

# 桃園市 111 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：\_\_大溪國中\_\_\_\_\_

## 健康促進學校願景：(欄位請自行增加)

本計劃蒐集彙整各方意見後，為求促進健康更具體且切合實際需求，將計畫架構分成三個階段實施，分別為需求評估期、計畫推動期、成果評價期，其中成果評價期並無明顯界線，而是每個實施階段都以回顧式的配合實際進行情況隨時檢討修訂。

### 一、短程目標

- (一) 將『健康促進學校』概念推展至全校教職員生，並尋求社區家長的參與與支持，形成共識、創造支持環境，以作為推展『健康促進學校』的基礎。
- (二) 讓學生對於健康促進能有更深一層的認知。
- (三) 發展基本運動能力，學習運動技能，培養學生參與體育活動之興趣與技能。

### 二、中程目標

- (一) 使學生可以具備認識菸、檳榔及毒品等對身體危害之知能。
- (二) 增進學生反菸拒檳的保護因素，使學生了解檳榔與口腔癌之相關性，降低本校學生吸菸與嚼食檳榔率，勇於對毒品說『不』的能力。
- (三) 訂定口腔、視力保健政策。將視力保健計畫融入教學，請專科教師配合教學，期能由更多管道，喚起學生對視力保健的重視。
- (四) 增進青春期均衡飲食及健康體位觀念，藉由校內辦理的相關活動提升體能、維護健康，增進運動持續能力，促進身心均衡發展。

### 三、長程目標

- (一) 結合社區的力量擴大無菸校園的範圍和無菸拒檳之觀念與認知。
- (二) 增進師生對於菸、檳、毒害觀念的自我體認，及拒菸、檳、毒的自我健康的管理，並使學校真正達成無害校園學校，進而推廣至社區。
- (三) 發展有效的健康策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務。
- (四) 培養全校教職員工及學生有良好體適能觀念及建立運動習慣，進而提升健康品質，營造快樂成長的生活環境。

綜合以上，本校的健康促進學校願景為：

1. 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景。

2. 健康促進融入健體領域課程教學，強化學生健康知能。
3. 開設多元社團校隊，辦理體育競賽，提升校園師生運動健身風氣。
4. 加強防菸拒檳宣導，認識香菸檳榔危害，建立無菸無檳生活環境。
5. 推廣口腔衛生與視力保健，養成正確習慣，增進身體的健康。
6. 結合社區資源及家長共同參與健康促進相關活動，共同營造一健康促進之學校環境。

### 健康促進學校特色：(欄位請自行增加)

- 一、 本校致力推動健康促進活動，歷年健康促進學校訪視成績優異:96, 97, 100 學年度健康促進計劃榮獲甲等，99 學年度健康促進計劃榮獲優等，101, 102 學年度榮獲優等，103 學年度甲等，104 學年度優良。
- 二、 本校在防菸拒檳的活動推廣上不遺餘力，95 年度起與大溪區衛生所合作成立「校園戒菸班」，平時並動員全體師生的力量共同防治菸害，選派同學擔任防菸小尖兵，於課間全校巡視稽查。並有同學擔任戒菸大使，種種努力讓本校真正成為無菸無檳的健康校園。
- 三、 94 學年度起與美華國小、中興國小、仁和國中共同加入「綠色學校策略聯盟」。
- 四、 本校堅持給學生最優質的校園環境以促進師生健康。訂定永續校園發展計畫，設立自然素材落葉堆肥區。101 學年新建「環保屋」，落實垃圾資源回收分類工作。全校共同進行校園美化馬賽克藝術創作，美化校區，創造最佳校園環境讓學生健康快樂的學習。
- 五、 辦理各項宣導推廣活動「教職員氣功」、「健康體位宣導」、「傳染病防治宣導」、「菸害防治宣導」、「藥物濫用防治宣導」、「運動傷害防護講座」、「CPR 與 AED 宣導」、「營養教育講座」等多樣性活動。
- 六、 本校同學參加「109 年度反性別暴力微電影競賽」榮獲國中組第一名，指導教師:沈自強老師、林璟薇老師、蔡之民老師
- 七、 本校同學參加「110 年度反性別暴力微電影競賽」榮獲國中組第二名，指導教師:沈自強老師、羅培瑛老師、蔡之民老師

八、 重視飲食營養教育，本校技藝班同學參加 109-111 學年度全市技藝競賽  
榮獲佳績：

文元佳【烘焙組】全市第一名	江屏暄【西餐組】全市佳作
林呈穎【商業管理職群】全市佳作	陳姿珺【中餐組】佳作
沈威廷【西餐組】佳作	黃鈺軒【烘焙組】佳作
蕭美麗【餐飲服務組】佳作	簡玉璇【烘焙組】全市第 4 名
簡欣宜【西餐組】佳作	張博凱【商管群】佳作
黃淑千【中餐組】佳作	陳東宜【西餐組】佳作
許妘云【餐服組】佳作	黃莫文【烘焙組】佳作
黃微瑄【烘焙組】佳作	

