婉真校長有約，有機會到學校向老師獻上誠摯的敬意，以及獎勵有禮貌學童，趁著開學之際與北區婦女會、仁愛姐妹會以及台南市婦女會聯合贈送麥當老供全校師生享用。

北區婦女會理事長柯貝环表示，該會等長期關懷偏鄉學童，因為麥當勞永遠是小朋友的最愛，送麥當勞套餐，是要鼓勵偏鄉學童，雖在困乏的環境之下，仍要堅持學習知識的步伐，進而創造自己的價值。仁愛姐妹會會長鄭惠分說，希望讓孩子們能夠從中學習，在社會中以後如何來幫助別人，透過正向力量持續的延伸，讓這些孩子有一個幸福、快樂的童年。台南市婦女會理事長童小芸說，剛開學送麥當老到後港國小表達對老師的敬意與對小朋友的祝福，也鼓勵小朋友，開學之初，保持學習熱忱，日益精進。

後港國小校長方婉真表示，該校位處七股區濱海農漁村，經濟蕭條，年輕人紛紛到外謀生，社區人口老化，且受到少子化影響，前幾年學生數在三十多人，但近幾年教學團隊加強各種教學以及開設多元社團以及課後輔導，辦學成效卓著，受到各界肯定，很多家長慕名紛紛將孩子送到後港國小就讀。目前全校學生七十一人，除七股當地外，有來自佳里、將軍、麻豆、還有來安南區、玉井、歸仁等地，也讓教學團隊頗有成就感。校長方婉真說，今後教學團隊仍秉持教育熱忱，為每位孩子創造美好未來的服務初衷，繼續為學生營造優質的學習環境、精進教學與特色課程等友善溫馨的校園，感恩四個團體讓師生享用麥當老，有社會大眾的滿滿能量挹注與集氣共願，相信後港國小會更加幸福與美好。最後由後港國小校長方婉真與家長會長吳筱婷代表全校師生致贈該四單位感謝狀，表達謝意，場面溫馨。

學生鄭瑋鑫表示，感謝叔叔阿姨，剛開學即帶來我們最愛的麥當老，今後將努力用功讀書，長大後也要回饋社會。學生陳淑娟說，老師常常提醒我們要懂得感恩、感謝，聆聽理事長勉勵我們的話，我會反省自己，提醒自己要感謝身邊照顧我的人，也會盡己能力去幫助別人。

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

新聞搜尋

寫作教學師資班招生

邀請資深教師分享 學會指導寫作的方法
解決寫什麼、怎麼寫兩大難題



解鎖酷知識

國語日報文化中心

發現科學趣味魔法

科學冬令營 早鳥優惠至12/20

2024國語日報 小主播報新聞比賽



2024 秋冬防疫創意競賽 秋冬病毒防疫特攻隊

活動報名



[加入會員](#) | [登入會員](#)

時事 ▼

社論

教育 ▼

公民素養

科學新知

藝文天地

南市後港仰臥排字 歡慶學校90歲

(2018/12/1)



李榮茂／臺南報導

臺南市七股區後港國小今天歡慶九十周年校慶，全校只有三十三名學生，在校慶前夕仍費盡心思，以仰臥方式共同排出「90」字樣，祝賀學校生日快樂，並空拍記錄，為創校九十年留下珍貴的畫面。

校長方婉真說，全校學生只有三十三名，排字不容易，但教師事前縝密規畫，先在操場貼上標線，學生再以仰臥方式排出「90」字樣，寫下歷史。

學生鄭瑋鑫表示，排出「90」字樣很不容易，歡迎大家到學校同歡。學生陳宏銘說，參加排字活動，不但是祝福學校九十歲生日快樂，也留下美好回憶，希望校慶活動順利。

方婉真說，該校是偏鄉小校，只有國小學生三十三名、幼兒園學童十五名，學校規畫活動包括三代校友切生日蛋糕、超強紙影戲院、親師生美展，以及在時光隧道展出歷屆畢業照、校園昔時風光。還有學藝展演和闖關活動，邀請來賓與校友參與，藉由闖關了解學生學習動態，勾起童年記憶。

圖說：臺南市後港國小歡慶九十周年校慶，全校學生以仰臥方式排出「90」字樣，留下珍貴畫面。攝影／李榮茂

熱門點擊

- 1 北市小主播比賽 明德、長安、再興獲特優
- 2 詹皇超越科比 當上NBA歷史打鐵王
- 3 烤旗魚入菜 北市士林吃高鈣健康餐
- 4 勞動節、教師節 全教總、立委籲列國定假日
- 5 2024世界中學生運動會 臺灣空手道、柔道 都有金牌入帳

編輯推荐

- 摺出祈願星星
- 上山種胡蘿蔔
- 維護口腔健康 讓長者飲食無憂
- 與壓力共舞
- 確保孩子口腔健康 告別惱人牙痛
- 會寫作 因為有感朗讀
- 序曲從配角變主角 柴可夫斯基〈羅密歐與茱麗葉幻想序曲〉
- 從螺類到骨頭 猛禽的獨特菜單
- 學霸陪聊天 孔門師生到現代
- 善用美國時間

讀者服務專線：886-2-23921133
圖書門市專線：886-2-23921133轉1108
國語日報社址：台北市100中正區福州街二號

本社交通資訊  網站地圖  

日報、週刊、中學生報訂閱專線：886-2-23412448
週一至週五 上午9:30-12:30 下午1:30-5:30
網路書店專線：886-2-33433168
紙本線上訂報 數位線上訂報 意見反映信箱

新聞搜尋



[加入會員](#) | [登入會員](#)

[時事](#) ▼

[社論](#)

[教育](#) ▼

[公民素養](#)

[科學新知](#)

[藝文天地](#)

[首頁](#) ▸ [國語日報](#) ▸ [時事](#) ▸ [國內新聞](#)

南市後港操場設關卡 考自行車駕照

李榮茂／臺南報導 (2022/2/11)



臺南市後港國小舉辦交通安全

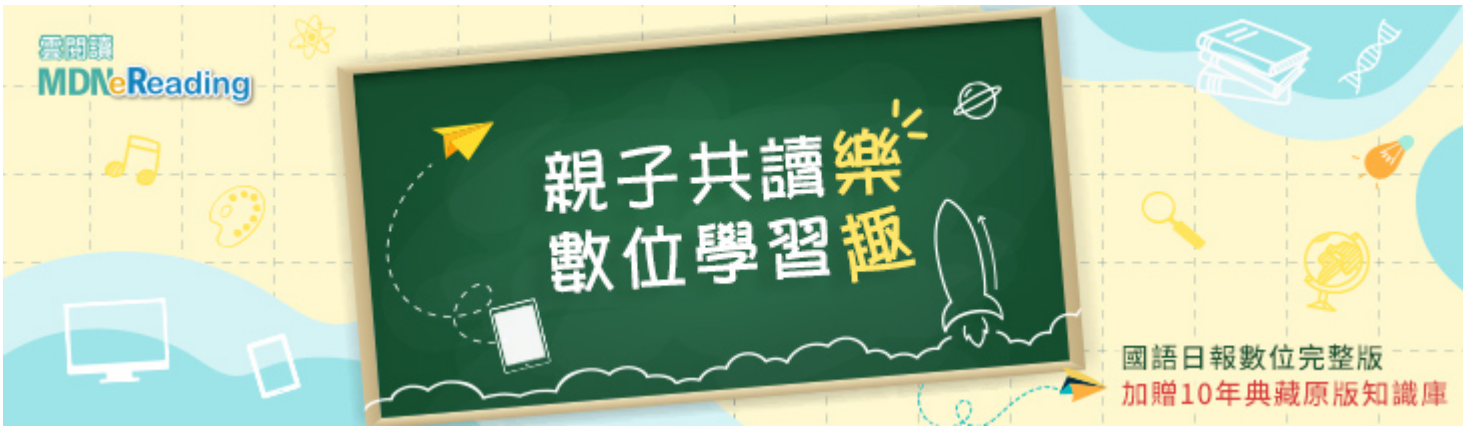
宣導暨自行車考照活動，學生騎腳踏車上場闖關。攝影／李榮茂

臺南市七股區後港國小配合即將實施的七股自行車遊學特色課程，以及將在校園打造臺南市第一條自行車體驗步道，校方日前舉辦交通安全宣導暨自行車考照活動。學生先認識腳踏車構造，學修理脫鍊，再騎腳踏車上場完成六個關卡，所有學生都成功通關拿到駕照。

校長方婉真表示，校方邀請南都汽車佳里營業所所長吳哲豪等人進行交通安全宣導，並在校內建造模擬考照場地，讓學生更加理解交通安全觀念。

籃球場設置了直線騎乘、繞三角錐、S形、直角轉彎、跨越障礙物、沙地路面關卡。

學生郭恩淇說：「在學校騎腳踏車考照很特別，我們常看到鄭老師騎腳踏車巡視校園，也很想要這麼做。」學生李苡箐表示，雖然她很早就學會騎腳踏車，考照時卻很緊張，在S形測驗時還差點撞到三角錐，還好最後安全過關拿到駕照。



