

桃園市建國國民小學辦理

114 學年度健康促進學校實施計畫

一、 依據：

- (一) 桃園市政府教育局中華民國 114 年 8 月 13 日桃教體字第 1140077222 號函。
- (二) 本校 114 年 9 月 10 日課發會議通過。

二、 緣起：

本計畫依據健康促進學校的概念，由學校健康促進委員會，所組成健康促進工作團隊，先診斷學校教職員工生之健康狀況、現有與健康有關的人力、物力及資源及進行健康之需求評估，進而確立學校相關議題的推動策略及實施方式。

針對 114 學年度健康促進學校必選議題：健康體位、口腔保健、視力保健、菸(檳)害防制、性教育(含愛滋病防治)、全民健保教育(含正確用藥)、正向心理健康促進，制定學校衛生政策、建立學生個人健康檔案、實施各項衛教工作、健康教育課程及活動、舉辦各項觀摩活動、實施專題講座、舉辦各項競賽活動、體適能教育、辦理體育社團活動、提倡規律運動、養成健康儲蓄觀念、建立健康安全的校園環境、營造並建立校園良好的精神環境，期許學生、家長和社區民眾皆能有正確的健康觀念與健康行動。

三、 背景說明：

(一) 背景概述

本校位於桃園市大樹林區，是一所規模宏大的學校，擁有 66 個班級，學生人數約 1816 人，教職員工約 150 人。校園面積達 3.95 公頃，種植了超過 200 種植物，擁有 60 多年歷史，致力於提供優質教育。

在全校教師與行政團隊的共同努力下，許多熱心的家長積極參與校務運作，協助學校朝向更優質的教育環境邁進。然而，部分家長仍將親職教育與家庭教育的責任推卸給學校。隨著單親家庭、隔代教養及新移民子女比例增加，學生的學習受到影響。此外，許多雙薪家庭的父母忙於工作，無法充分關注子女的學習情況，社經地位較低的家長普

遍缺乏健康生活方式的知識，這些都對學生的成長與學習產生了挑戰。

本校在體育推廣方面表現卓越，113 學年度上學期計劃開設 40 個社團，其中 24 個為體育性社團，占總社團比例的 60%，充分展現學校對運動的重視。學校的巧固球隊、田徑隊、游泳隊等校隊在比賽中皆取得優異成績。

在硬體設施方面，本校擁有室內溫水游泳池，並為一至六年級的學生提供游泳課程。此外，學校還開設多個游泳訓練班，這些課程也對社區居民及周邊學校的學生開放，旨在促進社區的運動風氣。此外，本校於 113 年新設樂活運動中心，配備跑步機、TRX、啞鈴等多項運動器材，為教職員提供優質的運動環境，提升教職員的運動參與度及身心健康。同時，學校與鄰近的桃園婦女館合作，教職員亦可報名參加婦女館的各類體適能課程，進一步促進學校與社區間的運動交流。

（二）針對本校學生 111-113 學年度健康狀況分析：

1. 視力保健

表 1、111-113 學年度裸視視力不良率

學年度	建國國小	桃園市
111	49.83%	55.29%
112	49.77%	54.56%
113	44.22%	54.64%

本校在三年內的裸視視力不良率一直低於桃園市的平均水準，這表明，建國國小可能在視力保健和用眼管理方面的措施相對有效。

2. 口腔保健：

表 2、111-113 學年度未治療齲齒率

學年度	建國國小	桃園市
111	28.99%	31.25%
112	26.37%	30.59%
113	30.10%	28.59%

表 3、111-113 學年度齲齒複檢率

學年度	建國國小	桃園市
111	62.43%	79.29%
112	49.39%	83.04%
113	69.31%	81.07%

本校在 111-112 年的齲齒防治工作中取得了一定的進展，平均優於桃園市，然而，113 年的齲齒率升高，我們也發現齲齒複檢率明顯低於桃園市平均，雖然在 113 年複檢率有提升，但仍有不足，這提醒我們在口腔健康管理上仍有許多可改進的空間。

3. 健康體位：

表 4、111-113 學年度體位比較(單位%)

年份	建國國小過輕	桃園市過輕	建國國小適中	桃園市適中	建國國小過重	桃園市過重	建國國小肥胖	桃園市肥胖
111 年	9.78	8.36	65.74	63.98	11.37	12.49	13.11	15.17
112 年	10.83	9.36	65.86	65.29	11.78	11.72	11.53	13.64
113 年	10.19	9.42	66.30	65.52	11.70	11.74	11.81	13.57