九、 107 年獲得教育部「我的未來我作主」反毒微電影競賽—評審特別獎。

十、 每年辦理學生籃、排球比賽、越野賽跑、拔河比賽、羽桌球個人賽，以提升學生體適能，增進身心健康。

十一、 辦理健康促進系列活動：「聰明選，健康吃」營養講座、「健康體位」講座、「好食力，打擊惡視力」、「運動傷害防護」講座等活動。

十二、 本校重視多元發展，受邀至教育部參加公共電視台台灣囡仔讚記者會表演，由雅玲校長帶隊，指導老師沈自強及表演學生彭金蘭、陳子恩。

十三、 108-111 年週會辦理「劉銘混障綜藝團」、「生命鬥士巡迴演講」生命教育講座。

十四、 110 學年度辦理「街口溪步道實地探訪」，利用健走活動欣賞大自然，觀賞水岸步道及生態池富涵多元生物，傳遞保護自然生態資源及環境教育，創造優質學習及生活空間

十五、 發展田徑隊、籃球隊校隊並參加各項體育獎項獲獎無數：

## 112 年桃園中小學田徑運動會

男子 400 公尺	陳彥宸	第五名(個人最佳)
男生 400 欄	陳彥宸	第四名(達全中運)
女生鉛球	陳恩語	第二名(達全中運)
女生鐵餅	陳恩語	第一名(達全中運)
女生標槍	林艾珊	第六名(個人最佳)

## 111 年桃園分齡賽

男子 100	聖凱	第二名
男生 200	聖凱	第二名
女生鉛球	恩語	第二名
男子 4*100 接力	秉弘 聖凱 彥宸 玄昱	第二名
男子 400 欄架	彥宸	第二名

## 112 高雄港都盃

男子 100M	徐聖凱	第六名
女生鐵餅	陳恩語	第六名

## 近兩年盃賽成績

111 學年國中男生乙級籃球聯賽桃園區	第一名
2022 年全方位盃菁英盃籃球錦標賽	季軍
111 楊梅區全民運動籃球邀請賽	冠軍
111 年嘉義配天宮盃全國籃球錦標賽	亞軍
111 年桃園市運動會市長盃籃球賽	季軍
111 年大誠高中暨中國科大拒毒盃籃球邀請賽	季軍
110 學年國中男生乙級籃球聯賽桃園區	第五名
110 新屋區全民運動籃球邀請賽	冠軍
110 全國原住民運動會 青少年籃球桃園市代表隊	季軍

- ✚ 110 全國原住民運動會 青少年籃球 (第三名)
- ✚ 109 學年國中男生乙級籃球聯賽桃園市 (第六名)
- ✚ 110 年桃園市市長盃原住民三對三籃球賽 (第四名)
- ✚ 2020 原客青少年三對三 (第二名、第四名)
- ✚ 109 桃園市議長盃三對三籃球賽 (第一名、第三名)
- ✚ 運動 i 台灣 109 年桃園市三對三籃球賽市決賽 (第二名)
- ✚ 運動 i 台灣 109 年桃園市復興區三對三籃球賽 (第二名)
- ✚ 運動 i 台灣 109 年桃園市龍潭區三對三籃球賽 (第一名、第三名)
- ✚ 運動 i 台灣 109 年桃園市大溪區三對三籃球賽 (第二名)

## 輕艇

110 年短距離錦標賽國男 k1 第一名

110 年短距離錦標賽國男 k2 第二名

110 年短距離錦標賽國女 k1 第四名

110 年輕艇水球錦標賽 第二名

111 年全國中等學校運動會 第二名

111 年全國中等學校運動會 第三名

111 年全國中等學校運動會 第五名

111 年全國青年盃輕艇水球錦標賽 第一名

111 年全國輕艇短距離競速錦標賽 第一名

111 年全國輕艇水球錦標賽 第一名

111 年全國輕艇水球錦標賽 第四名

## 輕艇

111 年全國輕艇競速錦標賽 第二名

111 年全國輕艇競速錦標賽 第三名

111 年全國輕艇競速錦標賽 第三名

111 年全國輕艇競速錦標賽 第四名

111 年全國輕艇競速錦標賽 第七名

111 年全國輕艇競速錦標賽 第八名

112 年全國輕艇競速計時賽 第一名

\* 輕艇隊參與 111 學年度全中運

✚ 907 陳徐嘉獲得 K1 男子組個人艇 1000 公尺第五名

✚ 907 陳徐嘉、809 陳權鋒 K2 男子組雙人艇 500 公尺第四名

✚ 907 陳徐嘉、809 陳權鋒、708 曾子錡、馮嘉文

K4 男子組四人艇 500 公尺第四名

✚ 901 江錢昱安 K1 女子組個人艇 500 公尺第六名

✚ 901 江錢昱安、708 江錢韋杉 K2 女子組雙人艇 500 公尺第四名

✚ 907 陳徐嘉 K1 男子組個人艇靜水標竿第二名

✚ 809 李辰富 C1 男子組個人艇 1000 公尺第六名

109 年桃園市體育會理事長盃田徑接力賽

時間:109/8/1 地點:桃園市體育場

810 郭嘉恩	公開國中組 4x400 公尺混合接力 第五名 4 分 11 秒 49	
810 陳昕	公開國中組 4x400 公尺混合接力 第五名 4 分 11 秒 49	
810 徐仁益	公開國中組 4x400 公尺混合接力 第五名 4 分 11 秒 49 公開男生組 4x100 公尺 第五名 47 秒 07	
709 徐義富	公開國中組 4x400 公尺混合接力 第五名 4 分 11 秒 49 公開男生組 4x100 公尺 第五名 47 秒 07	
709 劉宇軒	公開男生組 4x100 公尺 第五名 47 秒 07	
709 黃立丞	公開男生組 4x100 公尺 第五名 47 秒 07	