更多新聞

世界12強棒球賽	臺灣奪冠寫歷史
國家兒童未來館	邀學童共思規畫
降低陸蟹路殺	屏縣盼增闢廊道
推家鄉美食麻茅	林靜、謝筠睿展創意
塗鴉藝術家陳若欣	勉學弟妹突破傳統框架
世界12強棒球賽	中華隊晉級冠軍戰
投身服務保護工作	12人獲頒紫絲帶獎
電競棒球12強賽	中華選手奪亞軍
39歲不老詹皇	連4場大三元創紀錄
竹市東園雙姝	包辦U11少年國手冠亞軍
新生國王企鵝寶寶	等你來命名
跟騷法施行逾兩年	監委申請調查實施成效
中華大學擬與清大整併	最快114學年停招
世界棒球12強複賽	中華隊睽違21年勝美國
中央結合地方	明年預計移除12萬隻綠鬚蜥

熱門點擊

- 1

北市小主播比賽

明德、長安、再興獲特優
- 2

詹皇超越科比

當上NBA歷史打鐵王

- 3 烤旗魚入菜 北市士林吃高鈣健康餐
- 4 勞動節、教師節 全教總、立委籲列國定假日
- 5 2024世界中學生運動會 臺灣空手道、柔道 都有金牌入帳

編輯推荐

- 摺出祈願星星
- 上山種胡蘿蔔
- 維護口腔健康 讓長者飲食無憂
- 與壓力共舞
- 確保孩子口腔健康 告別惱人牙痛
- 會寫作 因為有感朗讀
- 序曲從配角變主角 柴可夫斯基〈羅密歐與茱麗葉幻想序曲〉
- 從螺類到骨頭 猛禽的獨特菜單
- 學霸陪聊天 孔門師生到現代
- 善用美國時間

讀者服務專線：886-2-23921133
圖書門市專線：886-2-23921133轉1108
國語日報社址：台北市100中正區福州街二號
本社交通資訊  網站地圖  

日報、週刊、中學生報訂閱專線：886-2-23412448
週一至週五 上午9:30-12:30 下午1:30-5:30
網路書店專線：886-2-33433168
紙本線上訂報 數位線上訂報 意見反映信箱



首頁 > 搜尋結果 > 台南後港國小中高年級學生自行車考照 通通過關拿到駕照

台南後港國小中高年級學生自行車考照 通通過關拿到駕照

2022.02.07 14:56 | 記者李榮茂台南市報導 |





台南市七股區後港國小配合即將實施的七股自行車遊學特色課程，日前舉辦交通安全宣導暨自行車考照活動，中高年級學生事前上駕照課程，認識腳踏車左右剎車差異、脫鍊修理等技能，再騎腳踏車上場完成直線騎乘、繞三角錐、S形等等六個關卡，通通過關拿到駕照，大家很開心。

後港國小校長方婉真表示，該校推動交通安全與健康促進宣導，獲得臺南市教育局小型校務發展計畫經費採購腳踏車，以及全成教育發展協會贈送的腳踏車，全校學生人人都有部腳踏車，新近又獲得教育部補助經費將打造台南市第一條~後港美樂地自行車體驗步道，且下學期將實施七股

自行車遊學特色課程，帶領學生騎腳踏車遊學七股認識家鄉地理環境與風景名勝，特舉辦交通安全宣導暨自行車考照活動。邀請南都汽車佳里營業所所長吳哲豪等到校進行交通安全宣導。在校內建造模擬考照場地，透過交通宣導與駕照考驗活動，讓學生更加理解交通安全觀念、在日常生活中落實交通安全行動，也希望學生能將安全觀念分享家人，一起打造安全城市。

中高年級三十八名學生首先由鄭啟甫老師帶領認識腳踏車安全配件，上路前必須確認煞車、胎壓、胎紋、車體及警示用品皆符合安全騎乘標準。籃球場考驗場地設置直線騎乘、繞三角錐、S形、直角轉彎、跨越障礙物、沙地路面等關卡。先由四年級學生鄭瑋鑫與陳以恩示範完整路線，學生都興奮又緊張接受測驗，都完成直線騎乘、繞三角錐、S形等等六個關卡，順利拿到駕照。

學生郭恩淇表示，在學校騎腳踏車考照很特別，我們常常看到鄭老師騎腳踏車巡視校園，也很想要這麼做。謝謝吳所長作交通安全宣導以及考照，還贈送模型車作為通過自行車考照獎勵。學生李苡箴說，雖然很早就學會騎腳踏車，但考照卻很緊張，怕領不到駕照，在S型測驗時還差點撞到三角錐，最後安全過關，回家要跟爸媽分享，也要約哥哥假日一起騎腳踏車，既能運動又能更加認識自己的家鄉。

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

Q

5.3折

6.9折

7.7折

3.2折

○

●

●

AS 高雅氣質...

HELENE_S...

N

NT\$3,780

NT\$4,773

2.4折

2.2折

2.6

NT\$2,480

MELROSE 美樂斯 輕奢珍珠牛...

HELENE_S...

AS 簡約氣質...

NT\$1,111

NT\$1,111

N

首頁 > 搜尋結果 > 台南後港國小傑出校友回饋母校 先父奠儀遺愛人間

台南後港國小傑出校友回饋母校 先父奠儀遺愛人間

2021.02.26 17:03 | 記者李榮茂台南市報導 |





台南市議員蔡蘇秋金二十六日偕同多位里長前往後港國小，捐贈先父蘇界老先生奠儀，分送母校後港國小60人以及龍山國小29人、中低收入戶11戶，每人500元全聯禮券。此善行將父女深情轉化為教育熱情，鼓勵並祝福學子能努力學習，奮發向上，在場的孩子莫不歡欣鼓舞。

後港國小方婉真校長表示，該校傑出校友蔡蘇秋

年爭取市府經費38萬多元，裝設通學步道旁的水溝柵板，並請區公所在大排旁鋪設柏油路面，讓孩童上下學更加安全。此外，其先父日前辭世，擲節喪葬費50萬元，二十六日偕同七股區後港里里長蘇龍標、大潭里里長陳中正、頂山里里長陳博靜、大埤里里長陳清文、塩埤里里長謝勝江，捐贈母校後港國小、龍山國小及中低收入戶，共計一百人，遺愛人間。議員協助母校不留餘力，不但是學弟妹們回饋社會的典範與表率，同時也是台南市大北門區民意代表長期用心耕耘在地教育的最佳楷模！蔡蘇秋金議員在後港

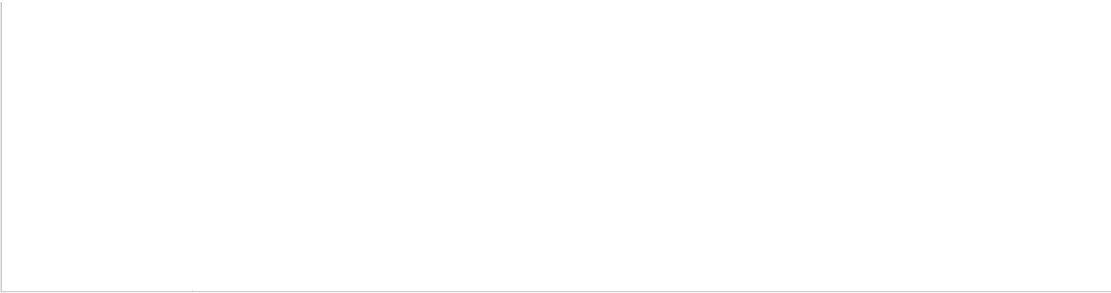


由方建良校長代表接受，並表達由衷的謝意，也期盼受惠學生能記取這份鼓勵，化為動力，努力向上。

後港學生陳欣緯、吳國揚表示：得知蔡蘇秋金議員要到學校頒贈獎助學金，我們都很興奮，以後讀書學習一定要更加努力，也要向校友學習熱心助人的精神。



圖：蔡蘇秋金議員頒贈獎助學金後與全校師生合影。(記者李榮茂攝)



台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。 Copyright | Design © 2020 Mycena

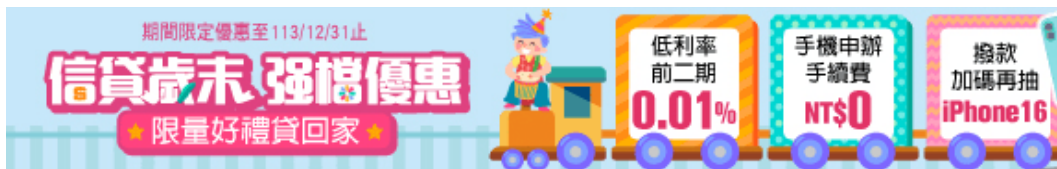


[首頁](#) > [南部](#) > 台南後港國小學生機器人比賽優異 台南幸福城市協會送筆電獎勵

台南後港國小學生機器人比賽優異 台南幸福城市協會送筆電獎勵

2022.10.20 20:12 | 記者李榮茂台南市報導 |





淳的努力向學甚表激賞，二十日到學校致贈黃靖淳筆電，鼓勵她的未來繼續努力，持續在機器人領域發光發熱，場面溫馨。

後港國小校長方婉真表示，該校六年級學生黃靖淳，由阿公阿媽教養長大，六年前由高雄到後港國小就讀，對鄉下環境不熟悉，還邊哭邊喊要回高雄去，也讓阿公阿媽不知所措，但老師發揮愛心且關懷備至，還有同學的相互照應，終讓她適應鄉下學校環境，且上課認真，成績優異，四年前學校推動機器人教育，在機器人郭蔚文老師細心指導，對機器人有股濃厚興趣，並全心投入，對外參加機器人競賽，屢締佳績。日前在2022日本Roborave機器人團體競賽，她和同學跳級參加國中組獲得第一名，也取得明年到日本複賽資格，充分展現四年來學習機器人的成果，這對偏鄉學童來說殊屬難能可貴。

