



114年兒童青少年
健康體位管理

倡議行動



計畫緣由及113年成果



- 全世界包含臺灣的兒童及青少年過重及肥胖盛行率，都有顯著增加的趨勢，**桃園市國中過重及肥胖率為28.24%、高中為29.71%，約每4人有1人肥胖**
- 本府體育局、教育局及衛生局**共同辦理「113年桃園市兒童青少年健康體位活動（桃園超敢動 肉肉桃走中）」，引導兒童青少年瞭解正確體位管理



- 本市55所學校共同響應，共計**320**人參加
- 競賽組104人，共減重**51.83**公斤
- 健康組92人，共減重**161.77**公斤
- 學生與親友或老師共同組隊計21組，共減重**51.4**公斤



活動對象及組別

對象

兒童青少年



- 桃園市國小5、6年級、國中、高中職生過重及肥胖者
(BMI $\geq$ 年齡標準值)

成人



- 學生可再邀請其親友、老師
(至多2位且BMI ≥ 24)

組別



- 依學校為單位，推動校際聯賽，強化參與動能。
- 各校均可參加，不限制參加門檻。



任務說明



屆時發文提供各校網站後台帳密登入填報

以校為單位

可向**教育局**
申請補助執行

對象

學生/老師

親友

量測地點

健康中心

運動中心

1. 桃園國民運動中心
2. 中壢國民運動中心
3. 八德國民運動中心
4. 平鎮國民運動中心
5. 觀音國民運動中心
6. 蘆竹國民運動中心
7. 南平運動中心
8. 楊梅體育園區

組隊前測期間

(114/9/1-10/3)

參賽者進行前測量測，
並由學校統一組隊報名

上傳前測資料

(114/10/6-10/15)

1. 學校統一上傳前測基本資料表(含親友)至報名網頁
 2. 親友需將前測表回傳或繳回至學校，以利統一填報上傳
- *家長同意書學校留存

期中回報

(114/11/25-12/3)

學校於活動網站填寫計畫
期間執行內容，上傳完成
即獲獎勵

上傳後測資料及
成效調查

(115/1/19-1/23)

1. 學校統一上傳後測資料(同前測)
2. 學校勾選計畫成效評分量表至報名網頁



申請教育局補助經費

- 1、報名參與之學校可向教育局申請**最高新臺幣1萬元**補助經費，用以辦理校內運動或健康促進方案（如：聘請運動教練進校指導等）
- 2、學校**經費概算表（核章正本）**連同計畫（核章正本）各1份，於**114年10月15日（星期三）**前寄送至「桃園市政府教育局體育保健科」（33001桃園市桃園區縣府路1號14樓）

相關文件
將於8月底
前正式發
文給各校

桃園市○○高國民中(小)學辦理

114年兒童青少年健康體位管理實施計畫（範例）

- 一、依據：桃園市政府體育局114年8月__日桃體全字第____號函辦理。
- 二、背景說明及現況分析：針對學生健康體位分析、學校特色及推動情形等簡要說明。
- 三、計畫內容與實施策略：(可用健康促進學校六大範疇簡要說明)。
- 四、評價方法或預期效益：目標是否達成之評價方式或預期達到之效益。
- 五、經費概算表(如附件一)。

承辦人：

單位主管：

機關首長：

計畫範例

桃園市114年兒童青少年健康體位管理

補助經費概算表

一、學校名稱：_____（請填寫）					
二、編列經費：10,000元					
三、經費編列：表格不足，請自行增列。					
項次	經費項目	單價(元)(A)	數量(B)	單位(C)	小計(D)=(A)×(B)
1	範例：外聘講師鐘點費	2000	2	時	4000
2	範例：內聘講師鐘點費	1000	2	時	2000
3	範例：內聘助理講師鐘點費	500	2	時	1000
4	範例：文具紙張	1350	1	批	1350
5	範例：學生獎品	1400	1	式	1400
6	範例：運動用品-跳繩	50	5	個	250
總計(E)=(D)加總					10000
核定總經費(由教育局填寫)					

備註：

- 1：本案編列項目請已學校推動健康體位相關計畫、活動或課程等；另請參考「教育部補助及委辦計畫經費編列基準表」編列經常門（如：講師鐘點費、學生獎品、文具紙張、印刷費、運動用品等）項目。
- 2：如有編列講師鐘點費，請務必寫明「內聘或外聘」講師鐘點費；助理講師鐘點費「寫明編列需求之原因」；獎品務必寫明「學生獎品」並「單價不得超過NT200元」。
- 3：經費概算表(核章正本)連同計畫(核章正本)各1份，於114年10月15日（星期三）前寄送至「桃園市政府教育局體育保健科 陳靜宜營養師收」（33001桃園市桃園區縣府路1號14樓）。

