

臺南市學甲區學甲國民小學 104 學年度學校健康促進實施計畫

一、計畫依據：南市校安(二)字第 1040840277 號

二、計畫摘要

「健康一身，換得一生」有健康的身心靈，才能『學武修文，甲才拔萃』因此本校長年以來極力推動健康促進等相關議題，以提供給師生一個健康的生活學習環境為目標，近幾年執行下來，已逐見成效。

本計畫的擬定旨在發展多元層面與統整性的教學活動，以增進親師生全人健康。首階段由推動小組研議確立推動目標及議題，扣緊學校願景「活力、健康、卓越、創新」，以塑造健康的學習環境為標的。議題選擇配合教育部推動健康促進學校政策，以【視力保健、口腔衛生、菸害防制、健康體位、全民健保（含用藥教育）、性教育】為必選議題，除續推動六大項共同議題外，為建立本校師生正確安全教育觀念，經校務會議評估學校整體健康環境需求，決議以【安全教育與急救】為自選議題。

本學年度計畫依據訂定之目標及議題，評估檢討 103 學年執行的成效，發展有效的計畫與策略。本校各重大議題 103 學年度執行成果分析如下：學童裸視視力不良率降低 1.6%；齲齒盛行率上升 4.25%；健康體位適中率部份下降 2%，顯示有極大的努力空間，是故，本學年各項議題的推動將著力在策略的創新，提供充分的環境支持與健康服務，以增進親師生的健康行為，建立健康的生活型態，進而提升健康品質。

本學年度的另一推動重點為將本計畫融入正式課程，並結合社區人力資源，透過多元與活潑的方式，使健康促進議題滲入日常生活，建立正確的健康態度。最後將執行過程與成果進行評價，以期回饋修正計畫，並進行實施成效評估，以利未來推動參考之依據，並建立永續的健康促進校園。

三、背景說明

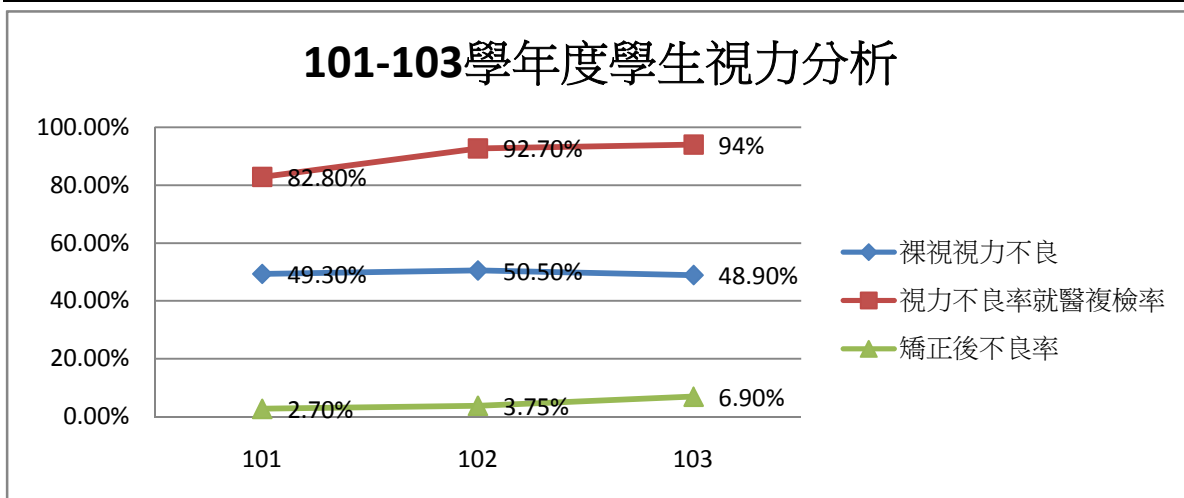
本校位處於城鄉交界，民風純樸，是一所中型學校，幼兒園至六年級共有 16 個班（含一特教班），學生數共 367 人，教職員工 45 人。學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較低落，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。再加上由於近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本校單親家庭及隔代教養學童比例逐漸增加，學童之生活、學習與成長頗值得關切。