方婉真校長說，素來關心偏鄉教育的台南市幸福城市協會理事長李伯利，對該校發展STEAM課程和程式設計課程鼎力支持。在獲悉該校團隊參與日本RoboRAVE機器人比賽大放異彩，尤其成員黃靖淳努力向學，品學兼優，甚表激賞，決定致贈黃靖淳筆記型電腦，以符合她的學習所需。

台南市幸福城市協會理事長李伯利於二十日上午偕同總幹事楊曉義，抵達後港國小受到校長方婉真與師生的熱烈歡迎，李伯利理事長在後港國小校長方婉真等的見證下，將筆電致贈黃靖淳同學，並期許她努力向學，持續在機器人領域更發光發熱，擁有自己的一片天。黃靖淳同學表示，郭蔚文老師的指導讓她在機器人能斬露頭角，還李伯利阿伯贈送筆電，讓她在學習上更能得心順手，日後將持續努力，希望出國參加機器人比賽，為國爭光，以報答各界的厚愛，將來有能力，也會作公益回饋社會。

極速三國，天下

陳建斌邀你共逐《極速三

極速三國：一秒開戰

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

陳建斌邀你共逐《極速三國》

極速三國：一秒開戰



極速三國，天下為局

陳建斌邀你共逐《極速三國》

極速三國：一秒開戰

首頁 > 搜尋結果 > 台南後港國小學童懂藝術創作展個個展自信

台南後港國小學童懂藝術創作展個個展自信

2023.12.05 17:50 | 記者李榮茂台南市報導 |



極速三國，天下為局

陳建斌邀你共逐《極速三國》

極速三國：一秒開戰



臺南市後港國小推動藝文教育，邀請藝術家進駐校園，指導學生運用多元素材、再生資源，創作各種藝術作品，目前受邀在台南大學所屬香雨書院舉辦「玩美 創藝ing—後港囡仔的奇藝世界」創作展，每生一件，展出剪紙、紙漿作品以多媒體素材創作，琳琅滿目藝文作品皆是學生精心傑作。學生洪敏熏表示，被遴選擔任導覽員，為讓導覽過程不怯場，在家裡還請媽媽充當觀眾練習，雖然正式上場仍有點緊張，但有老師與同學在場鼓勵也能侃侃而談，賓客都說，台風穩健，頗有大將之風，相當開心。

校長方婉真表示，該校推動藝文教育，學生在駐校藝術家郭美枝指導，課堂教學結合生活與藝術，學習鑑賞也動手發揮創意，對外參加各項藝文比賽屢締佳績，同時帶領學生美化學校，讓校園彷彿化身為濱海美術館，並榮獲教育部藝文深耕學校肯定。駐校藝術家郭美珠以低碳環保為原則，運用多元素材、再生資源，如報紙、紙漿、自然材料，以網眼國際為精神，學習各種創作手法、創作概念，如秀拉的點畫、梵谷的線畫，或者是草間彌生的點點畫風，創作各種藝術作品，受邀在台南大學所屬香雨書院舉辦「玩美 創藝ing—後港囡仔的奇藝世界」創作展，展出傳統水

努力與成就。

學生鄭瑋鑫表示，在老師指導展出的水墨創作「好柿發生」，參觀民眾都說很有創意，覺得很有成就感。學生柯采靖說，感謝學校提供多元的學習機會與管道，在老師指導得以展出自己的美術創作，努力受到肯定。

導覽員陳泓佑表示，剛擔任導覽員時很緊張，但經過多次磨練後，終於可以獨當一面，在教育局副局長王崑源等賓客前介紹自己與同學作品，贏得讚美，相當興奮。

校長方婉真表示，藝文展覽，不僅僅是學生作品的展示，更是對學生學習以及對學校教育推動的肯定，該項展覽展期至一一三年一月十四日，歡迎愛好藝術民眾到香雨書院參觀，在寧謐氣氛中，感受學生對於美的創作、以及學生樸實純真的善與美。



圖說，臺南市後港國小學生受邀在香雨書院舉辦「玩美 創藝ing」創作展，琳琅滿目藝文作品皆是學生精心傑作；導覽員現場面對賓客侃侃而談介紹作品，台風穩健，頗有大將之風。（記者李榮茂攝）

紙
張
中

2.1折

立即搶購

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

Q

首頁 > 搜尋結果 > 台南後港國小師生春季路跑生態體驗認識黑面琵鷺

台南後港國小師生春季路跑生態體驗認識黑面琵鷺

2021.03.10 17:09 | 記者李榮茂台南市報導 |





臺南市七股區後港國小於十日舉辦春季路跑暨生態體驗，近百名親師生在校長方婉真帶領沿著田間小道邊跑欣賞綻開的木棉花、生態豐富的鹽灘地、紅樹林，南台科大教授戴子堯在賞鳥亭導覽介紹黑面琵鷺，且透過高倍望遠鏡觀賞黑面琵鷺，學生看到黑面琵鷺在棲息地覓食，動作十分可愛，直呼大開眼界。

後港國小校長方婉真表示，三月是植樹月，也是春暖花開季節，為鍛鍊師生體魄，教學團隊規畫舉辦「春季路跑暨生態體驗活動」，藉由路跑及生態體驗，深入社區，認識社區周遭環境及人事物以及黑面琵鷺。

後港國小全校親師生近百人，於上午八點齊聚操場，由校長方婉真、家長會副會長金郁荷及後港派出所所長楊晉權等共同鳴槍起跑，親師生沿著南三十線、後港里、大潭里、南二十五線、頂山里周邊道路，邊跑邊欣賞綻開的木棉花、生態豐富鹽灘地、紅樹林，抵達頂山里後在頂山里長陳博靜導覽參觀頂山代天府宮廟宇建築，廟方提供茶水補充體力。沿途佳警分否派員作交通維護，雖然有些學生跑得上氣接不著下氣，但在相互鼓

勵下，終跑完五公里全程。

隨後在頂山觀鳥亭由南台科大戴子堯教授作生態解說員，以「祝福與歡迎」為題，介紹黑面琵鷺來台灣過冬歷程，春天皮頭頂長滿繁殖羽時就即將展開長途飛行二千公里回到韓國濟州島。在四、五月築巢交配、下蛋、孵蛋，幼雛鳥離巢三個月後，九、十月份成鳥父母再帶幼鳥一起飛來台灣過冬，路途遙遠要飛行一星期，不受危害才能到台灣來，所以要「祝福黑琵安全抵達韓國度冬」，「歡迎黑琵闔家平安再來台灣度冬」。

戴教授為讓學生了解黑琵飛來頂山棲息地所吃的食物，以伸縮蜈蚣網下網撈起入網的魚蝦及小貝類，並解說伸縮蜈蚣網各項配件的作用及功能，小朋友聽得津津有味，很多學生紛紛舉手發問，戴教授逐一解答，學生也謝志明等志工指導透過高倍望遠鏡觀賞黑琵在棲息地整理繁殖羽及覓食動態。

學生謝佳熙開心說，黑琵的繁殖羽，好漂亮，也祝福牠們展翅飛回韓國一路平安，九月再飛來台灣棲息渡冬。學生鄭瑋脩表示，透過望遠鏡頭細數黑面琵鷺約有二百多隻，頭頂羽毛鮮黃色，且覓食動作十分可愛。

佳里警分局由交通組長曾靜欽帶領巡官李晟邦、後港所長楊晉權、副所長黃龍寶與防治組家防官郭仲豪及黃致遠等組成交安宣導團也到場作交通及婦幼安全宣導，並穿插有獎徵答，學生爭相搶答，互動熱烈，效果良好。



佳里警分局交安宣導團在賞鳥亭作交通及婦幼安全宣導，成效良好。
(記者李榮茂攝)

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena



極速三國，天下為局

陳建斌邀你共逐《極速三國》

極速三國：一秒開戰

首頁 > 搜尋結果 > 台南後港國小玩美創藝ING聯展香雨書院師生飆創意

台南後港國小玩美創藝ING聯展香雨書院師生飆創意

2023.11.22 17:16 | 記者李榮茂台南市報導 |



極速三國，天下為局

陳建斌邀你共逐《極速三國》

極速三國：一秒開戰



圖：香雨書院執行長林伯鴻（左起）、後港國小校長方婉真、駐校藝術家郭美珠邀請愛好藝術民眾前往參觀給師生鼓勵。（記者李榮茂攝）

臺南市七股區後港國小受邀在將軍區台南大學附屬香雨書院辦理「玩美 創藝ing—後港囝仔的奇藝世界」師生創作聯展，展出傳統水墨、剪紙、紙漿作品以及現代雷雕與多媒體素材創作等作品近七十件，二十二日開展吸引不少學校師生與民眾參觀，將於二十六日舉行開幕茶會，歡迎愛好藝術民眾前往參觀給師生鼓勵。