從體位相關數據可以看出，本校的體位狀況總體較為理想，尤其在體位適中和肥胖比率控制方面表現優於桃園市平均。然而，體位過輕的比率較高，這表明部分學生可能存在營養不足或飲食不均衡的情況。

四、SWOT 分析：

	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅)
地理環境	* 本校位於桃園火車站後站，交通便捷。 * 社區資源眾多，有多座社區公園，還有市立婦幼館。 * 校園面積廣大，提供學生充分的運動空間。	* 本校外配比例有增加，原有國家生活衛生條件大都不如台灣。 * 居民多來自各行各業，生活水平差距頗大。	* 每年編列預算修繕物質環境。 * 家長會支援經費，協助學校教育。 * 與衛生所、聖保祿醫院策略聯盟尋求機構支援講師及辦理健康促進活動。	* 在地文化多元化，尤其近年地方發展迅速，對於心理健康促進可能尚無敏銳覺知。
人口學特徵	* 學務處本學期以推動健康促進活動為衛生組重點工作。 * 行政人員很重視並支持推行健康促進。 * 教師年輕化，中青世代居多，人力資源不虞匱乏。	* 低年級進入學校新環境，與幼兒園不同，指導正確刷牙方式與習慣有其必要性。 * 中、高年級已順利適應環境，口腔衛生習慣的保持是最重要的，建立預防重於治療的觀念，並能落實。	* 教育行政單位每年進行相關衛生工作考評。 * 學校全體教職員工、輔導室及認輔教師積極投入生理健康促進活動。 * 家長志工不僅支援學校各項活動例如：晨間志工、圖書志工、衛生環保志工、交通志工等，且融入學校生活，部份學生在生理健康促進及引導獲	* 每年學生問題都有其特殊性，輔導經驗無法一體適用。 * 學校親職教育日座談會及班親會出席家長人數分佈以中低年級較多。 * 有些班級無法找到班級愛心媽媽到校協助健康促進活動。

資源運用	* 級任或科任老師都願意配合心理健康促進活動。	* 少數教師對推動健康促進有些許抗拒感，害怕增加工作量。	得支援。 * 志工家長願意參與推動健康促進。 * 學區內有市立圖書館大林分館閱覽室，公佈欄作為學校與社區健康活動訊息傳播。	* 家長精神支持，但對於參與班級協助健康促進，因工作關係，熱度稍減。 * 相關衛生單位人力有限，地方支援不足。 * 家長對健康促進活動理念傳承斷層。
菸(檳)害防制	1. 健康中心提供各項健康教學資源。 2. 愛心志工們能接受號召加入健康促進活動並提供人力支援。 3. 親師互動佳，定期召開班親會，將無菸拒檳的觀念像家長宣導。 4. 本校學童吸菸吃檳榔比率極低，且大多數願意宣示反菸拒檳。	1. 學生人數眾多，各項調查工作與統計工作繁重。 2. 相關衛生單位人力有限，地方支援不足。	1. 強化行政對教學整合互動機制。 2. 反菸拒檳的環境形成。	1. 緊鄰福豐國中，易受少部分國中生不良行為影響。 2. 校園周圍多家網咖，容易吸引學童消費。
健康體位	1. 健康中心提供各項健康教學資源。 2. 愛心志工們能接受號召加入健康促進活動並提供人力支援。 3. 本校配有一名專任營養師。 4. 校園提供學童廣闊運動場所。	1. 學生人數眾多，各項調查工作與統計工作繁重。 2. 學童參與活動計畫，毅力不足，易中途而廢。	1. 健康中心提供各項健康教學資源。 2. 愛心志工們能接受號召加入健康促進活動並提供人力支援。 3. 本校配有一名專任營養師。 4. 校園提供學童廣闊運動場所。	1. 學童早餐、晚餐外食多，營養不易均衡。 2. 外界垃圾食物誘惑多，學童體位保持不易。
視力保健	1. 健康中心提供各項健康教學資源。 2. 愛心志工們能接受號召加入健康促進活動並提供人力支援。 3. 親師互動佳，定期召開班親會。	1. 學生人數眾多，各項調查工作與統計工作繁重。 2. 相關衛生單位人力有限，地方支援不足。	1. 每年編列預算修繕物質環境。 2. 家長會支援經費，協助學校教育。 3. 與衛生所、聖保祿醫院策略聯盟尋求機構支援講師及辦理健康促進活動。	1. 學童課業壓力繁重，過度用眼。 2. 電腦電視使用頻繁，眼睛無法充分休息。
口腔保健	1. 健康中心提供各項健康教學資源。 2. 愛心志工們能接	1. 學生人數眾多，各項調查工作與統計工作繁重。 2. 校園潔牙的洗手台數	1. 每年編列預算修繕物質環境。 2. 家長會支援經費，協助學校教育。	1. 潔牙工作易因時間因素，學童熱忱消逝。 2. 潔牙落實度會隨時間消退。