因此本校健康促進計劃擬於培養、訓練學生「生活技巧」為導向，發展學生自我覺察與實踐之能力為目標。

(一) 學生問題分析：

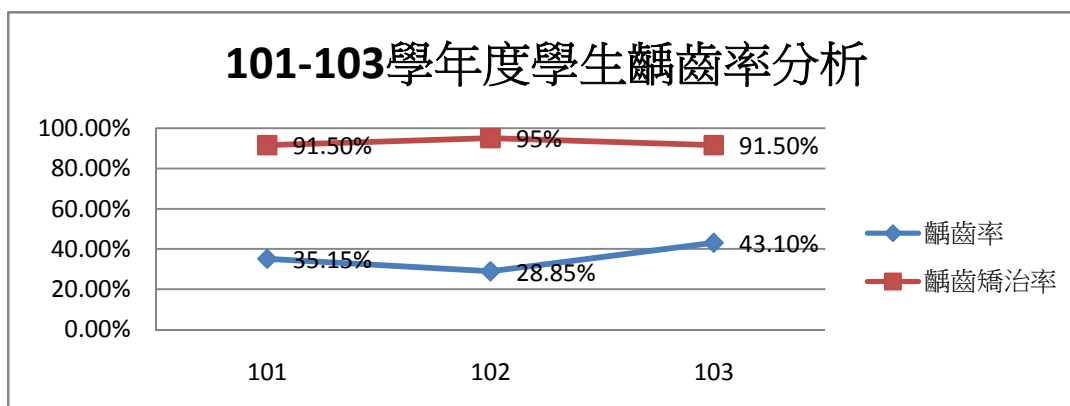
1. 101-103 學年度視力狀況統計

	裸視視力不良	視力不良就醫 複檢率	矯正後不良率
101	49.3%	82.8%	2.7%
102	50.5%	92.7%	3.75%
103	48.9%	94%	6.9%