臺南大學圖書館館長陳宗禧指出，台南大學附屬香雨書院，位處濱海將軍區，長期深耕地方與鄰近地區中小學合作，除推廣介紹不同型態的藝文展演外，也提供在地學校發表藝術教育成果的空間，提升濱海地區藝文水準，深受各界肯定。

為讓學生有機會展示自己作品，特邀請師生在香雨書院舉辦「玩美 創藝ing-後港囡仔的奇藝世界」師生創作聯展，藉由展出讓其他學校以及民眾有機會了解後港國小在美學教育方面的努力與成就。

後港國小校長方婉真表示，該校推動藝文教育，學生在駐校藝術家郭美枝指導，課堂教學結合生活與藝術，學習鑑賞也動手發揮創意，對外參加各項藝文比賽屢締佳績，同時帶領學生美化學校，讓校園彷彿化身為濱海美術館，並榮獲教育部藝文深耕學校肯定。

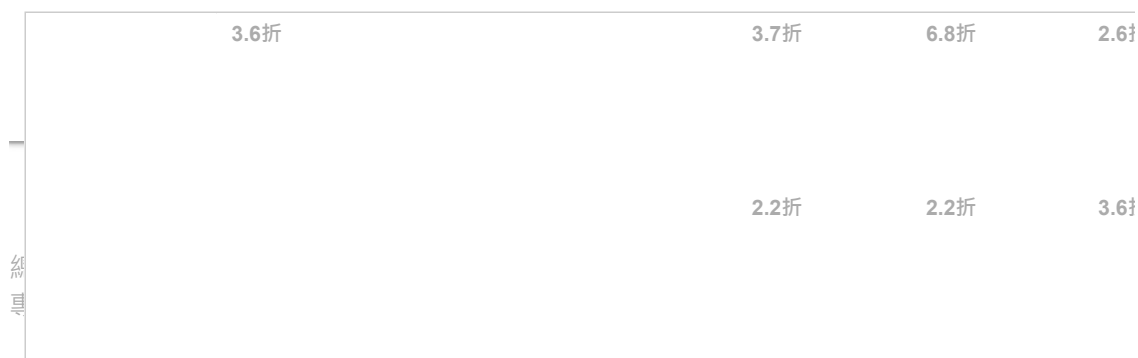
教導主任黃惠雯說，受邀在將軍區香雨書院辦理「玩美 創藝ing-後港囡仔的奇藝世界」創作聯展，全校師生相當興奮，並在駐校藝術家郭美枝指導，以低碳環保為原則，運用多元素材、再生資源，如報紙、紙漿、自然材料；以網眼國際為精神，學習各種創作手法、創作概念，如秀拉的點畫、梵谷的線畫，或者是草間彌生的點點畫風，全校六十九名學生，每人一件作品參展，琳琅滿目藝文作品皆是學生精心傑作。

學生家長柯建丞分享提到，看到孩子作品被裱框展示在春雨書院裡，激動萬分。當初，聽老師說「孩子作品很棒，要送來展覽」時，心裡沒有特別想法，直到開展親眼目睹，那種驕傲與感動，真是筆墨難以形容。

學生鄭瑋鑫表示，在老師指導展出的水墨創作「好柿發生」，參觀民眾都說很有創意，覺得很有成就感。學生柯采靖說，感謝學校提供多元的學習機會與管道，在老師指導得以在春雨書院展

教育推動的肯定。吳宇中主任說，該項展覽二十六日上午舉行開幕茶會，展期至一一三年一月十四日，歡迎鄰近學校師生與愛好藝術民眾到香雨書院參觀師生作品，在寧謐氣氛中，感受學生對於美的創作、以及學生樸實純真的善與美。

圖說，臺南市後港國小受邀在香雨書院辦理「玩美 創藝ing-後港囡仔的奇藝世界」師生創作聯展，首日吸引不少學校師生與民眾參觀；香雨書院執行長林伯鴻（左起）、後港國小校長方婉真、駐校藝術家郭美珠邀請愛好藝術民眾前往參觀給師生鼓勵。（記者李榮茂攝）



臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

--	---



NT\$4,590

NT\$4,899

[首頁](#) > [搜尋結果](#) > [台南後港國小落實防疫整備提供學生安全學習環境](#)

台南後港國小落實防疫整備提供學生安全學習環境

2022.02.10 16:27 | 記者李榮茂台南市報導 |

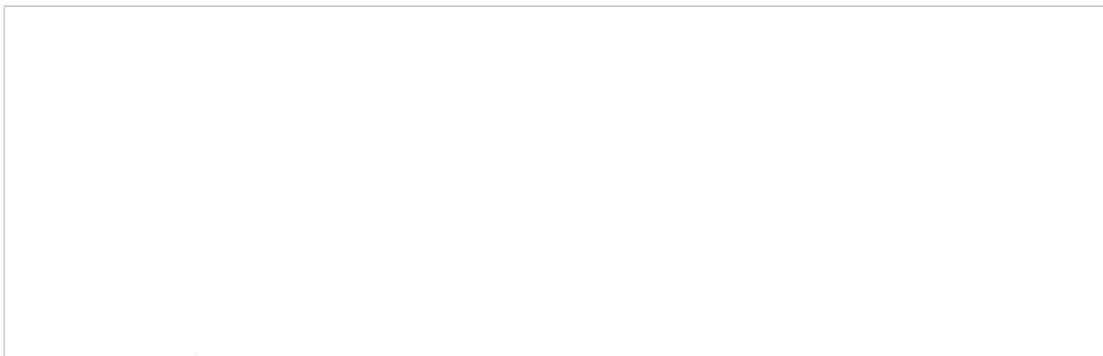




台南市七股區後港國小為迎接開學日，因應疫情，除七股清潔隊協助進行校園清消外，教學與行政團隊更是總動員，除落實防疫整備，各班導師稀釋漂白水擦拭教室課桌椅以及打掃教室，行政團隊則整理環境，校園煥然一新，提供學生安全學習環境，讓家長放心，獲得各界稱許。

後港國小校長方婉真表示，隨著春節連假結束，但疫情仍未趨緩，為迎接開學日，除七股清潔隊派員到學校協助進行校園清消外，教學與行政團隊更全體總動員，針對教室與教學設施、午餐隔板等設備再做加強，防疫物資也盤點準備充足，班級導師打掃教室以及以稀釋漂白水擦拭課桌椅，為開學防疫做足準備，提供學生安全的學習環境。

行政團隊則忙著整理校園環境，佔地四公頃的校園，除操場外，還有偌大的綠地，雇工陳宏州則駕駛著除草車穿梭操場與綠地將雜草鏟除，校工古鴻儒雖然是身心障礙者，但他也沒得閒，坐著輪椅將教室外花圃裡雜草拔除，環境為之煥然一新，提供師生安全、家長安心優質的學習環境。



台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

Q

首頁 > 搜尋結果 > 台南後港國小頂山春跑生態之旅觀賞長出繁殖羽毛光鮮亮麗黑琵

台南後港國小頂山春跑生態之旅觀賞長出繁殖羽毛光鮮亮麗黑琵

2023.03.15 16:50 | 記者李榮茂台南市報導 |





台南市七股區後港國小十五日舉辦頂山春跑生態之旅，全校師生沿著產業道路輕鬆慢跑，沿途欣賞田園風光及鹽田美景，秉持運動家精神跑到頂山賞鳥亭，展開闖關，並透過高倍望遠鏡觀賞黑面琵鷺，很多學生首度觀賞到長出繁殖羽毛黑面琵鷺，光鮮亮麗，驚呼連連。

後港國小校長方婉真表示，該校頂山分校四周鹽灘地，種植有海茄冬，樹葉長得茂盛且樹株巨大，是全國唯一擁有國寶級紅樹林校園，雖然已經廢校，林地仍受到很好保護，學校為增強學生體適能，鍛鍊強健體魄，每年春季即舉辦頂山春跑，教學團隊設計鄉土踏查以及生態之旅等等課程，深受親師生喜愛，有些家長更請假參與，成為學校春季最熱門活動。

後港國小頂山春跑昨天上午八點在校長方婉真鳴笛後開跑，親師生近百人由學校出發即沿著產業道路輕鬆慢跑，沿途欣賞田園風光以及鹽田濕地美景，路過民眾紛紛向師生打氣加油，家長會副會長柯建丞告假陪女兒柯采靖路跑，沿途也鼓勵其他學生奮力往前跑，師生跑到頂山賞鳥亭，家長黃懷萱、張婉婷等四人集資購買點心和飲料設