✚ 時間:109/8/24~8/27 地點:台中市豐原體育場 台中盃

810 宋庭鎔	國女組 鍊球 第五名 34 公尺 87	
---------	------------------------	--

✚ 時間:109/9/25~9/28 地點:桃園市體育場 分齡賽

810 宋庭鎔	國女組 鍊球 第四名 34 公尺 91 鐵餅 第七名 24 公尺 61	
810 黃歆葳	國女組 鐵餅 第三名 26 公尺 63 鉛球 第七名 10 公尺 90	
810 郭嘉恩	國女組 100 公尺 第八名 13 秒 24	

✚ 時間:109/11/20~22 地點:桃園市體育場 桃園市市長盃

910 徐仁益	公開國中組 4x100 公尺接力 第七名 46 秒 84 100 公尺 第六名 11 秒 82 200 公尺 第七名 24 秒 03	
---------	---	--

910 姜嵩南	公開國中組 1500 公尺 第六名 4 分 52 秒 21	
910 郭嘉恩	公開國中組 4x100 公尺接力 第八名 53 秒 38 100 公尺 第五名 13 秒 24 200 公尺 第三名 27 秒 10	
910 黃歆葳	公開國中組 鉛球 第二名 10 米 58 鐵餅 第五名 24 米 47	
910 宋庭鎔	公開國中組 練球 第二名 36 米 75 鐵餅 第四名 24 米 87	
910 陳忻	公開國中組 4x100 公尺接力 第八名 53 秒 38	

809 林金霖	公開國中組 練球 第五名 25 米 65 鉛球 第三名 11 米 76	
809 徐義富	公開國中組 4x100 公尺接力 第七名 46 秒 84	
809 劉宇軒	公開國中組 4x100 公尺接力 第七名 46 秒 84	
809 湯佑恩	公開國中組 4x100 公尺接力 第七名 46 秒 84	
809 林佳惠	公開國中組 4x100 公尺接力 第八名 53 秒 38	
710 宗靖璇	公開國中組 4x100 公尺接力 第八名 53 秒 38	
110 桃園市中小聯運 地點:桃園市體育場 時間:110/2/4~2/7		
910 黃歆葳	鉛球 第二名 12 米 37 鐵餅 第四名 27 米 75	

910 宋庭鎔	鏈球 第六名 31 米 27 鐵餅 第八名 21 米 10	
910 郭嘉恩	100 公尺 第六名 13 秒 35 200 公尺 第七名 27 秒 63 4x100 公尺 第八名 52 秒 84	
910 陳忻	4x100 公尺 第八名 52 秒 84	
809 林宜霖	標槍 第八名 18 米 72	
809 林佳惠	4x100 公尺 第八名 52 秒 84	
809 林金霖	鏈球 第八名 28 米 50 鉛球 第六名 11 米 23	
710 宗靖璇	4x100 公尺 第八名 52 秒 84	

110 港都全國港都盃全國田徑錦標賽

地點: 高雄市體育場

時間: 110/2/14~2/18

910 黃歆葳	鉛球 第 6 名 11 米 79	
---------	------------------	--

110 年桃園市體育總會理事長盃 110 11/27

810 徐聖凱	4x200 公尺 第八名 1 分 45 秒 29 4x100 公尺 第七名 48 秒 97	
810 陳彥宸	4x200 公尺 第八名 1 分 45 秒 29 4x100 公尺 第七名 48 秒 97	
810 許庭碩	4x200 公尺 第八名 1 分 45 秒 29 4x100 公尺 第七名 48 秒 97	
810 陳振瑀	4x100 公尺 第七名 48 秒 97	
709 許鐘文	4x200 公尺 第八名 1 分 45 秒 29	

111 年桃園市中小學運動大會 2/17~2/20

909 林金霖	鉛球 第二名 12 米 49	
810 徐聖凱	100 公尺 第五名 11 秒 76 200 公尺 第六名 24 秒 17	

	4x100 公尺 第八名 54 秒 14	
810 陳彥宸	4x100 公尺 第八名 54 秒 14	
810 陳亞倫	4x100 公尺 第八名 54 秒 14	
810 陳玄昱	4x100 公尺 第八名 54 秒 14	

111 年桃園市田徑錦標賽 3/26~3/27

909 林金霖	鉛球 第五名 11 米 01	
909 林佳惠	國女 200 公尺 第六名 28 秒 14	
810 黃歆潔	國女 2000 公尺障礙第五名 9 分 38 秒 88 國女 3000 公尺第五名 13 分 09 秒 01	
810 黃歆羽	國女 3000 公尺 第六名 13 分 21 秒 19	
709 陳恩語	國女 鉛球 第六名 9 公尺 22 國女 標槍 第六名 30 公尺 46	
810 陳彥宸	國男 4*400 接力第六名 3 分 50 秒 62	
810 徐聖凱	國男 4*400 接力第六名 3 分 50 秒 62	
810 陳振瑀	國男 4*400 接力第六名 3 分 50 秒 62	
709 蔡瑞祥	國男 4*400 接力第六名 3 分 50 秒 62	