承辦人：

單位主管：

主計：

校長：

經費概算表範例



活動網站示意

桃園超敢動
肉肉桃走中

活動量測單位 BMI 前測/後測管理

回活動首頁

BMI 前測/後測管理

帳號
密碼

Login

忘記帳號/密碼

① 網站後台登入畫面示意圖

任務步驟：

- ① 登入學校帳密進入後台
- ② 上傳前/後測量表核章紙本及Excel檔案

*親友將前後測資料表回傳或繳回至學校，由學校統一填報並留存

桃園市114年度「桃園超敢動 肉肉桃走中」健康體位比賽 前測資料表									
請填學校名稱									
序位	姓名	性別	班級 (學生、老師、家長)	小隊編號 (請填寫學生姓名、後測及老師姓名)	前測身高	前測體重	BMI	是否參加	備註
1	王小明	男	學生	12	150	50	21.6	參加	
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									
31									
32									
33									
34									
35									

*表格可自行填列
*請填明各參賽團體資料及數量是否為複量或單測、是否參加
*請填明各校所有參賽團體姓名 (含學生及家長、老師)
*請填明上傳紙本核章表及Excel檔案 (請填明)

② 前測資料表

桃園市114年度「桃園超敢動 肉肉桃走中」健康體位比賽 後測資料表									
請填學校名稱									
序位	姓名	性別	班級 (學生、老師、家長)	小隊編號 (請填寫學生姓名、後測及老師姓名)	後測身高	後測體重	BMI	是否參加	備註
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									
31									
32									
33									
34									
35									

*表格可自行填列
*請填明各校所有參賽團體資料 (含學生及家長、老師)
*請填明上傳紙本核章表及Excel檔案 (請填明)

② 後測資料表

桃園市114年度「桃園超敢動 肉肉桃走中」健康體位比賽

親友前後測資料表 (第1位)

(由親友輸入)
學生姓名: _____
學校名稱: _____
第1位親友姓名: _____
性別: _____
與報名者關係為: _____

下方請填: 由運動中心報名人員輸入

資料 基本資料

身高(公分)	體重(公斤)
--------	--------

(BMI 需 ≥ 24)

測量時間: 114 年 ____ 月 ____ 日
運動中心核章處

資料 基本資料

身高(公分)	體重(公斤)
--------	--------

測量時間: 115 年 ____ 月 ____ 日
運動中心核章處

*備註:
1. 請填明各校所有參賽團體資料及數量是否為複量或單測、是否參加。
2. 請填明各校所有參賽團體姓名 (含學生及家長、老師)。此處僅供統計及查詢。
3. 桃園市所有運動中心清單請見活動網站公告之場域網址。

* 親友前後測資料表

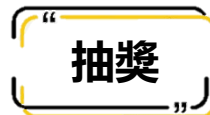


活動獎勵

✦ 期中獎勵：行政人員獎勵+抽獎



學校行政人員獲得嘉獎



(示意圖)

抽出部分學校獲得超商或百貨商品券

✦ 期末獎勵：減重成果換補助金

- 依據各校學生平均減重公斤數，預計取前10名
- 以行政補助金方式予以獎勵，鼓勵學校用於持續推動健康促進措施





計分方式

- 1、學校總減重公斤 (僅計算減重者) /該校參加人數 (取至小數點後2位，並四捨五入)
- 2、該校平均減重公斤需 ≥ 1 公斤，始列入排名
- 3、計分方式舉例：

	體重 (前)	體重 (後)	前-後	總減重公斤數
學生1	50	45	5	5
學生2	55	60	-5	0
學生3	90	80	10	10
叔叔	60	58	2	2
爸爸	70	72	-2	0
老師	55	45	5	5
平均總減重公斤數	$22/6=3.67 \geq 1$			

*若有學校成績相同，將依下列排序遴選優勝學校：

A. 報名人數較多者優勝 (如亦相同則依B.)

B. 取該校個別減重公斤數最多者優勝



期程總結

活動競賽期間(114/9/1-115/1/23)

組隊前測期間

成果發表

9/1 9/12 10/6 10/15 11/25 12/22 115/1/19 1/23 2/23 3/31

計畫
開跑

上傳前測
資料

上傳後測資料
及成效調查

期中得獎公布
(~12/26)

優勝名單公布
(~2/26)

簽署MOU記者會
活動網站前台上線

期中回報(~12/3)

*備註：寒假115/1/22-2/22；過年115/2/14-2/22



113年活動成果





聯絡資訊



如有相關問題，請洽本案承辦人：

桃園市政府體育局 全民運動科 孫若寧 小姐

03-3194510 #5013



簡報結束
歡迎參加