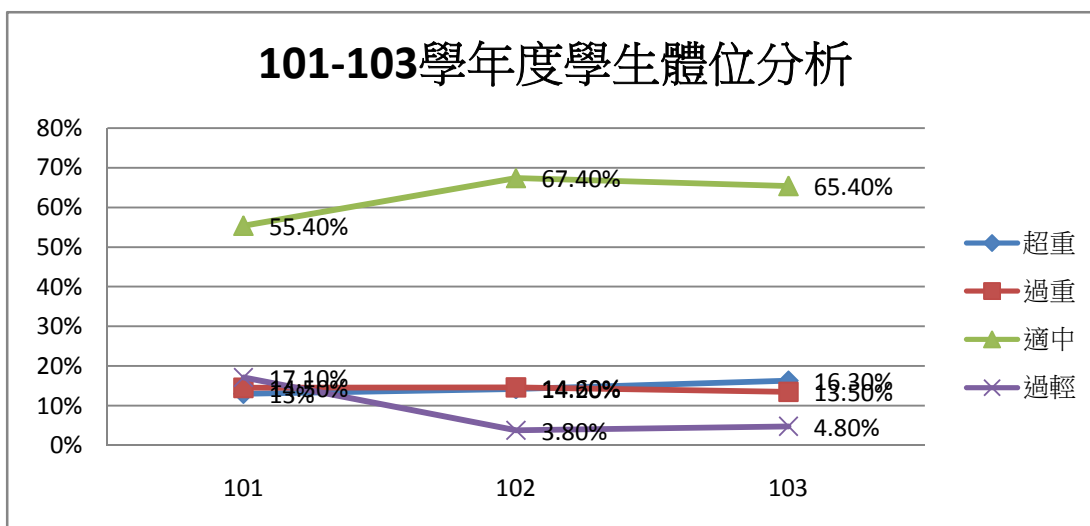
2. 101-103 學年度口腔狀況統計

學年度	齲齒率	齲齒矯治率
101	35.15%	91.5%
102	28.85%	95%
103	43.1%	91.5%



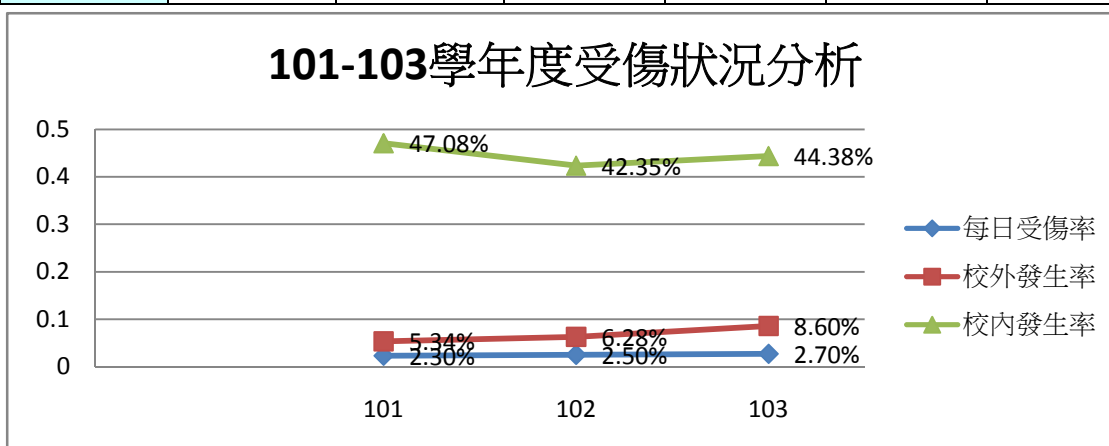
3. 101-103 學年度體位狀況統計

學年度	超重	過重	適中	過輕
101	13%	14.5%	55.4%	17.1%
102	14.2%	14.6%	67.4%	3.8%
103	16.3%	13.5%	65.4%	4.8%



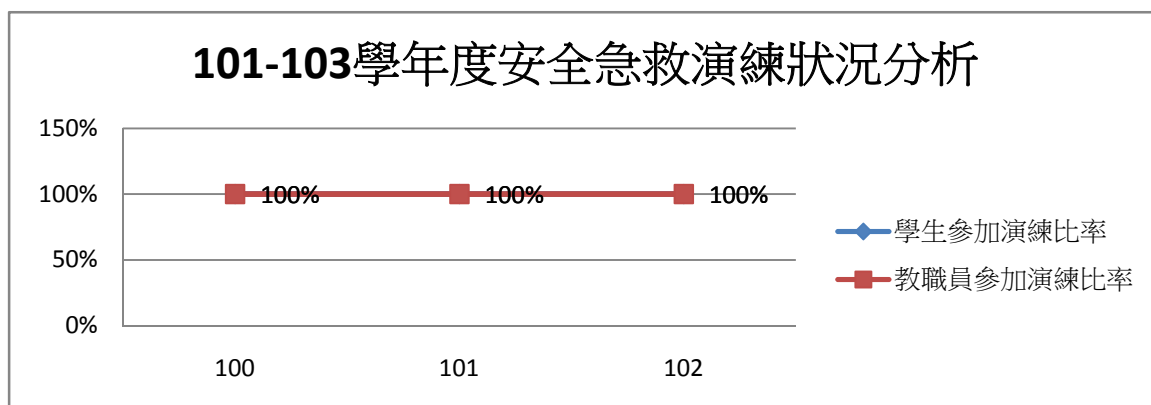
4. 101-103 學年度校園安全受傷狀況統計

學年度	每日受傷率	校外發生率	校內發生率			
			教室	遊樂場	走廊	其他
101	2.3%	5.34%	28.84%	1.54%	10.6%	6.1%
102	2.5%	6.28%	29.18%	3.1%	6.59%	3.48%
103	2.7%	8.6%	31.33%	2.16%	6.68%	4.21%