111 年台中盃全國中等學校田徑賽

111/8/22~111/8/25

910 徐聖凱	國男 100 公尺第五 國男 200 公尺第六	
809 陳恩語	國女	

111 年桃園市運動會田徑錦標賽

111/8/26~111/8/28

910 徐聖凱	國男 100 公尺第二名 11 秒 78 國男 200 公尺第三名 23 秒 60 國男 4*100 公尺接力第六名 47 秒 55 國男 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
910 陳彥宸	國男 400 公尺第五名 55 秒 74	
910 黃歆潔	國女 1500 公尺第六名 5 分 48 秒 66	

	國女 800 公尺第二名 2 分 38 秒 14 國女 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
910 黃歆羽	國女 1500 公尺第八名 5 分 50 秒 98 國女 3000 公尺第五名 12 分 34 秒 64 國女 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
910 陳玄昱	國男 4*100 公尺接力第六名 47 秒 55 國男 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
809 陳恩語	國女標槍第三名 31 公尺 44 國女鉛球第五名 9 公尺 95	
809 許鐘文	國男 4*100 公尺接力第六名 47 秒 55 國男 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
809 林君嫻	國女 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
809 蔡瑞祥	國男 800 公尺第五名 2 分 16 秒 32 國男 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
809 江秉弘	國男 4*100 公尺接力第六名 47 秒 55 國男 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	
708 林艾珊	國女標槍第六名 25 公尺 58	
708 吳樊	國女 4*400 公尺接力第八名 4 分 50 秒 46	

111 年桃園市全國分齡賽

111/9/23~9/26

809 陳恩語	U15 女生鉛球第二名 11 公尺 21	
910 黃歆羽	U17 女生 3000 公尺第五名 12 分 31 秒 94	
910 徐聖凱	U15 男生 100 公尺第二名 11 秒 40 U15 男生 200 公尺第二名 23 秒 37 U15 男生 4*100 接力第二名 46 秒 00 U15 男生 4*400 接力第五名 3 分 49 秒 18	
910 陳彥宸	U15 男生 400 公尺跨欄第二名 1 分 01 秒 46 U15 男生 4*100 接力第二名 46 秒 00 U15 男生 4*400 接力第五名 3 分 49 秒 18	
910 陳玄昱	U15 男生 4*100 接力第二名 46 秒 00	
809 江秉弘	U15 男生 4*100 接力第二名 46 秒 00	
809 許鐘文	U15 男生 4*400 接力第五名 3 分 49 秒 18	
809 蔡瑞祥	U15 男生 4*400 接力第五名 3 分 49 秒 18	

111 年桃園市體育總會理事長盃接力賽 比賽日期:111/11/19

比賽地點:桃園市立體育場

910 陳彥宸	國男 4*100 接力 第五名 47 秒 78 國中組 4*400 混和接力 第八名 4 分 18 秒 71	
910 陳玄昱	國男 4*100 接力 第五名 47 秒 78	
910 王佳文	國女 4*100 接力 第五名 57 秒 57	
910 黃歆潔	國中組 4*800 混和接力 第八名 10 分 23 秒 24 國中組 4*400 混和接力 第八名 4 分 18 秒 71	
910 黃歆羽	國中組 4*400 混和接力 第八名 4 分 18 秒 71	
809 江秉弘	國男 4*100 接力 第五名 47 秒 78	
809 許鐘文	國男 4*100 接力 第五名 47 秒 78	
809 許孟澤	國中組 4*800 混和接力 第八名 10 分 23 秒 24 國中組 4*400 混和接力 第八名 4 分 18 秒 71	
809 蔡瑞祥	國中組 4*800 混和接力 第八名 10 分 23 秒 24	
809 何語宸	國中組 4*800 混和接力 第八名 10 分 23 秒 24 國女 4*100 接力 第五名 57 秒 57	
709 莊惟淋	國女 4*100 接力 第五名 57 秒 57	
704 史玫嵐	國女 4*100 接力 第五名 57 秒 57	

112 年桃園市中小聯合運動大會

809 陳恩語	國女組鉛球第二名 11.15 公尺	
809 陳恩語	國女組鐵餅第一名 29.49 公尺	
910 陳彥宸	國男組 400 公尺跨欄第四名 58.43 秒	
910 陳彥宸	國男四百公尺第六名 54.58 秒	
709 林艾珊	國女組標槍第五名 28.31 公尺	
劉維云. 莊惟淋. 何語宸. 黃歆潔	國女 4x400 公尺接力第七名 4 分 36 秒 01	

112 年高雄港都盃全國田徑錦標賽

809 陳恩語	國女鐵餅第六名 31 米 89	
910 徐聖凱	國男 100 公尺第六名 11 秒 40	

## 壹、評價指標 (30 分)：

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
學校 衛生 政策  4 分	1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-1-2 學校衛生委員會(或類似委員會)設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校 物質 環境  4 分	1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-2-2 訂定飲用水設備及 <b>照明系統</b> 管理辦法，定期維護飲用水衛生。(如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗、 <b>照明設備檢核紀錄</b> 等)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校 社會 環境  6 分	1-3-1 學校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。(2分)		
社區 關係  4 分	1-4-1 學校每學年積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 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、無菸(檳)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 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，並運用多元化和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育。健康教育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)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每2學年至少參加學校衛生相關研習18小時專業在職進修。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
健康 服務  8 分	1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，並通知家長。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、肢障、高度近視等)建置個案管理， <b>並分別擬定生活照護要點，持續關懷，掌握病情做成紀錄</b> 。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
1-6-3	學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
1-6-4	學生接受健康檢查完成率達100%。(2分) (達100%為2分、95.0~99.9為1分、低於95為0分)	<input type="checkbox"/> 0 <input checked="" type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
合計 (30分)		29	