	受號召加入健康促進活動並提供人力支援。 3. 本校位於市區，週遭有多家牙科診所和地區醫院。	量不足。	3. 與衛生所、聖保祿醫院策略聯盟尋求機構支援講師及辦理健康促進活動。	3. 多人共用洗手台，有傳染疾病的危機。
性教育 (愛滋病防治教育)	1. 聘請的講師優秀，教學生動活潑有效率。 2. 健康中心提供性教育教學資源。 3. 本校教師素質優秀。	1. 學校大硬體設備與經費不足，教學效果略打折扣。	1、現在父母所受的教育，逐漸能夠接受性教育。 2、學童身體自主權觀念強化。	1、網路發達，管控無法落實，易受不正確之性觀念誤導。
全民健保教育 (正確用藥教育)	1. 健康中心提供正確用藥教學資源。 2. 桃園縣政府衛生局強力宣導與提供宣導品。 3. 台灣健全的健保制度。	1. 學生人數眾多，各項調查工作與統計工作繁重。	1. 「用藥找醫生」逐漸成為全民共識。	1. 網路、電視、地下電台不正確的用藥觀念，戕害國民身體健康。 2. 黑心藥商充斥在社會角落。
心理健康促進	1. 健康中心提供各項健康教學資源。 2. 愛心志工們能接受號召加入健康促進活動並提供人力支援。	1. 學生人數眾多，各項調查工作與統計工作繁重。 2. 外籍配偶與單親家庭比例增多，對學童心理層面的輔導略顯不足。	1. 每年編列預算修繕物質環境。 2. 家長會支援經費，協助學校教育。 3. 與衛生所、聖保祿醫院策略聯盟尋求機構支援講師及辦理健康促進活動。	1. 外界誘惑多，學童易受影響。 2. 網際網路發達，學童對於價值觀的正確與否無法正確判讀。

五、計畫目標：

- (1) 建立學校健康促進組織與團隊，凝聚集體共識，並發展有效的策略及計畫。
- (2) 增進師生健康促進觀念，應用健康生活實踐策略，培養健康生活習慣。
- (3) 營造健康體位優質環境，建立正確體型意識、消除性別歧視並藉動態生活、均衡飲食，提昇學生體適能，逐年降低學生過輕及過重（肥胖）之比率，以促進學生身心健康。
- (4) 建構師生積極保健觀念，提高自我健康照護知能。
- (5) 有效推動健康議題，促進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提升健康品質。