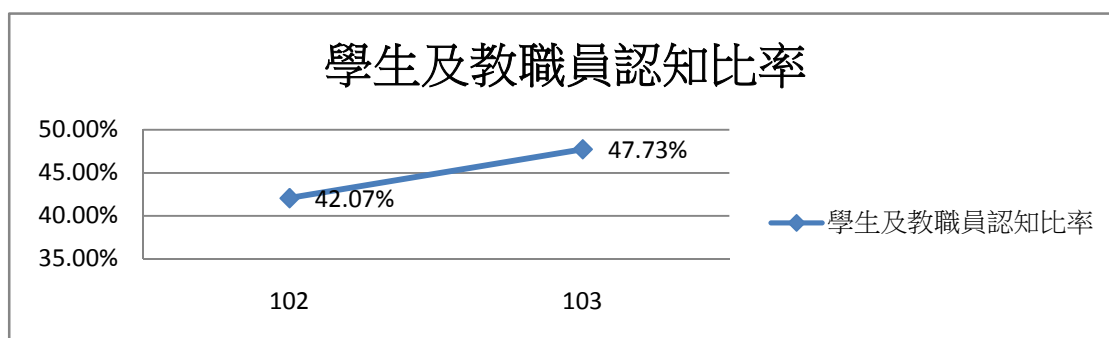
5. 101-103 學年度安全急救演練狀況統計

學年度	學生參加演練比率	教職員參加演練比率
101	100%	100%
102	100%	100%
103	100%	100%



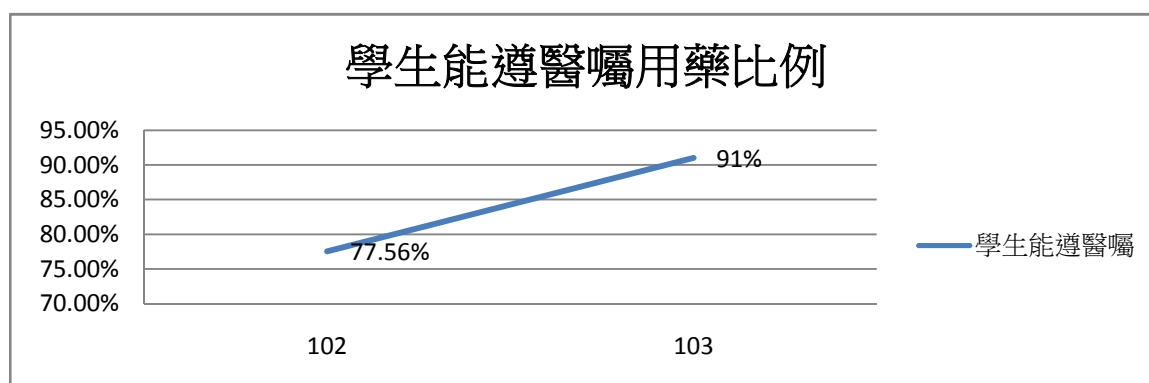
6-1. 102-103 學年度全民健保狀況統計

學年度	學生及教職員認知比率	宣導場次
102	42.07%	2
103	47.73%	2



6-2.102-103 學年度正確用藥教育實施狀況統計

年度	學生能遵醫囑用藥比率	學生洗腎比率	宣導場次
102	77.56%	0%	2(100%)
103	91%	0%	2(100%)



7.102-103 學年度性教育(含愛滋病防治)現況統計

學年度	宣導場次
102	2
103	2

(二) 在地化特色：家庭、學校、社區背景現況分析 (SWOTA)

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅性)	A (行動)
學校環境	1. 學校國小部 13 班，學生 307 人，教職員工 37 人，推動議題不算困難。	1. 學生家長以「農」、「工」、「商」居多，學歷不高，抽菸、嚼檳榔者不在少數。 2. 屬於鄉下學校，不容易與外界接觸。	1. 教師流動率不高者，且具教學熱忱。 2. 學校行政政策與教學活動相輔相成。	1. 教師成員多居外地，要教師達成共識，需以時間換取空間。 2. 教師教學工作已有壓力，實施時可能遭到阻力。	1. 辦理社區相關衛生健康教育講座。 2. 落實無菸害活動，強健體魄。 3. 推行「健康飲食」宣導及措施。 4. 建立「正確用藥」觀念。
家庭環	1. 本校單親、隔代教養、新住民家	1. 家長吸菸者人數不少，影響學生	1. 本校學生無吸菸者。 2. 部分家長	1. 學生、家長衛生教育觀念需加	1. 結合學校與家長，建構學生健康生活環境。

境	庭比率高。	衛生觀念。 2. 家長與學生互動頻繁，但對於健康觀念仍普遍缺乏。	熱心參與學校活動。 3. 家長樂於帶學童到校運動。	強。 2. 家長以「農」、「工」、「商」居多，且多有吸菸習慣。	2. 建立家長與學校良好關係。 3. 建立家長「健康保健」之正確觀念。 4. 增進家長正確用藥等相關知識。
社區環境	1. 奇美醫院佳里分院與本區距離不遠，改善本學區民眾醫療品質。 2. 衛生所願意提供衛生服務。 3. 生祥藥局為本校校友開設，建立健康促進策略聯盟相當容易。 4. 鄉下空空間大，適合強健學生體魄。	1. 有明顯城鄉差距，資訊取得較不易。 2. 附近無太多能提供學校資源者。	1. 家長樸實敦厚，透過教育或許能提升健康觀念。	1. 單親、隔代教養、新住民人數多，衛生教育觀念不足。 2. 部分社區人士缺乏健康保健觀念，以至於未改善家庭照明設備，加重子女視力負擔，也不願意帶子女複檢，以治療視力及口腔問題。 3. 居民習慣服用成藥，而不願意就醫。	1. 辦理親職衛生教育講座，提升家庭教育及衛生觀念。 2. 加強健康保健觀念宣導與實作。 3. 建立社區健康飲食、視力、口腔保健，及正確用藥、健康體位等觀念，進而教育學童正確衛生保健習慣。