## 貳、成效指標 (52分)：請檢附佐證資料

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
<b>視力保健</b>			
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數】=418 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】=455 <b>裸視篩檢視力不良就醫複檢率=91.86%</b>	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
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數】=388 B【受調查人數】=686 <b>學生視力保健行動平均達成率=56.55%</b>	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-1-3 下課淨空率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【每節下課有90%以上的學童至教室外的班級數】=25 B【施測班級數】=27 <b>下課淨空率=92.59%</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
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小時之學生數】=686 B【受調查人數】=686 <b>學生戶外活動120達成率=100%</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
<b>口腔衛生</b>			
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數】=24 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=26 <b>學生複診齲齒診治率=92.3%</b>	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-2-2 推動午餐潔牙活動 (1分)		<input checked="" type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
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)潔牙學生數】=16 B【學生總人數】=686 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率=2.33%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-2-4 學生睡前潔牙比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【睡前潔牙學生數】=625 B【學生總人數】=686 學生睡前潔牙比率=91.1%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-2-5 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】=286 B【學生總人數】=686 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率=41.69%	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 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【每日至少使用一次牙線學生數(國小高年級或國高中)】=205 B【受調查人數】=686 學生每日至少使用一次牙線比率=29.88%	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 0	
<b>健康體位</b>			
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】=428 B【學生總人數】=686 學生體位適中(正常)比率=62.48%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (60%以上) <input type="checkbox"/> 2 (55-59.99%) <input type="checkbox"/> 1 (54%以下)	
2-3-2 學生體位不良比率= $A \div B \times 100\%$	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=258 B【學生總人數】=686 學生體位不良比率=37.52%		
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數】=630 B【學生總人數】=686 學生目標運動量平均達成率=91.8%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (91%以上) <input type="checkbox"/> 2 (81-90%) <input type="checkbox"/> 1 (80%以下)	
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數】=632 B【學生總人數】=686 學生理想蔬果量平均達成率=92.1%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
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數】=625 B【學生總人數】=686 學生每天吃早餐平均達成率=91.1%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
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)目標之學生數】=638 B【學生總人數】=686 學生多喝水目標平均達成率=93.00%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
<b>菸害防制</b>			
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。 A【學生吸菸人數】=0 B【學生總人數】=686 學生吸菸率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (0%) <input type="checkbox"/> 1 (0.1~1%) <input type="checkbox"/> 0 (1%以上)	
2-4-2 學生參與菸害教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關菸害防制教育課程學生數】=686 B【學生總人數】=686 學生參與菸害教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】=0 B【吸菸學生人數】=0 吸菸學生參與戒菸教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-4 學生電子煙使用率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 30 日曾經使用電子煙學生數】=0 B【學生總人數】=686 學生電子煙使用率 0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-4-5 校園二手菸暴露率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 7 日校園內有人在面前吸菸學生數】=0 B【學生總人數】=686 校園二手菸暴露率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
<b>檳榔防制</b>			
2-5-1 學生嚼檳榔人數	係指過去 30 天內曾經嚼檳榔學生數=0		
2-5-2 學生嚼檳榔率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生過去 30 天內曾經嚼檳榔人數】=0 B【學生總人數】=686 學生嚼檳榔率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生參與檳榔教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】=686 B【學生總人數】=686 學生參與檳榔教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
<b>正確用藥教育</b>			
2-6-1 遵醫囑服藥率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【遵醫囑服藥人數】686 B【受調查人數】686 遵醫囑服藥率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-2 不過量使用止痛藥比率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【不過量使用止痛藥人數】686 B【受調查人數】686 不過量使用止痛藥比率= 100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-3 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】686 B【受調查人數】686 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
2-6-4 學生參與正確用藥教育率比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】686 B【學生總人數】686 學生參與正確用藥教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
<b>性教育(含愛滋病防治)</b>			
2-7-1 學生性教育課程參與率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防制)課程學生數】686 B【學生總人數】686 學生性教育課程參與率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-7-2 宣導活動 (1分)	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
<b>全民健保教育</b>			
2-8-1 宣導活動 (1分)	推動宣導活動場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-8-2 學生參與全民健保教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】=686 B【學生總人數】=686 學生參與全民健保教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
合計 (52分)		43	

※各議題問卷及工具可逕至「臺灣健康促進學校輔導網絡」<http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/>下載使用。