立「後港補給站」，補充學生體力，大家樂開懷。教師鄭丞甫結合雙語與本土語言設計闖關活動，題目橫跨健康促進、雙語學習、本土語言和自然生態以及黑面琵鷺保育學會戴子堯教授「使用望遠鏡找黑面琵鷺」考驗，凡闖關完成即到補給站以英語向關主黃懷萱開口送獎勵品。學生鄭瑋鑫表示，闖關規定要先講『May I have some cookies?』，等關主說『yes』，我們回答

『thank you!』才獲得獎品，十分開心。學生陳景輝表示，闖關活動抽到講紅燈食物的英文，我講洋芋片的英文potato chip，是高熱量、高糖份的食物，吃多會變胖、牙齒容易蛀牙，也提醒自己要少吃。學生林鈺浚說，抽到講台語，立馬用台語說出地瓜（番薯）、以及黑面琵鷺的台語（黑面拉坏），老師說我台語說得很溜，覺得很有成就感。

補給站關主黃懷萱表示，為讓孩子感受到家長對學校活動的支持與鼓勵，幾位家長共同集資設置補給站，希望師生跑得開心完成路跑。

全校師生在賞鳥亭由黑面琵鷺保育學會志工導覽，且透過高倍望遠鏡觀賞到長出繁殖羽毛的三百五十隻黑面琵鷺，還有黑腹燕鷗、裡海燕鷗、小白鷺等鳥類。在導覽志工解說，了解頂山賞鳥亭及黑面琵鷺等鳥類棲息的情形。尤其觀賞到長出繁殖羽毛黑面琵鷺，光鮮亮麗，更是驚呼連連。

頂山春跑來回七公里，孫愷辰、陳保源、孫愷揚等三人一馬當先跑回終點學校，贏得熱烈掌聲，校長方婉真、主任吳宇中當場表彰。學生孫愷辰表示，平時喜歡運動，下課就到操場打球、校長也提醒我們下課要到戶外跑步或者打球，不但讓眼睛休息減少近視機會，且身體更健康，春跑勇奪第一名，希望明年春跑依然跑第一。

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena



2.2折

3.6折

首頁 > 搜尋結果 > 台南後港學生彩虹車道騎車像踩著雲彩自由翱翔挺新鮮

台南後港學生彩虹車道騎車像踩著雲彩自由翱翔挺新鮮

2023.04.28 16:55 | 記者李榮茂台南市報導 |



4.4折

6.6折

2.5折

5.3折



圖：學生自行車考照通過授旗象徵取得證照。(記者李榮茂攝)。

台南市七股區後港國小配合即將實施自行車遊學特色課程，建造台南市校園唯一的彩虹車道，日前啟用後，學生在自行車練習場練習高難度操控技巧，昨天完成直線平衡、S形轉彎、煞車性能等等路考測驗，取得自行車駕照，在彩虹車道騎著自行車，就好像踩著美麗的雲彩，自由的翱翔，覺得挺新鮮，更期待早日騎自行車遊學認識家鄉地理環境與風景名勝。

後港國小校長方婉真指出，該校位處偏鄉，交通不便，學生學會騎乘自行車，對往後上學有所助

經費打造台南市校園唯一的彩虹車道，全長一千公尺，設有太陽能交通安全號誌、自行車練習場、學校特色彩繪牆。總務主任吳宇中說，該彩虹車道從幼兒園門口開端，往南畫出一道弧線到一年級教室門口，只要往操場看去，就能看見草地上一道彩虹，十分美麗，小朋友在彩虹車道騎著自行車，就好像踩著美麗的雲彩，自由的翱翔，覺得挺新鮮。

鄭啟甫組長表示，為讓學生了解安全騎行與交安觀念，事前上交通安全與自行車駕照課程，認識自行車安全配件，上路前必須確認煞車、胎壓、胎紋、車體及警示用品皆符合安全騎乘標準，並舉行自行車安全筆試，進而自行車路考，全校學生興奮又緊張接受測驗，完成自行車安全檢查、直線平衡15公尺不得快於10秒、S型轉彎、煞車性能等等測驗，順利拿到自行車駕照，大家很開心。

學生陳淑娟表示，自行車駕照考試，S型轉彎最難，但在老師指導自行車的 control，入彎前要先減速，接著讓自行車的路徑從路面外側往彎道內側，再往路面外側前進，終於不壓線而順利過關，覺得很有成就感。學生陳以恩說，唯有通過自行車認證，才能在校園彩虹車道騎乘自行車，經過多次騎乘後，終於能夠熟練的操控自行車，也瞭解道路行駛的安全守則，期待騎自行車展開遊學。學生鄭瑋鑫表示，沒有練習場之前，只能在籃球場擺三角錐練習，比較無法練習到細微的操控技巧，現在練習場就像考駕照一樣，感覺技術都變更好。學生鄭羽晴提到，學校有自行車後，在老師指導了解怎麼檢查自行車以及騎乘技

日常生活中落實交通安全行動，也期望學生回家後能將學校所得帶給家人，與家人一起邁向健康生活，創造精彩人生。

		NT\$790	NT\$390	NT\$2,990	
		NT\$1,290	NT\$790	NT\$590	
總計	NT\$990				

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena



首頁 > 搜尋結果 > 吳燕卿理事長台南後港國小送紅包學生滿心歡喜

吳燕卿理事長台南後港國小送紅包學生滿心歡喜

2022.01.20 16:47 | 記者李榮茂台南市報導 |





學期結束之際，前大台南家長協會理事長吳燕卿號召愛心人士組成的偏鄉小校寒冬送暖活動，二十日走入七股區後港國小，贈送全校學生每人一個紅包，學生滿心歡喜，將該紅包存入圓夢存摺，校長方婉真期許學生長大後，也能將此愛心傳承下去，去幫助有需要之人。

前大台南家長協會理事長吳燕卿表示，偏鄉學校各項教育資源匱乏，弱勢家庭比率又偏高，為讓學生安心就學，發起偏鄉小校寒冬送暖活動，獲得企業界、社會團體與善心人士的熱烈迴響，紛紛加入行列，捐贈愛心物資與獎助學金，足跡遍踏遍山上與海邊數十所偏鄉小校，受其惠學子更

是無以計數。

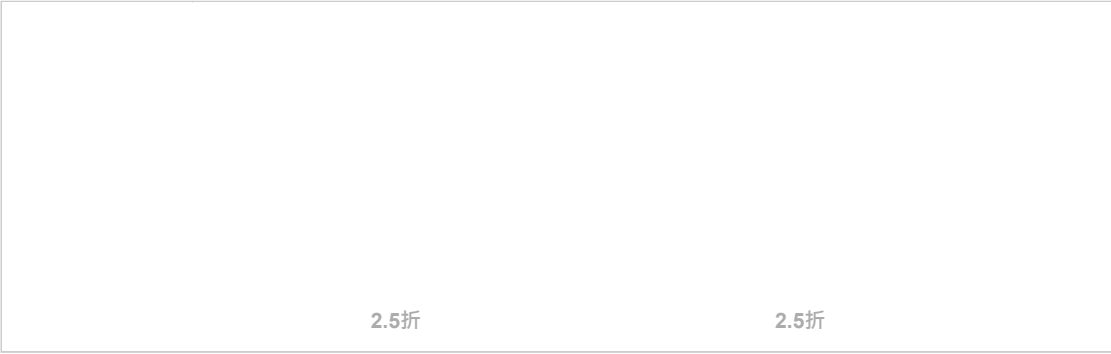
吳燕卿理事長說，七股濱海的後港國小雖位處偏鄉，教育資源有限，但教學團隊在校長方婉真帶領下，教學認真，學生也積極向上，學習多元，成果豐碩，今年學力測驗，每一科都超過臺南市平均分數；而科技學習、藝文成果更是充滿校園每個角落，足以展現老師的用心，學生的努力。他們寒冬送暖送紅包，希望小小的獎學金，可以激起大大的學習動力，為自己、為學校創造更美好的未來。

吳燕卿理事長後港國小寒冬送暖活動，獲得善心人士沈宗佑、吳嘉忠、沈秀香的鼎力支持，加入行列，於二十日抵達學校受到校長方婉真與全校師生熱烈歡迎，學生表演舞蹈迎賓。在農曆春節即將到來，分送每位學生一只大紅包，讓學生滿心歡喜，興奮之情溢於言表。

後港國小校長方婉真表示，吳燕卿理事長寒冬送暖活動今年邁入第5年，學生獲得不少獎助學金，為培養學生儲蓄與惜福的態度，幫每位學生準備一本圓夢存摺，將各界善心人士捐助的獎學金存著，讓他們在國小畢業後再將存摺還給學生，讓他們感受到外界的關懷，希望這些學生以後長大成年後，也能將此愛心傳承下去，去幫助有需要之人。

五年級學生許芷瑄表示，感謝吳理事長每年都來學校送紅包，讓我們知道除師長，還有很多人關心與照顧我們，我會更努力學習，不辜負大家的愛心與期望。

四年級學生鄭瑋鑫說，吳理事長我的紅包都存在圓夢存摺，將在六年級領出來參加畢業旅行圓夢，將會努力學習，提昇自己的能力，將來做一個對社會有貢獻的人。



2.5折

2.5折

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。 Copyright | Design © 2020 Mycena