(三) 推動議題重點：

整體而言，推行 7 大議題成效皆能達成預期目標，而其中一個議題「健康體位」輔導與追蹤需再加強，菸害教育防制也須由學校推廣到社區、家庭，以讓學童減少暴露在二手菸的環境中，另外，本校長期致力於學生上放學交通安全及校園安全維護，「安全教育與急救」不容忽視，因此為使學校成為一個有益生活、學習與工作的健康場所，也為使健康議題從學校落實到家庭，104 學年度健康促進學校工作計畫，將秉持永續經營的理念，依據學校與社區特性持續推廣與改進，繼續致力於「視力保健」、「口腔衛生」、「健康體位」、「菸害防制」、「全民健保（含正確用藥教育）」、「性教育（含愛滋病防治）」及「安全教育與急救」等議題的推動。戮力推動健康促進相關議題後，不僅

學生獲益，教師也擁有專業知能與教學熱忱，行政部門亦能配合營造綠美化校園，定期檢測教室採光，營造運動氛圍，鼓勵學童餐後潔牙，並配合教學培養健康認知並促進內化，但家庭教育若未能配合，學童的健康將不健全。故 104 學年推動健康促進議題不僅著眼在本校學生，也希望能推廣到家庭，請家長一起關心來關心健康議題，希望健康議題能成為學生帶著走的能力。

四、計畫內容

(一) 計畫目標：

- 1、養成健康的觀念與知識，形成預防性的健康行為。
- 2、建立反菸、正確用藥的意識，使學生遠離誘惑，並能將正確的觀念影響家人。
- 3、以具體有效方法使校園成為無菸、正確用藥且有益健康的學習環境。
- 4、學校的課程中能加入健康促進議題有關之創意內容。
- 5、利用綜合活動時間推動以健康促進議題之全校性活動。
- 6、增強全校師生健康保健常識，並能確實落實於日常生活中，期使視力及口腔皆能接受複診與矯正。
- 7、培養學生健康飲食與營養均衡的觀念，並進而提昇學生對自我健康管理的認知。
- 8、增建健康體位知能，並產生健康行為，建立健康的生活型態，培養出良好的健康生活習慣與規律的生活。
- 9、辦理複合式防災演練，學生能參與急救訓練，在面臨災害能自我防衛或保護家人。
- 10、宣導全民健保-醫療資源善加利用觀念，確實恪守健保制度。
- 11、培養性教育自我保護觀念，遠離愛滋病病毒，擁有健康人生。
- 12、推動「學校--家庭--社區」健康營造模式，強化國民健康生活知能。
- 13、提升全校師生及家長衛生保健常識並建立良好的健康行為。

(二) 具體策略：

1. 籌組健康促進計劃推動小組，暢達溝通管道，凝聚共識確立目標。
2. 健康促進議題融入課程教學，透過協同教學，專材專用。
3. 營造友善與健康的學習環境，充實軟硬體設備。
4. 舉辦教師增能研習活動，結合 e 化教學，提升相關教學知能。
5. 舉辦多元及課外活動教學，讓健康促進議題更為活潑、生動。
6. 建置網絡平台，促進教學資源共享。