參、其他(最高採計 18 分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
<p style="text-align: center;"><b>校本特色</b> (活動及成效) (7分)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本校致力推動健康促進活動，歷年健康促進學校訪視成績優異:96, 97, 100 學年度健康促進計劃榮獲甲等，99 學年度健康促進計劃榮獲優等，101，102 學年度榮獲優等，103 學年度甲等，104 學年度優良。</li> <li>2. 本校在防菸拒檳的活動推廣上不遺餘力，95 年度起與大溪區衛生所合作成立「校園戒菸班」，平時並動員全體師生的力量共同防治菸害，選派同學擔任防菸小尖兵，於課間全校巡視稽查。並有同學擔任戒菸大使，種種努力讓本校真正成為無菸無檳的健康校園。</li> <li>3. 94 學年度起與美華國小、中興國小、仁和國中共同加入「綠色學校策略聯盟」。</li> <li>4. 本校堅持給學生最優質的校園環境以促進師生健康。訂定永續校園發展計畫，設立自然素材落葉堆肥區。101 學年新建「環保屋」，落實垃圾資源回收分類工作。全校共同進行校園美化馬賽克藝術創作，美化校區，創造最佳校園環境讓學生健康快樂的學習。</li> <li>5. 辦理各項宣導推廣活動「教職員氣功」、「視力保健」、「傳染病防治宣導」、「菸害防治宣導」、「藥物濫用防治宣導」、「性教育與愛滋病宣導」、「CPR 與 AED 宣導」、「營養教育講座」等多樣性活動。</li> <li>6. 本校七年七班同學參加「109 年度反性別暴力微電影競賽」榮獲國中組第一名，指導教師:沈自強老師、林璟薇老師、蔡之民老師</li> <li>7. 重視飲食營養教育，本校技藝班同學參加 109-110 學年度全市技藝競賽榮獲佳績：</li> </ol>	7	

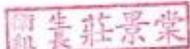
	<p>文元佳【烘焙組】全市第一名  江屏暄【西餐組】全市佳作  林呈穎【商業管理職群】全市佳作  陳姿琄【中餐組】佳作  沈威廷【西餐組】佳作  黃鈺軒【烘焙組】佳作  蕭美麗【餐飲服務組】佳作  簡玉璇【烘焙組】全市第4名  簡欣宜【西餐組】佳作  張博凱【商管群】佳作  黃淑千【中餐組】佳作  陳東宜【西餐組】佳作  許妘云【餐服組】佳作  黃莫文【烘焙組】佳作  黃微瑄【烘焙組】佳作</p> <p>8. 每年辦理學生籃、排球比賽、越野賽跑、拔河比賽、羽桌球個人賽，以提升學生體適能，增進身心健康。</p> <p>9. 發展田徑隊、籃球隊校隊並參加各項體育獎項獲獎無數</p> <p>10. 開設籃球、羽球、排球等…多元體健社團，培養運動健康知能。</p> <p>11. 辦理健康體位相關講座，營造健康體位優質環境，提升正確體型意識，藉動態生活、均衡飲食，提升學生健康體位，降低過輕及肥胖之比例。</p> <p>12. 本校學生 BMI 適中比率  107 學年：64.7%  108 學年：62.6%  109 學年：62.0%  110 學年：62.67%  111 學年：62.48%</p>		
<p>推動前後成效評價  (3分)</p>	<p><input type="checkbox"/>視力保健   <input type="checkbox"/>口腔衛生   <input type="checkbox"/>健康體位  <input type="checkbox"/>反菸拒檳   <input type="checkbox"/>性教育   <input type="checkbox"/>全民健保教育(含正確用藥)</p> <p>(請檢附行動研究成果)</p>		

特殊貢獻(8分)	<p>8分：參與國際認證並獲獎</p> <p>5分：參與教育部辦理之健促競賽(成效評價報告、教學模組、競賽等)</p> <p>5分：中心學校或全市性健促「主辦」競賽「學校」</p> <p>5分：參與本市重點宣導計畫(見備註二，請檢附佐證資料)</p> <p>3分：協力學校、待輔導學校「成效提升」</p> <p>-數據低於全國或全市平均</p>	5 (辦理 109-111 學年度第 12-14 屆國中小學生普及化計畫-桃園市大隊接力錦標賽)	
	合計 (18分)	12	

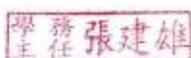
自評總分	84	複核總分		評分表總分 100分
------	----	------	--	------------

訪視意見	(由訪視委員填寫)
------	-----------

承辦人：



主任：



校長：



備註：

- 一、特優：90分以上      優等：85分以上      優良：80分以上
- 二、本學年度本市重點宣導計畫：活力無菸校園(參與教育部菸檳危害防制教育計畫、桃園市無菸校園計畫擇一採計)或成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸班計畫、自行辦理戒菸班擇一採計)。