首頁 > 搜尋結果 > 天寒地凍正億棉廠送台南後港國小學生棉被禦寒 大家滿懷感激

天寒地凍正億棉廠送台南後港國小學生棉被禦寒 大家滿懷感激

2022.02.22 16:29 | 記者李榮茂攝台南市報導 |





圖:學區大潭里長陳中正以及妙惠居士林林長吳文正致贈獎助學金，為嚴冬注入一股暖流。

寒流來襲，天氣又濕又冷，真是天寒地凍，台南市正億棉廠董事長吳松儒於二十二日贈送位處濱海的台南市七股區後港國小七十位學生每人一床棉被，注入一股暖流，學生滿懷感激抱在懷裡，覺得暖呼呼，興奮之情溢於言表。學生鄭羽晴、陳景輝表示，在天寒地凍之際，吳董事長贈送可愛又溫暖的棉被，晚上睡覺將更溫暖舒服，將用功讀書長大也要回饋社會。

正億棉廠董事長吳松儒、大潭里長陳中正、妙惠居士林林長吳文正、台南市教育局秘書室前主任林永祥、北門區諮詢校長黃南慶等於二十二日上

午十點抵達後港國小受到校長方婉真以及師生熱烈歡迎，幼兒園表演舞蹈迎賓，場面熱烈。

後港國小校長方婉真表示，連日來寒流發威，氣溫驟降，濱海地區天氣又濕又冷，學生穿著厚重衣服上學，素來關心偏鄉教育的正億棉廠董事長吳松儒，為讓學童得以禦寒，專程到學校贈送全校學生每人一床棉被。學區大潭里長陳中正以及妙惠居士林林長吳文正也致贈獎助學金，為嚴冬注入一股暖流，大家滿懷感激。

吳松儒董事長說，一床棉被、不只帶來一夜溫暖，更希望藉此讓學生能安心的專注在課業學習上、人際互動上，表現出優質的學習力、臉上綻放著開朗無憂的笑容。鼓勵小朋友用功讀書，期待在各個學習領域發光發熱，長大之後貢獻所學幫助社會。

大潭里長陳中正說，後港國小五年前方婉真校長到任時，全校學生只有二十八人，家長都不看好學校，但方校長帶領的教學團隊致力多元學習，發展多元社團展能，玩紙影拉小提，推出幸福圓夢存摺，壽星生日贈書，各項評比成績優異，包括交通安全評鑑、母語訪視、英語讀劇、直笛音樂競賽、藝術深耕訪視優等、高爾夫球球賽第一名，亞洲機器人運動競技大賽全國一名，全市學力檢測，全校平均更是突破全臺南市市平均分數，成績績優獎不完，傑出校友更提供高額獎助金，獲得地方各界肯定，很多家長慕名送孩子就讀，學生逆勢成長，目前全校有七十人，在濱海偏鄉小校殊屬不易，讓親師生引以為傲。

幼兒翁楷茵、謝佳寧說，我們代表接受吳董事長贈送棉被，感到很開心，將帶回家與媽媽一起蓋棉被分享暖流，也將會用功讀書，報答各界的愛心。

方婉真校長說，感謝吳松儒董事長、陳中正里長以及妙惠居士林林長吳文正在寒流掠境，天寒地凍之際，贈送每位學生一床棉被，以及提供獎助學金，帶給學生們溫暖與滿心的關懷，除致贈感謝狀表達由衷謝意外，也期勉學童要懂得感恩與回饋。

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

寫作教學師資班招生

邀請資深教師分享 學會指導寫作的方法
解決寫什麼、怎麼寫兩大難題



解鎖酷知識

國語日報文化中心

發現科學趣味魔法

科學冬令營 早鳥優惠至12/20

2024國語日報 小主播報新聞比賽



2024 秋冬防疫創意競賽 秋冬病毒防疫特攻隊

活動報名



雲閱讀
MDNeReading
國語日報數位閱讀

[加入會員](#) | [登入會員](#)

[時事](#) ▼

[社論](#)

[教育](#) ▼

[公民素養](#)

[科學新知](#)

[藝文天地](#)



李榮茂／臺南報導

臺南市七股區後港國小昨天舉辦頂山鹽灘底棲生物調查活動，中高年級學生在黑面琵鷺保育學會志工帶領下，踏上淺灘，學習底棲生物採集法，認識多樣化的鹽灘生態。從活動中，觀察到鹽灘環境中有多樣生物，了解保護環境的重要。

後港國小校長方婉真指出，學校雖然位處鹽鄉，但學生對鹽灘環境、泥地生態很陌生，為讓學生體驗在地生態，跨出校園藩籬與黑面琵鷺保育學會合作，舉辦頂山鹽灘底棲生物調查活動。

中高年級學生昨天由校長方婉真帶領，抵達頂山鹽灘，再由黑面琵鷺保育學會專業志工曾惠珠指導學生使用採泥器技巧與涉水安全注意事項。之後學生步上淺灘，先採集泥土，再觀察泥土中的生物種類與數量。學童多半沒有踩過泥灘地的經驗，踩進淺灘的直覺反應都是水好冰，土好軟，還有人說快陷進淺灘中，直呼好刺激。

學生將採集而得的檢體，以篩網過濾雜質與泥沙後，再將剩餘的小沙子與生物倒進盆中，以肉眼觀察，並用鑷子挑出腺帶沙蠶蟲，以顯微鏡觀察。學生黃妍表示，鹽灘表面看起來很荒蕪，可是孕育著豐富的生物資源。這些生物雖然都小小的，但都是魚類、鳥類主要食物來源。如果人為破壞造成底棲生物的滅亡，會連帶影響其他生態系。

學生陳贊青說，觀察後發現海鳥很厲害，能用長長的嘴巴將泥土裡的紅蟲吃掉。

教導主任陳美玲表示，藉由活動，學生體會到環境中存在著豐富多樣的生物，到野外不要隨意丟棄垃圾，也不要任意破壞環境，才能保護大自然中的小生命。

圖說：臺南市後港國小學生昨天走入淺灘，採集底棲生物。攝影／李榮茂

熱門點擊

- 1 北市小主播比賽 明德、長安、再興獲特優
- 2 詹皇超越科比 當上NBA歷史打鐵王
- 3 烤旗魚入菜 北市士林吃高鈣健康餐
- 4 勞動節、教師節 全教總、立委籲列國定假日
- 5 2024世界中學生運動會 臺灣空手道、柔道 都有金牌入帳

編輯推荐

摺出祈願星星
上山種胡蘿蔔
維護口腔健康 讓長者飲食無憂
與壓力共舞
確保孩子口腔健康 告別惱人牙痛
會寫作 因為有感朗讀
序曲從配角變主角 柴可夫斯基〈羅密歐與茱麗葉幻想序曲〉
從螺類到骨頭 猛禽的獨特菜單
學霸陪聊天 孔門師生到現代
善用美國時間

讀者服務專線：886-2-23921133
圖書門市專線：886-2-23921133轉1108
國語日報社址：台北市100中正區福州街二號

本社交通資訊  網站地圖  

日報、週刊、中學生報訂閱專線：886-2-23412448
週一至週五 上午9:30-12:30 下午1:30-5:30
網路書店專線：886-2-33433168
紙本線上訂報 數位線上訂報 意見反映信箱



即時 影音 評論 政治 高雄 全國 ▾ 娛樂 精選 ▾ 電競 ▾ 消費 旅行 ▾ 健康 房產財經

首頁 > 搜尋結果 > 萬善爺志工團送愛心物資後港北門國小兩校清寒學子滿心歡喜

萬善爺志工團送愛心物資後港北門國小兩校清寒學子滿心歡喜

2022.09.07 19:24 | 記者李榮茂台南市報導 |





圖說，南鯤鯓萬善爺志工團至台南市後港；北門國小送愛心物資，受惠清寒學子滿心歡喜，場面溫馨。（記者李榮茂攝）



圖說，南鯤鯓萬善爺志工團至台南市後港；北門國小送愛心物資，受惠清寒學子滿心歡喜，場面溫馨。（記者李榮茂攝）

南鯤鯓萬善爺志工團於七日送愛心物資至台南市後港國小、北門國小兩校，三十七位清寒學子受其惠，滿心歡喜，萬善爺志工團副團長王瑞豐等期許小朋友能夠在充滿愛的環境下快樂學習以及在充滿善的校園中努力向上，場面溫馨。

南鯤鯓萬善爺志工團副團長王瑞豐賢伉儷、執行長許進勝、財務長林麗華等於七日上午先後到後港國小與北門國小送愛心物資受到後港校長方婉

真、北門校長姜秋蘭與師生熱烈歡迎。

萬善爺志工團執行長許進勝表示，疫情期間，很多家長確診無法上工，減少收入，讓原本就不寬裕的經濟狀況更顯拮据，該志工團基於萬善爺慈悲濟世精神，決心化小愛為大愛，對外募集善心物資，捐贈弱勢家庭學童，也藉由拋磚引玉效應，讓更多的善心人士及團體跟進，讓愛與關懷綿延不絕許進勝執行長說，後港國小與北門國小均位處濱海偏遠地區，家長從事勞工與養殖撈捕居多，家庭經濟不寬裕，該團為讓弱勢學童得以安心就讀，遂將愛心物資送到後港與北門國小兩校。