(6) 提升校園的健康服務，從學生健康資料的建立，掌握健康資料並關心學生健康情形，有效提高視力及口腔不良學生的轉介與矯治。

(7) 透過教學活動與課程設計，使學生習得健康促進的方法，並實踐於日常生活中。

六、計畫內容與實施策略：

工作 範 籌	實施內容	日期	主辦單位	協辦單位
學 校 衛 生 政 策	1. 定期召開學校健康促進委員會，組成健康促進工作團隊運作，提出健康促進計劃。	整年	學務處	各處室
	2. 透過委員會進行需求評估，並能依照評估結果，制定各項衛生健康教育實施計劃。	8-9月	學務處	各處室
	3. 組織「校園危機處理小組」並經常演練、建立「學生緊急傷病處理流程辦法」。	整年	學務處	各處室
	4. 實施各項衛教工作： (1) 實施望遠凝視活動以降低近視發生率。 (2) 定期口腔檢查、提高齲齒矯治率。 (3) 加強學童餐後潔牙活動。 (4) 建立無菸校園環境及舉辦菸害防制宣導活動。 (5) 藥物濫用防制宣導教育活動。 (6) 辦理肅清煙毒宣導活動。 (7) 實施傳染病監控。 (8) 提供學生均衡營養之午餐，每學期不定期檢查午餐廚房。	整年	衛生組 健康中心	導師 午餐執行 秘書、營 養師
	5. 建立學生個人健康檔案： (1) 每學期實施學生健康檢查（身高、體重、視力、口腔、尿液、蟯蟲…等）、建立資料檔案並做適當矯治。 (2) 生長遲滯學生…等體格缺點矯治。 (3) 特殊疾病學生之建檔及照顧。 (4) 傳染病管制及照護。	整年	衛生組 健康中心	導師
	6. 健康教育課程及活動： (1) 將相關議題融入「健康與體育」課程及相關學習領域中。 (2) 實施教師週三體育知能研習、以提昇教師體育知能，培養學生正確運動概念。 (3) 舉辦「健康與體育」課程教學觀摩會（四年級）。	整年 9月 11月	教務處 教學組	健體領域 教師 全校教師
	7. 相關資料上傳「健康促進學校網頁」：建立各議題的相關執行資訊。	整年	衛生組	健康中心

	8. 建立健康安全的校園環境： (1) 開放學校運動場、禮堂等運動設施，以提供社區民眾運動環境，促進健康行為的動力。 (2) 定期檢查各項校園設施並進行維護工作，地下室樓梯間亮度改善、遊戲器材定期檢修等。 (3) 建構完善、安全的校園學習環境、以達到學生「無傷病」之目標。 (4) 定期做飲水檢測，使飲水、用水安全無虞。 (5) 建立無菸、無毒校園環境。 (6) 社區與校園設置監視系統以預防犯罪。 (7) 營造健康、環保、永續的校園環境，與社區共享健康舒適多元的校園。 (8) 建構安全舒壓的學習空間。	整年	總務處	體育組
			事務組	全校師生
			總務處	全校師生
	9. 營造並建立校園良好的精神環境： (1) 建立學校良好的人際互動關係，塑造優質、和諧的校園文化。 (2) 營造彼此尊重、相互關懷、信任和友愛的環境，以提昇教職員工心理的健康質量。 (3) 提供有需要的學生適當的協助。	整年	學務處	家長會
	10. 體適能教育、提倡規律運動、養成健康儲蓄觀念： (1) 每年實施四至六年級學生體適能檢測並培養學生運動知能及促進運動習慣。 (2) 舉辦班級體育對抗賽、辦理運動會。 (3) 每星期三升旗時間與課間活動時間實施全校健康操活動，促進身體健康。 (4) 提倡教職員工課後運動休閒活動（桌球、羽球、…等）。 (5) 舉辦教職員工運動休閒競賽活動（桌球、羽球…等）。	整年	學務處 體育組	導師
菸 (檳) 害防 制	11. 建立「學校—家庭」良好關係： (1) 藉由開學初舉辦的家長親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」之精神和內涵。 (2) 班級與家長建立良好的聯繫和雙向溝通。 (3) 學校與家庭建立友好的互動關係。	9/12	輔導室	導師
	1. 透過委員會進行需求評估，並能依照評估結果，制定實施計劃教育行事曆。	8/30	學務處	各處室
	2. 訂定每年5月與10月為菸害及檳榔防制教育宣導月。		學務處	導師
	3. 辦理家長、教師、學生教育宣導	10月	學務處	導師
	4. 加強環境佈置及充實教育教學設備。	9月	事務組	設備組
	5. 輔導教師、員工、家長勿在校園抽菸及吃檳榔。	整年	衛生組	家長會