7. 定期檢討改進，落實回饋機制，滿足親師生健康需求。

8. 整合校內外資源，共構健促服務網。

(三)具體實施方法與步驟：

實施大綱 議題名稱	(一)訂定學校政策	(二)健康服務	(三)健康教學與活動	(四)學校物質環境	(五)學校社會環境	(六)社區關係
1. 視力保健	1. 籌組委員會，進行需求評估，制定各項衛生健康教育實施計劃。 2. 擬訂實施計劃並納入學校行事曆。 3. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。 4. 鼓勵教師將健康議題	1. 定期進行學生視力檢查並追蹤輔導管理。 2. 定期進行學校硬體空間照明度測量。	1. 執行班級運動日戶外活動。 2. 視力保健衛教宣導。 3. 正確用眼習慣與知能融入教學。 4. 辦理多元戶外活動及愛眼課程。 5. 配合 SH150 活動，善用課間活動，鼓勵學生多運動。	1. 提供教職員工生符合規定的燈光照度。 2. 營造綠意盎然空間，提供戶外活動環境。	1. 辦理親子闖關活動及趣味競賽，增加戶外活動時間與親子互動的機會。 2. 表揚視力優良學童，鼓勵同儕效法與學習。	1. 邀請鄰近學甲衛生所、佳里奇美醫院蒞校辦理宣講或闖關活動。 2. 運用社區資源，協助視力不良弱勢學童視力複檢。
2. 口腔衛生	5. 結合社區資辦理相關活動。 6. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。 7. 舉辦家長親師座談，宣	1. 培訓貝氏刷牙種子教師及潔牙小天使協助口腔衛生教育之推動。 2. 學童進行口腔檢查並將檢查結果通知家長。 3. 推動含氟漱口。	1. 將口腔保健教育及餐後潔牙活動融入教學活動中。 2. 級任老師餐後叮嚀並督導學生實施潔牙。	1. 建置口腔衛生教育專欄及教學情境。 2. 提供全校師生潔牙的環境設備與空間。	1. 辦理親子闖關活動及趣味競賽，增長家長及學生的潔牙知識。 2. 表揚飯後潔牙優良學生，鼓勵同儕效法與學習。	1. 邀請鄰近學甲衛生所、佳里奇美醫院蒞校辦理宣講或闖關活動。 2. 協助低矯治率之弱勢學童接受牙醫師治療。
3. 健康體位	導「健康促進學校計劃」內涵。	1. 提出體位管理計畫，建置學生異常體位專案管理機制。 2. 定期辦理體適能檢測，鼓勵學童多運動。 3. 定期測量學生體位，並追蹤輔導管理。	1. 執行教育部 333 計畫，每週至少運動 3 天（次）每次至少 30 分鐘，每次心跳率約每分鐘 130 次。 2. 安排課間活動（每日時段 10：10～10：30）實施健康操與慢跑活動。 3. 參與全國性	1. 建置健康體位教育專欄及教學情境。 2. 每週擬定一日為蔬食日，師生共同食用營養午餐，培養均衡飲食習慣。 3. 提供全校師生運動的設施與空間。	1. 辦理班際體育競賽，透過互助合作，達到健康體位的目標。 2. 每年固定辦理運動會，學生及家長共同參與體育活動。	1. 邀請鄰近學甲衛生所、佳里奇美醫院蒞校辦理宣講或闖關活動。 2. 舉辦健康促進親職教育講座，給家長健康體位的概念。 3. 邀請營養師蒞校進行營養教育宣導活動。

			天天五蔬果支票活動。			
4. 菸害防制	<ol style="list-style-type: none"> 1. 籌組委員會，進行需求評估，制定各項衛生健康教育實施計劃。 2. 擬訂實施計劃並納入學校行事曆。 3. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成立戒菸班，提供學生及家長戒菸的場所及管道。 2. 提供菸害及戒菸資訊，讓家長及學生可以遠離菸害。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每學年實施菸害防制融入課程教學。 2. 辦理拒吸二手菸教學活動。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校園張貼禁菸標誌，建置無菸校園。 2. 禁放菸灰缸，營造無菸空間。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合運動會，將拒菸之健康議題融入遊行，以行銷「無菸家庭」計畫。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請鄰近敏惠護校、柳營衛生所、柳營奇美醫院蒞校辦理宣講或闖關活動。 2. 製作年曆宣導無菸家庭，給家長無菸的生活理念。
5. 全民健保(含正確用藥教育)	<ol style="list-style-type: none"> 4. 鼓勵教師將健康議題納入課程與教學。 5. 結合社區資源辦理相關活動。 6. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。 7. 舉辦家長親師座談，宣導「健康促進學校計劃」內涵。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 擬定全民健保教育計劃。 2. 提供學生及家長全民健康相關資訊及標章，以選擇有健保特約的醫院或藥局。 3. 擬定正確用藥教育計畫。 4. 提供每個家庭藥師諮詢電話，提供藥物使用諮詢管道。 5. 提供藥物檢收資訊，鼓勵家長進行藥物回收。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確實執行全民健保教育活動，並融入教學課程。 2. 帶領學生到健保藥局參訪。 3. 確實執行正確用藥教育活動，並融入教學課程。 4. 帶領學童至社區藥局進行參訪，並進行闖關體驗活動。 5. 結合藝術與人文辦理正確用藥教育徵圖比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 設置全民健保宣導專欄與網路學習環境。 2. 設置正確用藥教育宣導專欄與網路學習環境。 3. 設計模擬藥局，提供教學情境。 4. 設置藥物檢收站，提供檢收服務。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供全民健保正確使用觀念，並辦理闖關活動。 2. 結合教學成果發表，提供正確用藥觀念，並辦理闖關活動。 3. 培訓正確用藥小志工，透過答嘴鼓或小主播方式，傳達正確用藥的理念。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 與社區資源合作，提供教職員工全民健保相關知能研習。 2. 舉辦健康促進講座，讓全民健保相關知能由學校延伸至家庭。 3. 邀請社區資源蒞校舉辦正確用藥教育宣導活動。 4. 與社區資源合作，提供教職員工正確用藥相關知能研習。 5. 辦理親職教育講座，將正確用藥相關知能由學校延伸至家庭。
6. 性教育		<ol style="list-style-type: none"> 1. 擬定性教育防制計劃。 2. 設置性教育諮詢服務，給予學童詢問的管道。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確實執行性教育與愛滋病防制教育活動，並融入教學課程。 2. 舉辦性教育與愛滋病防制教育宣 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 設置性教育宣導專欄與網路學習環境。 2. 營造性別平等空間，給予全校師生彼此尊重的 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合運動會，將性教育之健康議題融入遊行，提倡尊重其他性別的權利。 2. 配合期末教學成果發 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 與社區資源合作，提供教職員工性教育相關知能研習。 2. 辦理親職教育，將性教育相關知能