王瑞豐副團長說，這些物資都是由萬善爺志工提供與募集而來，希望藉由志工團的微薄之力，能夠幫助小朋友，讓他們能在安心的環境之下健康成長、快樂學習。林麗華財務長說，後港、北門國小兩校在校長帶領的教學團隊的慘澹經營，校務蒸蒸日上，深受家長肯定，紛紛送孩子就讀，在少子化下，學生數逆勢成長，讓人刮目相看。林麗華提到，該團除提供清寒學子愛心物資外，往後學童如有迫切需幫助之處，志工團當協助解決。

後港許姓學生表示，雖然我們家的條件不好，但爸爸常常鼓勵我們要認真學習、保持良善的心；老師也教導我，可以學習改善環境，但一定要保有正確的心態、維持良好的品德；謝謝叔叔、阿姨的幫助，我會認真讀書、聽老師和爸爸的教導。

北門王姓與翁姓學生說，感謝社會善心人士的愛心，我們會好好用功讀書，回報你們。

後港校長方婉真、北門校長姜秋蘭都表示，感謝

南鯤鯓萬善爺志工團的善行，將滿滿的幸福物資贈送給偏鄉孩子，樹立學習典範，除表達誠摯謝意外，也期許孩子承接這份善心之餘，長大後若有能力也要幫助更多的人，將這份愛心傳下去。

台北管理處：台北市中正區鎮江街3之1號7樓 | 電話：(02)2351-2666

總社地址：814高雄市仁武區高楠公路32號 | 總機：(07)3428666 | 廣告專線：(07)3102696 | 訂報專線：(07)3102778 | 爆料專線：(07)3102676

臺灣時報電子報版權所有，未經授權勿任意轉載，違者必究。Copyright | Design © 2020 Mycena

新聞搜尋



[加入會員](#) | [登入會員](#)

時事 ▾

社論

教育 ▾

公民素養

科學新知

藝文天地

認識文蛤構造 南市後港摸蜆收穫大

(2017/10/25)



李榮茂／臺南報導

臺南市七股區後港國小校長方婉真日前帶領全校師生到養殖漁塢，採集文蛤，大家都彎著腰，雙手在漁塢中觸摸，實地體驗動手淘寶的樂趣。

學生鄭瑋脩表示：「首次下文蛤池，怕把文蛤踩壞，大家都站在原地不敢動，我彎下腰將踩到的文蛤摸出來後，發現超大顆，同學都很羨慕，雖然只摸到五顆，但覺得新鮮又有趣。」

七股文蛤養殖業者林建安提供文蛤養殖魚塭，供師生體驗。林建安也仔細為師生解說文蛤的生態與構造，他說如果摸到的文蛤太小，要放回土裡。文蛤殼尖端是呼吸管，鈍的是排泄管，所以尖端呼吸管朝上，文蛤才能呼吸。

圖說：臺南市後港國小師生進行文蛤採集體驗，師生實地體驗動手淘寶的樂趣。攝影／李榮茂

熱門點擊

- 1 北市小主播比賽 明德、長安、再興獲特優
- 2 詹皇超越科比 當上NBA歷史打鐵王
- 3 烤旗魚入菜 北市士林吃高鈣健康餐
- 4 勞動節、教師節 全教總、立委籲列國定假日
- 5 2024世界中學生運動會 臺灣空手道、柔道 都有金牌入帳

編輯推荐

- 摺出祈願星星
- 上山種胡蘿蔔
- 維護口腔健康 讓長者飲食無憂
- 與壓力共舞
- 確保孩子口腔健康 告別惱人牙痛
- 會寫作 因為有感朗讀
- 序曲從配角變主角 柴可夫斯基〈羅密歐與茱麗葉幻想序曲〉
- 從螺類到骨頭 猛禽的獨特菜單
- 學霸陪聊天 孔門師生到現代
- 善用美國時間

讀者服務專線：886-2-23921133
圖書門市專線：886-2-23921133轉1108
國語日報社址：台北市100中正區福州街二號
本社交通資訊  網站地圖  
日報、週刊、中學生報訂閱專線：886-2-23412448
週一至週五 上午9:30-12:30 下午1:30-5:30
網路書店專線：886-2-33433168
紙本線上訂報 數位線上訂報 意見反映信箱

新聞搜尋



[加入會員](#) | [登入會員](#)

[時事](#) ▼

[社論](#)

[教育](#) ▼

[公民素養](#)

[科學新知](#)

[藝文天地](#)

變裝、闖關樣樣來 萬聖節各校大搞怪

(2019/10/31)



臺南市後港國小昨天舉辦英語闖關活動，學生拿著闖關卡向關主念出通關密語，以獲得糖果等獎品。攝影 / 李榮茂

今天是萬聖節，各地學校昨天辦相關活動應景。

臺中市大智國小布置學校大智堂，增添濃厚萬聖節氣氛，並由英語教師團隊設計六道關卡，讓學生在玩樂中學習。活動前，教師除了利用英語課與朝會時間，講述萬聖節故事及進行單字教學，也預告活動當天會有女巫、科學怪人、吸血鬼等各種妖怪出現。果然昨天早上，教師變裝在校門口迎接學生上學，並發送糖果。學生鄭蜜夏說，萬聖節活動不只玩遊戲，還能學到很多英語單字，希望學校每年都能有這樣的活動。

臺南市港尾國小、後港國小分別舉辦萬聖節走秀與「不給糖就搗蛋」英語教學闖關活動。港尾學生在走秀時擺出逗趣表情，誇張的肢體動作，讓其他師生驚呼連連；後港學生裝扮成吸血鬼、小惡魔，還有人頭戴南瓜燈等，見人就問：「trick or treat?」兩校學生體會趣味的異國風俗。港尾學生楊光宸表示，雖然萬聖節走秀活動，需要花很多時間設計服裝和道具，但成果獲得大家認同，被評選為魔王，覺得所有辛苦都值得了。

高雄市左營區新上國小昨天將校門「萬聖節化」，繪有可愛鬼魂、奸笑南瓜、搞笑骷髏人的圖片被掛在校門上，迎接學生上學，連經過的路人也被校門上鮮豔的色調與圖案驚豔。學生鍾峻宇說，老師帶著全班一起布置教室，整間教室就是萬聖節的主展場。

熱門點擊

- 1 北市小主播比賽 明德、長安、再興獲特優
- 2 詹皇超越科比 當上NBA歷史打鐵王
- 3 烤旗魚入菜 北市士林吃高鈣健康餐
- 4 勞動節、教師節 全教總、立委籲列國定假日
- 5 2024世界中學生運動會 臺灣空手道、柔道 都有金牌入帳

編輯推荐

- 摺出祈願星星
- 上山種胡蘿蔔
- 維護口腔健康 讓長者飲食無憂
- 與壓力共舞
- 確保孩子口腔健康 告別惱人牙痛
- 會寫作 因為有感朗讀
- 序曲從配角變主角 柴可夫斯基〈羅密歐與茱麗葉幻想序曲〉
- 從螺類到骨頭 猛禽的獨特菜單
- 學霸陪聊天 孔門師生到現代
- 善用美國時間

讀者服務專線：886-2-23921133

圖書門市專線：886-2-23921133轉1108

國語日報社址：台北市100中正區福州街二號

本社交通資訊  網站地圖  

日報、週刊、中學生報訂閱專線：886-2-23412448

週一至週五 上午9:30-12:30 下午1:30-5:30

網路書店專線：886-2-33433168

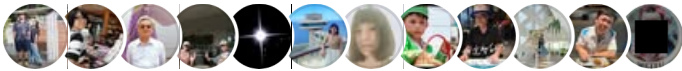
紙本線上訂報 [數位線上訂報](#) [意見反映信箱](#)



編輯

臺南市七股區後港國民小學

公開社團 · 1,153 位成員



邀請

分享

討論區 精選 活動 影音內容 檔案 用戶



Jane Fw

管理員 最常發言的成員 · 2024年12月22日 ·





+5



李榮茂——和 Jane Fw 及鄭啟甫。

2024年12月20日 · 🌐

台南力漢營造捐款助南市後港國小災後重建師生感動

台灣時報2024.12.21 20:20電子報

<https://www.taiwantimes.com.tw/...../new-content.....>

台南力漢營造捐款助南市後港國小災後重建師生感動

李榮茂 / 台南報導

台南市七股區後港國小遭受凱米颱風肆虐，校園受創嚴重，教育局提撥災後重建經費，惟教材教具修繕經費有所不足，三聖慈善會創會會長亦是力漢營造公司創立董事長郭清漢到學校頒贈清寒學生助學金獲悉斯情，經現勘後應允提撥二十五萬元協助災後重建，昨天舉行捐贈儀式，在創立董事長郭清漢等見證下董事長郭峻瑋親自捐贈，由後港國小校長方婉真代表接受，郭清漢董事長的仁風善舉師生甚表感動。