	7. 舉辦各項教育宣導：			
	(1) 舉辦才藝競賽，如作文、漫畫、壁報、電腦繪圖、警示標語及法律常識測驗等比賽。 (2) 利用朝會及校園電視台宣導。 (3) 提供各班宣導影片，利用彈性課程時間觀賞。 (4) 張貼懸掛圖片海報。 (5) 圖書館設置專櫃，以方便師生借閱。	11 月	教學組 學務處	教學組 圖書志工
視力保健	1. 一至六年級視力檢查（前測）	9 月	健康中心	導師
	2. 推動學童下課不在教室之運動： 造成近視主要的原因是：長時間的近距離使用眼睛。各班導師督促小朋友下課不在教室，並請家長做記錄，讓眼睛得到充足的休息。	整年	衛生組	導師
	3. 舉辦各項視力保健宣導活動： (1) 視力保健寒暑假作業：作文、漫畫、壁報、電腦繪圖等。 (2) 利用朝會宣導：用眼 30 分，休息 10 分鐘。 (3) 張貼懸掛海報圖片。	次年 3 月	衛生組	導師
	4. 健康教育課程及活動： (1) 利用健康課進行視力保健指導。 (2) 針對視力不良學童，進行視力保健指導；並發通知書告知家長。	整年	健康中心	健康課教師
	5. 視力保健諮詢： 由健康中心提供各項視力保健諮詢，並積極主動介入了解。	整年	健康中心	健康中心 社團志工
	6. 一至六年級視力檢查（後測）	次年 3 月	學生家長	健康中心 志工
口腔保健	1. 一、四年級口腔檢查（前測）	12 月	健康中心	導師
	2. 執行餐後潔牙之工作： 本校係自辦午餐學校。各班導師督促小朋友進行潔牙活動，並請家長做記錄，由潔牙的例行活動變成習慣。	整年	衛生組	導師
	3. 舉辦各項潔牙宣導活動： (1) 利用朝會宣導：落實潔牙 333 活動，張貼懸掛海報圖片。 (2) 舉辦口腔衛生有獎徵答活動。	上學期	健康中心	導師
	4. 健康教育課程及活動： (1) 利用午餐時間口腔衛生指導。 (2) 針對齲齒學童，進行口腔衛生指導；並發通知書告知家長。	整年	健康中心 營養師	導師 志工

	5. 口腔衛生諮詢： 由健康中心提供各項口腔衛生諮詢，並積極主動介入了解。	整年	健康中心	健康中心 社團志工
	6、一、四年及口腔檢查（後測）	次年 3 月	學生家長	志工
健康 體位	1. 一至六年級學童量體重（前測）	9 月	健康中心	導師
	2. 執行均衡飲食之教育工作： 本校係自辦午餐學校。各班導師午餐指導小朋友均衡飲食之觀念，並請家長做督導，由均衡飲食培養學童健康體位。	整年	衛生組 午餐執行 秘書	導師
	3. 舉辦各項健康體位宣導活動： (1) 利用朝會宣導：健康 BMI 值。 (2) 張貼「85210 健康體位」海報。 (3) 舉辦健康體位有獎徵答活動。		衛生組	導師
	4. 健康教育課程及活動： (1) 利用晨會時間健康體位指導。 (2) 針對體位過重學童，進行健康體位指導；並發通知書告知家長。 (3) 每週三晨會時間做健康操，培養學童規律運動之習慣。	整年	健康中心 體育組	導師 社團志工
	5. 闖關活動： (1) 健康體位知識大考驗「前測問卷」收集 (2) 張貼「85210 健康體位」海報。 (3) 健康體位知識大考驗「後測問卷」收集	11 月 12 月	衛生組	導師
	6. 健康體位諮詢： 由健康中心提供各項口腔衛生諮詢，並積極主動介入了解。	整年	健康中心	健康中心 社團志工
	7. 健康體位教育--建立良好的運動習慣 一健康的身型是幸福的保障之一。	整年	健康中心	家長會
	8、一至六年級量體重（後測）	次年 3 月	學生家長	志工
性教育 （愛 滋病 防治 教育）	1. 一至六年級性別觀念調查(前測)	9 月	輔導室	輔導老師
	2. 執行性別之教育工作： (1) 編訂性教育相關課程，融入課程中。尊重彼此性別，正式課程中教導正確的知識與觀念。 (2) 落實輔導老師功能，對於有異常之學童加以追蹤輔導通報。	整年	輔導室	導師
	3. 專題演講： 請專家學者對 1-6 年級進行性教育專題演講。預計二場。 題目：「尊重彼此的性別」「保護自身安全」。	10 月 次年 3 月	輔導室	輔導室