	<ol style="list-style-type: none"> 1. 籌組委員會，進行需求評估，制定各項衛生健康教育實施計劃。 2. 擬訂實施計劃並納入學校行事曆。 3. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。 4. 鼓勵教師將健康議題納入課程與教學。 5. 結合社區資源辦理相關活動。 6. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。 7. 舉辦家長親師座談，宣導「健康促進學校計劃」內涵。 		<p>導活動。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 提供性教育-自我保護觀念，與實際演練課程。 	學習環境。	表會，演出與性教育相關的戲劇。	<p>由學校延伸至家庭。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 結合社區資源辦理愛滋病防治宣講活動。
7. 安全教育與急救		<ol style="list-style-type: none"> 1. 擬定安全與急救教育計畫。 2. 透過連絡簿或班親會提供學生及家長安全教育與急救相關資訊。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確實執行安全與急救教育活動，並融入教學課程。 2. 舉辦安全與急救教育教育宣導活動。 3. 提供安全與急救教育觀念，並辦理複合式防災演練。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 設置安全與急救教育宣導專欄與網路學習環境。 2. 建置防災校園，提供防災物資與配備。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合運動會，將安全教育與急救之健康議題融入遊行，喚起安全教育之重要。 2. 培訓安全小志工，協助安全教育與急救教育之推動。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 與社區資源合作，提供教職員工生安全與急救教育相關知能研習。 2. 結合班親會或親職講座將安全與急救教育相關知能由學校延伸至家庭。

五、人力配置

編制	職稱	姓名	職掌
召集人	校長	蔡玉葉	統籌並對健康促進學校相關事宜作決策。
副召集人	家長會長	邱國彰	協助推展健康促進學校計畫工作，並喚起家長對健康之重視，進而擴大至社區。
執行秘書	學務主任	林祝豐	<ol style="list-style-type: none"> 1. 研究策劃，督導健康促進學校計畫執行，並協助行政協調。 2. 協調各項執行達成預期指標或進度。

活動組	體衛組長 護理師	吳幼灯 白秀玉	1. 負責支持性環境之營造及佈置 2. 舉辦健康促進學校相關活動 3. 健康促進相關活動的推行與運作
教學組	教學組長	李致淵	負責推動健康議題融入各領域教學
資訊組	網管人員	陳俊廷	健康促進學校網頁製作及維護
服務組	護理師	白秀玉	1. 提供學生、家長、教職員工相關健康諮詢。 2. 身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價 3. 負責策劃健康促進學校計畫之推動，協調各項執行及達成預期指標或進度。 4. 計畫對內、對外之聯絡窗口。
庶務組	總務主任 事務組長	鄭淑文 吳育惠	1. 協助活動會場開放、音響及空調。 2. 負責活動所需物品之採購及經費核銷。 3. 社區及學校資源之協調聯繫。
支援組	一年級教師	陳美卿	1. 學生之健康教學、協助及追蹤。 2. 協助班級學生健康促進學校活動之進行及事宜。
	二年級教師	林美惠	
	三年級教師	陳玲琴	
	四年級教師	李青芳	
	五年級教師	袁佳禾	
	六年級教師	陳嘉琪	
	幼兒園教師	莊雅薰	
	特教班教師	陳瑞欣	
	學生代表	謝家翔	

六、預定進度

月次 工作項目	104年	104年	104年	104年	104年	105年	105年	105年	105年
	7月	8月	9月	10月	11-12月	1-2月	3-4月	5月	6月
1. 召開學校健康促進委員會	■								
2. 進行現況分析及需求評估	■								
3. 決定實施目標及健康議題		■							