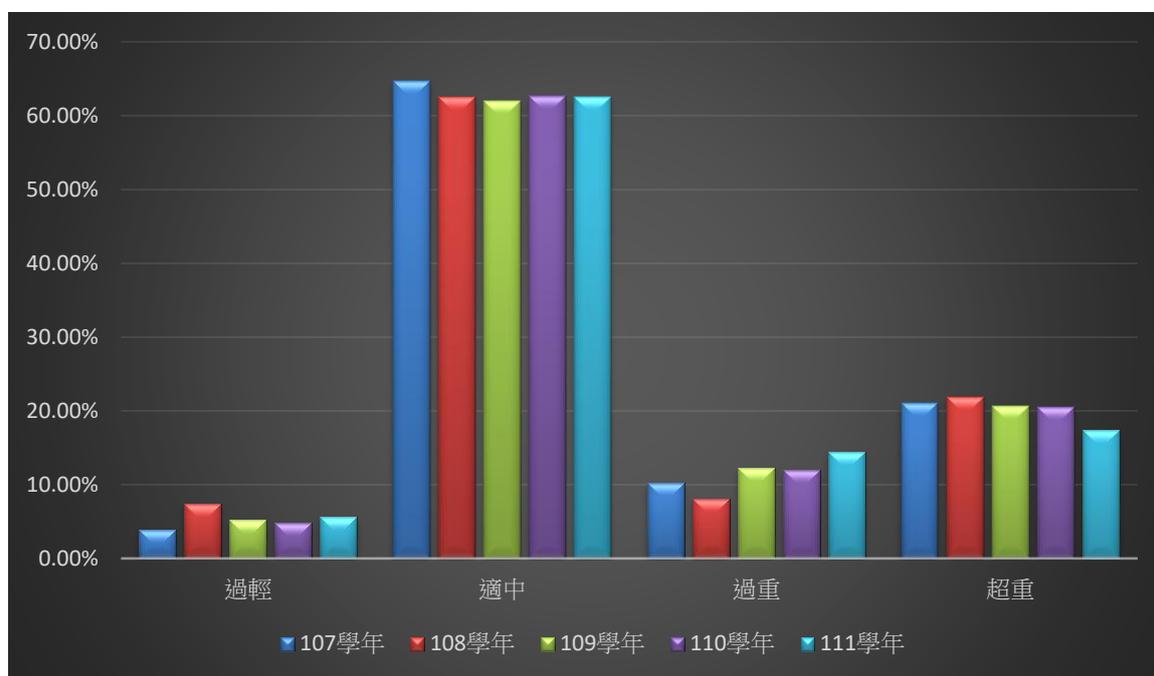
肆、活動紀錄：

107 學年度-111 學年度 學生體位(BMI)統計表

BMI	107 學年	108 學年	109 學年度	110 學年度	111 學年度
過輕	3.9%	7.4%	5.2%	4.82%	5.61%
適中	64.7%	62.6%	62.0%	62.67%	62.48%
過重	10.3%	8.1%	12.2%	11.98%	14.48%
超重	21.1%	21.9%	20.6%	20.52%	17.43%