	4. 性教育知識諮詢 由健康中心提供性教育諮詢，並積極主動介入了解。		健康中心	健康中心
	5. 一至六年級性別觀念調查（後測）。	次年 5 月	輔導室	輔導室
全民 健保 教育 （正 確用 藥教 育）	1. 各種正確用藥資料之收集	9 月	衛生組	衛生組
	2. 執行正確用藥之工作： 健康課程推動，各班導師利用相關課程與晨會時間，對小朋友進行正確用藥之教育。	整年	衛生組	導師
	3. 舉辦各項正確用藥宣導活動： （1）正確用藥才藝競賽：作文、漫畫、壁報、電腦繪圖等。 （2）利用朝會宣導：正確用藥的方法。 （3）張貼懸掛海報圖片。 （4）舉辦 1 次正確用藥有獎徵答活動。	11 月	衛生組	導師
	4. 正確用藥知識諮詢 由健康中心提供正確用藥諮詢，並積極主動介入了解。	整年	健康中心	健康中心
	5. 正確用藥衛生教育 預防藥物濫用，保護身體健康，珍惜健保資源。	整年	衛生組	導師
	6. 用藥態度調查。	次年 4 月	衛生組	導師
正 向 心 理 健 康 促 進	1. 各種心理健康資料收集（前測）	9 月	健康中心	導師
	2. 執行心理健康促進之工作：各班導師利用相關課程與生活與倫理時間推動「正當的休閒活動」、「學童求助對象」、「豁達的人生觀」、「正視人性光明面」、「生命教育」等。	整年	衛生組	導師
	3. 舉辦各項心理健康促進宣導活動： （1）心理健康促進才藝競賽：作文、漫畫、壁報、電腦繪圖等。 （2）利用朝會宣導：心理健康，心靈零負擔。 （3）張貼懸掛海報圖片。	11 月	衛生組	導師
	4. 健康教育課程及活動： （1）利用晨間時間心理健康指導。 （2）配課程，進行心理健康教育。	整年	健康中心 輔導室	導師 社團志工
	5. 專題演講： （1）心理健康知識大考驗「前測問卷」收集 （2）「心理健康好快樂」演講，共舉辦二場次 （3）心理健康大考驗「後測問卷」收集	11 月 12 月	輔導室	輔導組 心理師
	6. 心理健康諮詢： 由健康中心和輔導室提供各項心理健康諮詢，並積極主動介入了解。	整年	健康中心 輔導室	健康中心 社團志工
	9、一至六年級心理健康調查（後測）	次年 3 月	學生家長 衛生組 輔導室	志工

七、 預定進度：

月 次 工作項目	第 1 月	第 2 月	第 3 月	第 4 月	第 5 月	第 6 月	第 7 月	第 8 月
1. 成立學校衛生委員會								
2. 組成健康促進工作團隊								
3. 進行現況分析及需求評估								
4. 決定目標及健康議題								
5. 擬定學校健康促進計畫								
6. 編製教材及教學媒體								
7. 建立健康網站與維護								
8. 擬定過程成效評量工具								
9. 成效評量前測								
10. 執行健康促進計畫								
11. 過程評量								
12. 成效評價後測								
13. 資料分析								
14. 報告撰寫								

八、 人力配置：

計畫之主要人力為學校健康促進委員會及工作團隊之成員，各成員之職稱及工作項目見下表。

計畫職稱	姓 名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	莊凱安	校 長	綜理健康促進學校推行督等事宜。
協同主持人	巫建彰	學務主任	召開相關會議，研擬健康促進學校計畫，督導計畫。
協同主持人	邱俊琳	教務主任	督導健康促進學校相關課程方面之規劃與執行。
協同主持人	林健佑	總務主任	規劃健康促進學校之硬體設備相關工作。
協同主持人	邱俊琳	輔導主任	協助辦理健康促進學校師生教育輔導活動。
協同主持人	許秀桃	衛生組長	執行健康促進學校計畫，並推動整整學校衛生政策。
協同主持人	林家慧	生教組長	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評估，社區及學校資源之協調聯繫，執行反菸拒檳。
研究人員	邱盛浩	體育組長	體適能評估，活動策略設計及效果評價，健康與體育領域融入教學，單元訂定與課程計畫編寫彙整。
研究人員	簡秀香 周獻智 邱仲森 陳妤萍	健康與體育 領域教師	執行健康促進學校相關課程，體適能評估，活動策略設計及效果評價。
研究人員	陳香吟 林璇 張智勛 許凱茵 劉芷屏 巫季玫 林光珊	學年主任 (教師代表)	協助辦理學生健康需求之評估及協助校內各項活動之推展。
研究人員	林貞瑜	營養師	健康飲食研究，策略之實施，學童用餐衛生與餐後潔牙指導
研究人員	劉秋碧	護理師	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。
研究人員	待選中	家長會長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務，社區及學校資源之協調聯繫，活動之執行。
研究人員	謝聰仁	志工隊長	社區及學校資源之協調聯繫，協助推展學校與社區健康服務及宣導活動。
研究人員	潘春梅	健康中心 志 工	社區及學校資源之協調整合。