月次	104年 7月	104年 8月	104年 9月	104年 10月	104年 11-12月	105年 1-2月	105年 3-4月	105年 5月	105年 6月
工作項目									
4. 擬定過程成效評價工具			————						
5. 健康促進議題前測			————						
6. 擬定健康促進學校計畫			————	————					
7. 編製教材及教學媒體			————	————	————	————	————	————	
8. 建置與維護健康促進網站				————	————				
9. 執行健康促進計畫		————	————	————	————	————	————	————	————
10. 過程評量					————	————			
11. 成效評價(後側)								————	
12. 資料分析								————	
13. 成果報告撰寫									————

七、成果指標與評價方法

(一) 成果指標

議題名稱	成果指標暨達成比率
視力保健	1. 裸視視力不良比率降低至 48%。 2. 視力不良矯治率上升達 95% 以上。
口腔衛生	1. 一四年級齲齒率降低至 42%。 2. 齲齒矯治率上升達 93% 以上。 3. 學童每日實施午餐後潔牙每週累計可達 3 次。
健康體位	1. 學生體位超重下降至 15%，過重比率合計下降至 13%；過輕比率下降至 4%，學生體位正常率能上升至 66%。 2. 體適能檢測達標準的比率達 70%。
菸害防制	1. 學生吸菸率維持 0%；

	2. 菸害防制宣導場次達 2 場以上。
性教育 (含愛滋病防治)	1. 親師生性教育(含愛滋病防治)宣導場次達 2 場以上。
全民健保 (含正確用藥)	1. 學生及教職員認知比率達 90%以上及支持率達 90%。 家長認知比率達 80%以上及支持率達 80%。 2. 親師生全民健保宣導場次達 2 場以上。 3. 學生遵醫囑正確用藥比率達 85%以上。 4. 辦理學生、社區正確用藥宣導每學期各至少 1 次。
安全教育與急救	1. 每學期安全與急救教育複合型防災演練至少 2 次。 2. 教職員工與六年級學童參加 CPR 急救訓練人數比率 98%以上。

(二) 評價方法

1. 過程評價

- (1) 設計問卷調查全校教職員工、學生及家長對健康促進議題及健康校園願景的認同程度，並評估學校環境的生理與心理安適性，以促進全體師生健康。
- (2) 結合社區資源與地區醫院建立合作網絡及夥伴關係，成立學校與社區醫院聯絡平台，定期宣教，達成身心健康之目標。
- (3) 定期舉辦各健促議題動、靜態比賽，藉以檢視學生學習成效。
- (4) 實施健康促進學校認知前測，以了解本校師生對健康促進議題的認知程度，以做為推動之依據。

2. 成果評價

- (1) 學年結束進行總後測，並輔以親師生的深度訪談，蒐集質性資料以確實評估計畫成效。
- (2) 根據質量化的實施成效，作為未來健康促進學校推動之擬定方向。

八、預期效益

(一) 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景

1. 運用民主化、參與式及透明化的學校管理策略，制定學校衛生政策。

- 2.營造全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的氛圍。
- 3.建構學校的健康發展目標與共同的價值，形成校園中每一分子所認可的共識。

(二)營造一個生理與心理安適的學校環境以促進健康

- 1.生理的環境—包含易適應且安全的校園建築、設施，使學生容易於學校環境中適應並且強調學校中教師與學生的互動與參與關係。
- 2.心理的環境—包含對於學校的看法、感受與社會的連結，以及學校中的溝通型態與衝突的管理。

(三)激發全校師生參與並且發展其行動能力

- 1.建立學生個人健康檔案，養成健康儲蓄觀念。
- 2.切實實施各項衛教工作，培養學生成為「明眸、口氣清春以及活力滿分」的青少年。
- 3.舉辦各項競賽活動，寓教於樂，提升師生健康概念。
- 4.重視師生健康實踐能力，提升其行動動機與意願。

(四)結合社區資源與地方社區建立合作網絡及夥伴關係。

- 1.引進家長及社區義工之資源，建立健康「學校—家庭—社區」良好互動關係。
- 2.建立學校成為社區中「健康促進」的資訊交換平台，運用親職教育、家庭教育傳遞健康概念。
- 3.結合班親會、義工團及家長會的人力物力，作為學校推行「健康促進」的最佳後盾。

(五)將健康促進概念落實於教學與課程，融入在生活經驗當中

- 1.設計健康與體育教學活動，強化學校本位健康課程。
- 2.舉辦健康教學觀摩活動，實施專題講座、座談會，提升師生與社區家長健康知能。
- 3.加強師生體適能教育及檢測，建立體適能護照，提倡規律運動，使師生養成「能運動、肯運動、願運動」的習慣。