★本校學生在體位 BMI 適中的比率持平！

107 學年度-111 學年度學生體位(BMI)統計圖



★本校學生在體位 BMI 適中的比率維持穩定！！

成果照片

推動健康促進工作相關會議



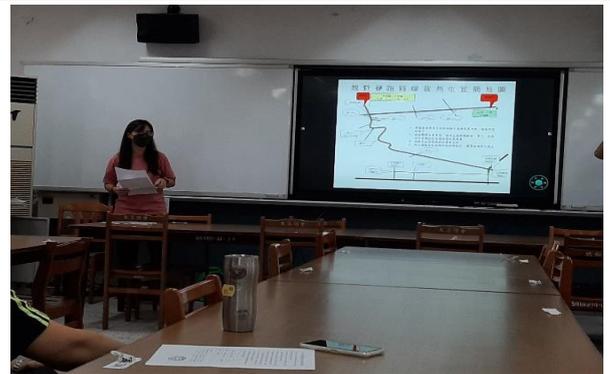
導師會報推動健康促進



導師會報推動健康促進



辦理校內各項體育活動會議



辦理校內各項體育活動會議



辦理校內各項健促活動



辦理校內各項健促活動



辦理校內各項健促活動



辦理校內各項健促活動



辦理校內各項健促活動



辦理校內各項健促活動



辦理校內各項健促活動



辦理校內各項健促活動

辦理健康促進相關活動



110 上學期辦理營養講座



110 上營養講座學生專心聆聽



110 上營養講座學生踴躍回答問題



110 上營養講座學生踴躍回答問題



110 上營養講座學生專心聆聽



校長頒贈感謝狀

## 辦理健康促進相關活動



111 上學期辦理營養講座



111 上營養講座學生專心聆聽



111 上營養講座學生踴躍回答問題



111 上營養講座學生踴躍回答問題



111 上營養講座學生專心聆聽



校長頒贈感謝狀

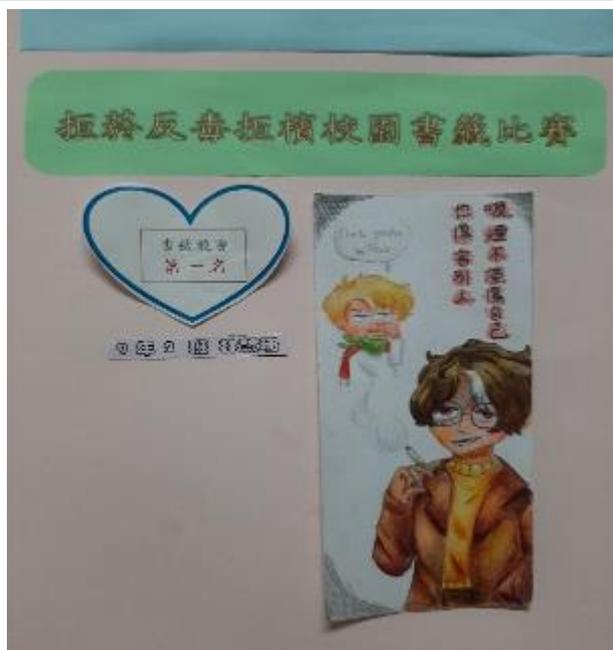
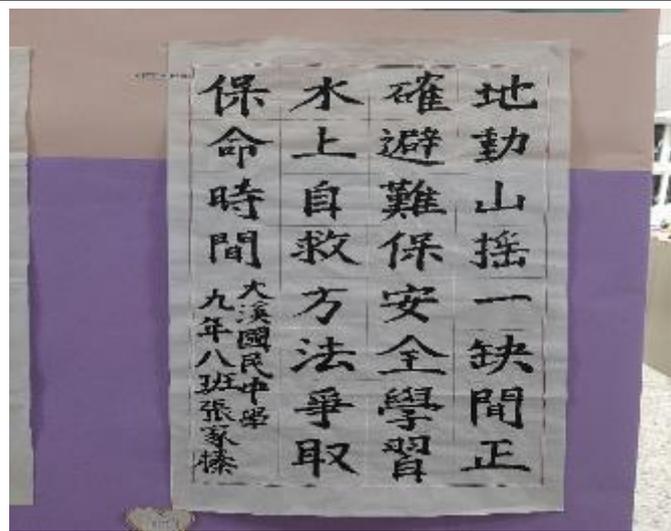
「炎夏『漫』活，創意說『畫』」漫畫比賽



辦理「拒菸、反毒、拒檳」書籤比賽



辦理「拒菸、反毒、拒檳、書法」比賽



校內運動風氣興盛，辦理各項運動競賽



班際籃球比賽



班際籃球比賽



班際籃球比賽



班際排球比賽



班際排球比賽



班際排球比賽

校內運動風氣興盛，辦理各項運動競賽



全校晨跑活動



全校晨跑活動



教師晨跑活動



班際大隊接力活動



運動會會前賽



運動會會前賽

校內運動風氣興盛，辦理各項運動競賽



班際拔河比賽



班際拔河比賽



班際拔河比賽



羽球個人賽



羽球個人賽



桌球個人賽

110-111 學年度第 13-14 屆國中小學生普及化計畫-桃園市大隊接力錦標賽



桃園市大隊接力錦標賽



桃園市大隊接力錦標賽



桃園市大隊接力錦標賽選手認真比賽



桃園市大隊接力錦標賽選手認真比賽



桃園市大隊接力錦標賽選手認真比賽



桃園市大隊接力錦標賽

110-111 學年度第 13-14 屆國中小學生普及化計畫-桃園市大隊接力錦標賽



桃園市大隊接力錦標賽



桃園市大隊接力錦標賽制秩冊



桃園市大隊接力錦標賽銅牌



桃園市大隊接力錦標賽頒獎

110 學年度第 13 屆國中小學生普及化運動計畫 桃園市大隊接力錦標賽決賽				
名次	第一名	第二名	第三名	第四名
年級				
七年級	大園國中 (12分08秒)	大竹國中 (17分09秒)	大溪國中 (15分06秒)	平興國中 (16分59秒)
八年級	大成國中 (14分01秒)	大園國中 (16分08秒)	大溪國中 (14分08秒)	光明國中 (14分51秒)
九年級	大園國中 (14分01秒)	平興國中 (14分08秒)	龍潭國中 (14分08秒)	光明國中 (14分08秒)

桃園市大隊接力錦標賽獲獎學校



桃園市大隊接力大溪國中服務人員

校內運動風氣興盛，辦理各項運動競賽



街口溪生態步道



街口溪生態步道



教育部公視錄影



台灣囡仔讚記者會表演



教育部公視錄影



台灣囡仔讚記者會表演

辦理各項性平教育活動競賽



性平教育影片拍攝



性平教育影片拍攝



性平教育影片拍攝



學生性平教育影片拍攝成果播映



學生性平教育影片拍攝成果播映



學生性平教育影片拍攝成果播映

## 圓光基金會辦理法治及反毒宣導



圓光基金會辦理反毒宣導



圓光基金會辦理反毒宣導



圓光基金會辦理反毒宣導

校長頒發感謝狀



圓光基金會辦理反毒宣導



圓光基金會辦理反毒宣導



圓光基金會辦理反毒宣導



圓光基金會辦理反毒宣導



主任頒發感謝狀



說明： 教師增能研習反毒宣導



教師增能研習反毒宣導



教師增能研習反毒宣導



主任頒發感謝狀

生命教育 -----

劉銘混障綜藝團



### 活動感想

在健康促進計畫的實施下，**本校學生健康體位的比率持續進步!!**

「健康」是人最重要的根本，有健康的身體才能愉快有效的學習，正因為了解健康的重要性，我們藉著此次健康促進學校計畫的推行，將重要的健康知識傳遞給全校師生，讓學生對自己的身體健康更加重視了解。同時也寓教於樂，藉由舉辦各種豐富的社團活動和宣導活動讓學生深切體會運動生活、健康生活的樂趣。在這樣追求健康樂活的校園氣氛下，我們的每個學生都是熱愛運動、健康飲食的健康少年。我們樂於看到學生有這樣的進步和改變，我們也將持續的推動健康促進活動，陪伴學生共同健康快樂的成長!