研究人員	潘芝璿	學生 自治市長	協助辦理學生活動，協助班級與行政單位之 聯繫。
------	-----	------------	----------------------------

九、 評價方法：（評價指標、成效指標）：

- (1) 依據本校推動健康促進學校的現況，針對桃園市「健康促進學校」國小評分表之評價指標內容執行情形的自我檢視，並勾選執行的程度。
- (2) 執行程度自評的計分標準如下： 0 代表完全沒做到、1 代表部分做到、2 代表完全做到成果指標。

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數 數數
學校 衛生 政策 4 分	1-1-1 健康促進學校委員會(或相關委員會)涵蓋不同處室成員(包括校長、處室主任、組長、護理師、學生與家長代表等)，統籌規劃、推動及檢討事宜。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-1-2 健康促進學校計畫依照需求制定，納入學校校務發展計畫，且經校務會議或相關會議通過。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
學校 物質 環境 4 分	1-2-1 學校廁所大小便器、洗手設備經常維持清潔。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-2-2 訂定飲用水設備及照明設備管理辦法，定期維護。(如：定期清洗水塔、蓄水池及飲水機水質檢驗、照明設備檢核紀錄等)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
學校 社會 環境 6 分	1-3-1 學校制訂健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之霸凌、性別、愛滋病防治、自殺及死亡等事件。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
社區 關係 4 分	1-4-1 學校每學年舉辦可讓家庭及社區民眾參與的健康促進活動。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。(如：健康體位、菸(檳)害防制、口腔保健、視力保健、性教育(含愛滋病防治)、全民健保(含正確用藥)教育、正向心理健康促進議題)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
健康 教學 與 活動 4 分	1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，以學生為中心的教學策略。授課教師應建置個人教學檔案(含教案、教材及學習單等)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-5-2 健康教育課程各年級每週至少一節課；教師應參與健康促進學校相關課程研習或專業在職進修。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
健康	1-6-1 提供健康檢查，事前對學生說明，並通知家長。(2	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數 數數
服務	分)		
8 分	1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、身障、高度近視等)建置個案管理並作成紀錄。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理規定，並確實執行。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-6-4 學生接受健康檢查完成率達一定比率(2 分) (達 100%為 2 分、95.0~99.9%為 1 分、低於 95%為 0 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	

十、 預期效益：

(1) 依據桃園市 114 學年度「健康促進學校」國小評分表之成效指標，評估目標 是否達成

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
視力保健			
2-1-1 裸視篩檢視力不良就醫複檢率= $A \div B \times 100\%$ (3 分)	A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生人數】 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生人數】 C 裸視篩檢視力不良就醫複檢率	A=_____人 B=_____人 C=_____% ☐ 3 (92%以上) ☐ 2 (87-91%) ☐ 1 (81-86%) ☐ 0	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3 分)	A【達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘視力保健行動目標之學生人數】 B【受調查學生人數】 C 學生視力保健行動平均達成率	A=_____人 B=_____人 C=_____% ☐ 3 (92%以上) ☐ 2 (87-91%) ☐ 1 (81-86%) ☐ 0	
2-1-3 下課淨空率= $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【每節下課有 90%以上的學生至教室外的班級數】 B【施測班級數】 C 下課淨空率	A=_____班 B=_____班 C=_____% ☐ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-1-4 學生戶外活動 120 達成率= $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計 2 小時之學生人數】 B【受調查人數】 C 學生戶外活動 120 達成率	A=_____人 B=_____人 C=_____% ☐ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
口腔保健			