後港國小校長方婉真指出，十一月間凱米颱風掠境，七股濱海地區豪大雨又逢大潮，學區村庄與校園積水數日，教室雖設有水閘門，但積水深及腰，水閘門功虧一簣，專科教室、視聽中心、公室幾乎無一倖免，大水消退後，教室與校園泥濘不堪，受創嚴重，經報請教育局勘查後提撥百九十八萬元作為災後重建經費，惟有些設備如牙醫診療床的馬達故障、筆記型電腦浸水、沖洗



方婉真校長提到，年逾九旬的三聖慈善基金會創會會長郭清漢與理事長郭政男以及秘書重有垣等於日前到學校頒贈清寒學生助學金，得悉斯情甚表關注，郭清漢創會會長等即到受災教室與視聽中心勘查，發現視聽中心與專科教室木質地板以及教具教材受創嚴重，當場應允以力漢營造公司名義捐助二十五萬元作為災後教材教具修繕以及校園重建經費。

力漢營造公司捐贈後港國小災後重建經費二十五萬元，昨天在力漢營造公司舉行捐贈儀式，在三聖慈善基金會創會會長郭清漢、理事長郭政男、力漢營造公司總經理郭勝璋等見證，由力漢營造公司董事長郭峻瑋親自致贈，校長方婉真代表接受，並回贈感謝狀表達謝意。

方婉真校長說，三聖慈善基金會熱心教育，該校去年十二月間在將軍香雨書院辦理「玩美創藝ING」師生藝術創作聯展，襄助經費印製「回憶都是愛」三角桌曆，學生畫作呈現桌曆，文圖並茂，贈送全校親師生以及三聖慈善會會員，深受各界喜愛，且加以珍藏，該基會亦頒贈該校清寒學生助學金，多名學生受惠。

三聖慈善基金會理事長郭政男表示，該會成立後致力於急難救助個案家庭、關懷及致贈獨居寒士物資、辦理捐血活動、喪葬費用補助暨中低收入個案補助，也推動「愛進校園」，捐助臺南市七十餘所國中小校務發展基金、清寒學生助學金、弱勢學生及家庭等難救助金等，嘉惠學子。郭政男理事長提到，三聖慈善會是個肯為社會付出，不求名不求利的團隊，期望有更多願意回饋社會的企業家投身於社會公益的行列，一起來加入慈善會，為提升弱勢民眾美好生活而奉獻一份心力。

圖說，台南市後港國小遭受凱米颱風肆虐，校園受創嚴重，年逾九旬三聖慈善會創會會長郭清漢（左一）獲悉斯情，經現勘後應允提撥二十五萬元協助災後重建；在力漢營造公司舉行捐贈儀式，在創立董事長郭清漢（左二）等見證下董事長郭峻瑋（右二）親自捐贈，由後港國小校長方婉真（中）代表接受，並回贈感謝狀表達謝意。

[查看洞察報告](#)

309個貼文觸及人數



你、郭美枝、楊雲雯和其他33人



讚



留言



傳送



分享



公開留言.....

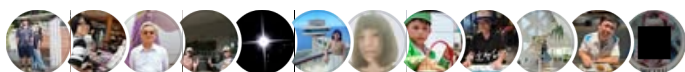




編輯

臺南市七股區後港國民小學

公開社團 · 1,153 位成員



邀請

分享

討論區

精選

活動

影音內容

檔案

用戶

**Huiwen Huang**

保持發言的成員 · 1月3日 · 公開



本校參加2024日本RoboRAVE機器人競賽學生至市府接受市長頒獎表揚，全校全賀。郭蔚文老師深耕機器人教育多年，普獲家長支持與讚賞，更獲邀教育局擔任賽前集訓講師。

相關市府新聞連結如下

https://www.tainan.gov.tw/News_Content.aspx?n=16907.....



[查看洞察報告](#)

231個貼文觸及人數

郭美枝、楊雲雯和其他33人

1 則留言

讚

留言

傳送

分享

最相關



公開留言.....



黃雅玲







/

迴

讀

回

復

分

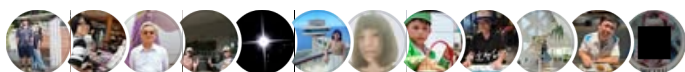
享



編輯

臺南市七股區後港國民小學

公開社團 · 1,153 位成員



邀請

分享



管理員

最常發言的成員 · 2月13日上午11:31 · 地球

近日春雨連綿 ~
春意隨風潛入夜
細雨潤物無聲最美

從學期初到現在 ~
謝謝為善不欲人知 🙏
校友們的襄助興學 🙌
大力校務發展經費 🎉
萬分感恩造福學子 ❤️

#紙影戲經費十萬元

#機器車經費十萬元

#高爾夫經費十萬元

#幼兒園設備十萬元

#班級資訊設備二十萬元

#戶外教育經費持續挹注中

#臺北董仔👉👉👉穿黑色皮衣好像黃仁勳 🤔

#回母校上廁所巧遇校長的妙因緣 🤔

#感恩一切都是上天最美好的安排 🙏



[查看洞察報告](#)

509個貼文觸及人數

你、黃文信、楊雲雯和其他85人

讚

留言

傳送

分享

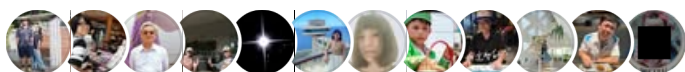


公開留言.....

[編輯](#)

臺南市七股區後港國民小學

公開社團 · 1,153 位成員

[邀請](#)[分享](#)

Jane Fw

管理員

最常發言的成員 · 2月16日上午9:51 ·



1140215 小燕鷗守護者ESG志工日

今日後港國小師生在

頂山校區小燕鷗繁殖棲地

擔任國土保育的生態守護志工

首先了解小燕鷗生態全球直播介紹，並了解生態保育的重要性。

大小志工開始進行棲地復育工作：移除雜草與人為垃圾，提供蚵殼等巢材、搭建遮蔭小屋、放置躲

#又復工啦！為這週的小燕鷗系組的又上環境。

#提升對生態保育的認識與參與感，落實ESG責任。

#透過實地參與保育工作，強化志工團隊的凝聚力，展現團體對生態環境永續的承諾。

#兆豐銀行+中華電信+黑琵學會

+後港國小=小燕鷗生態守護志工



+4

[查看洞察報告](#)

331個貼文觸及人數

你、郭美枝、楊雲雯和其他56人

讚

留言

傳送

分享



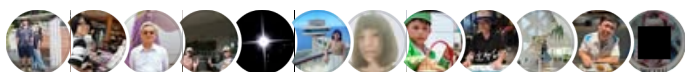
公開留言.....



[編輯](#)

臺南市七股區後港國民小學

公開社團 · 1,153 位成員

[邀請](#)[分享](#)

救國團臺南市團委會蒞校推動閱讀智慧存摺

· 鼓勵學生透過閱讀累積知識，提升智慧。鼓勵學生向校長親自認證讀書成果。校長不僅驗證學生的閱讀理解，更藉此機會訓練學生的口才與膽量。透過與校長互動，學生能增強自信，提升表達能力。

[查看洞察報告](#)

448個貼文觸及人數

楊雲雯、吳昭慧和其他29人

3則留言 2次分享

讚

留言

傳送

分享

最相關



公開留言.....



何明仁
感謝校長的付出。



45分鐘 讚 回覆 分享



20小時 讚 回覆 分享



海將軍



media2.giphy.com

18小時 讚 回覆 分享

臺南市113學年度七股區後港國民小學
健康促進相關成果表

活動名稱	家長參與學校健康促進活動	
活動日期	宣導對象	家長與學生
臉書宣導	參加人數	53
簡述活動內容	向家長宣導衛生資訊、生理期觀念與衛生棉使用	

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)

臺南市七股區後港國民小學 公開社團 · 1,157 位成員 聊天室 管理 群首頁 現 工具 管理小幫手 圖動作、2 種條件 動申請 天有 0 個新項目 運申請 天有 0 個新項目 勤必答問題 審查 天有 0 個新項目 在垃圾訊息 + 建立聊天室	臺南市七股區後港國民小學 公開社團 · 1,157 位成員 聊天室 管理 群首頁 現 工具 管理小幫手 圖動作、2 種條件 勤申請 天有 0 個新項目 運申請 天有 0 個新項目 勤必答問題 審查 天有 0 個新項目 在垃圾訊息 + 建立聊天室	臺南市七股區後港國民小學 公開社團 · 1,157 位成員 聊天室 管理 群首頁 現 工具 管理小幫手 圖動作、2 種條件 勤申請 天有 0 個新項目 運申請 天有 0 個新項目 勤必答問題 審查 天有 0 個新項目 在垃圾訊息 + 建立聊天室	臺南市七股區後港國民小學 公開社團 · 1,157 位成員 聊天室 管理 群首頁 現 工具 管理小幫手 圖動作、2 種條件 勤申請 天有 0 個新項目 運申請 天有 0 個新項目 勤必答問題 審查 天有 0 個新項目 在垃圾訊息 + 建立聊天室
--	--	--	--

班親會



親子溝通



親師生體驗



衛生棉指導