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-2-1 學生複診齲齒診治率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生人數】 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生人數】 C 學生複診齲齒診治率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 3 (92%以上) ☐ 2 (87-91%) ☐ 1 (81-86%) ☐ 0	
2-2-2 推動午餐潔牙活動 (1分)		☐ 1 (有) ☐ 0 (無)	
2-2-3 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過1000PPM)潔牙學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-2-4 學生睡前潔牙比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【睡前潔牙學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生睡前潔牙比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-2-5 學生在學校不喝含糖飲料比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生在學校不喝含糖飲料學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生在學校不喝含糖飲料比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (76%以上) ☐ 0	
2-2-6 學生每日至少使用一次牙線比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【高年級學生每日至少使用一次牙線學生人數】 B【受調查學生人數】 C 高年級學生每日至少使用一次牙線比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (76%以上) ☐ 0	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【學生體位適中人數】 B【全校學生總人數】 C 學生體位適中(正常)比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 3 (60%以上) ☐ 2 (55-59.99%) ☐ 1 (54%以下) ☐ 0	
2-3-2 學生體位不良比率= $D \div E \times 100\%$	A【學生體位過輕人數】 B【學生體位過重人數】 C【學生體位肥胖人數】 D【學生體位不良總人數 A+B+C】 E【全校學生總人數】 F 學生體位不良比率	A=_____人 B=_____人 C=_____人 D=_____人 E=_____人 F=_____ %	此項不計分

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到每周累積 210 分鐘運動量目標之學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生目標運動量平均達成率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 3 (87%以上) ☐ 2 (77-86%) ☐ 1 (76%以下) ☐ 0	
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天五蔬果目標之學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生理想蔬果量平均達成率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天吃早餐目標之學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生每天吃早餐平均達成率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生多喝水目標平均達成率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
菸害防制			
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】 B【全校學生總人數】 C 學生吸菸率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (0%) ☐ 1 (0.1~1%) ☐ 0 (1%以上)	
2-4-2 學生參與菸害防制教育課程比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關於菸害防制教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與菸害防制教育課程比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (90%以上) ☐ 1 (80-89%) ☐ 0	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】 B【吸菸學生人數】 C 吸菸學生參與戒菸教育比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (100%或吸菸率為 0%者) ☐ 1 (96-99%) ☐ 0 (95%以下)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-4-4 學生電子煙使用率=A÷B×100% (1分)	A【曾經使用電子煙學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生電子煙使用率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (0%) ☐ 0 (>0%)	
2-4-5 校園二手菸暴露率=A÷B×100% (1分)	A【校園內有人在面前吸菸學生人數】 B【全校學生總人數】 C 校園二手菸暴露率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (0%) ☐ 0 (>0%)	
檳榔防制			
2-5-1 學生嚼檳榔人數	A【學生曾經嚼檳榔人數】 B【全校學生總人數】 C 學生嚼檳榔比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (0%) ☐ 0 (>0%)	
2-5-2 學生嚼檳榔比率=A÷B×100% (1分)			
2-5-3 學生參與檳榔防制教育課程比率=A÷B×100% (1分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與檳榔防制教育課程比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (80%以上) ☐ 0	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥比率=A÷B×100% (1分)	A【遵醫囑服藥學生人數】 B【受調查學生人數】 C 遵醫囑服藥比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (91%以上) ☐ 0 (90%以下)	
2-6-2 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =A÷B×100% (1分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示學生人數】 B【受調查學生人數】 C 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (91%以上) ☐ 0 (90%以下)	
2-6-3 學生參與正確用藥教育課程比率 =A÷B×100% (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與正確用藥教育課程比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 0 (80%以下)	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 學生參與性教育(含愛滋病防治)課程比率=A÷B×100% (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防治)課程，並完成至少五題前後測之學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與性教育(含愛滋病防治)課程比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (80%以上) ☐ 0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-7-2 宣導活動 (1 分)	每學年宣導性教育(含愛滋病防治)課程場次	☐ 1 (2 場以上) ☐ 0	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動 (1 分)	每學年宣導全民健保教育課程場次	☐ 1 (2 場以上) ☐ 0	
2-8-2 學生參與全民 健保教育課程比率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與全民健保教育課程比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (80%以上) ☐ 0	
正向心理健康促進			
2-9-1 宣導活動 (1 分)	每學年宣導正向心理健康促進課程場次	☐ 1 (2 場以上) ☐ 0	
2-9-2 學生參與正向 心理健康促進課程比 率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【曾經上過有關正向心理健康促進課程學生人 數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與正向心理健康促進課程比率	A=_____人 B=_____人 C=_____ % ☐ 1 (80%以上) ☐ 0	

十一、經費概算表(如附件一)。

十二、本計畫經課發會通過後，陳請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

單位主管：

機關首長：