

高雄市 100 學年度推動健康促進學校成果報告表

國中組       高中、職

校名：高雄市立前金國中 全校人數：994

(一)健康體位

學期 \ 項目	過輕		過重及肥胖		體位異常	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
100 學年上學期(前測)	189	19%	277	27.87%	466	46.8%
100 學年下學期(後測)						
改善/增減情形						
※體位異常包含過輕、過重及肥胖						
實施策略：(如辦理哪些活動、結合哪些單位…請條列式呈現)						
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校營養午餐菜單由營養師設計，以營養均衡飲食的菜單為主，減少高熱量之垃圾食物。</li> <li>2. 辦理校內班際體育競賽，增強學生運動之動機。</li> <li>3. 將健康體位之觀念融入健體課程中，讓學生能了解如何「吃」出健康、「動」出健康，並能將觀念導入家庭中，在平常生活中能拒絕垃圾食物的誘惑。</li> <li>4. 每學期做身高體重檢查，並追蹤過輕、過重之學童，加強輔導。</li> <li>5. 結家政課程內容，加強宣導食品添加物之危害，避免學童食用人工添加物之食品及飲料。</li> <li>6. 於公佈欄張貼健康飲食之海報，並於校門口懸掛布條，建立健康體位環境。</li> <li>7. 校園各樓層皆佈置飲水機，鼓勵學生自帶水壺多喝白開水</li> </ol>						

(二)健康體適能

學期 \ 人數	體適能檢測資料上傳情形		待加強	
	學生數	上傳百分比	學生數	佔受檢人數百分比
100 學年上學期(前測)	994	98.79%	280	29.47%
100 學年下學期(後測)				
改善/增減情形				
實施策略：				
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辦理校慶運動會</li> <li>2. 辦理班際跳繩比賽</li> <li>3. 辦理愛河師生健走活動</li> <li>4. 辦理班際球類比賽(籃球、排球、足壘球、躲避球)</li> <li>5. 放學後開放操場、籃球場及網球場供師生使用，培養運動風氣</li> <li>6. 每學期檢測體適能狀態，並於體育課補充正確體適能觀念</li> </ol>				

### (三)菸檳防制

學期	人數	全校師生吸菸		辦理菸檳防治宣導、戒菸教育或戒菸班等活動	
		學生數	上傳百分比	場次	參加人數
100 學年上學期(前測)		13	1.3%	10	36
100 學年下學期(後測)					
改善/增減情形					
實施策略： 1. 辦理戒菸小團體 2. 安排抽菸學生至創世基金會參觀 3. 針對違規學生實施個別戒菸教育 4. 戒菸教育結合健體領域課程 5. 實施「無煙校園」，所有教職員工及來賓訪客皆不得吸煙。 6. 張貼禁菸標誌宣導：於校內張貼禁菸標誌，懸掛反菸布條。 7. 週會辦理戒煙戒育宣導					

### (四)性教育

學期	人數	辦理有關性教育方面的宣導及活動	
		場次	參加人數
100 學年上學期(前測)		3	600
100 學年下學期(後測)			
改善/增減情形			
實施策略： 1. 融入健體領域健教課程。 (1) 安全性行為：保險套使用注意事項教學。 (2) 青春生理與心理現象介紹，正確的應對方法與態度。 (3) 二年級：關懷愛滋病(病毒、發病症狀、如何與愛滋病患者相處)、安全約會、預防性病。 2. 多媒體教學：播放「青蘋果的滋味」、「四分之一的戀情」、「真愛值得等待」、「Show me your love」影片，透過影片教導學生，性行為的法律問題。 3. 於週會辦理性教育相關宣導(生命教育、性別平等、健康的兩性關係)			

### (五)正確用藥

學期	人數	辦理有關正確用藥及防制藥物濫用方面的宣導及活動	
		場次	參加人數
100 學年上學期(前測)		3	485
100 學年下學期(後測)			
改善/增減情形			

實施策略：

1. 一年級正確用藥宣導：

由專業藥師為學生宣導講課，增進學生正確用藥知識。學生前後測分數普遍提高。

2. 二年級正確用藥宣導：

由專業藥師為學生宣導講課，增進學生正確用藥知識。學生前後測分數普遍提高。

3. 正確用藥海報比賽：

學生的海報作品呈現出學生對於正確用藥已有一定程度的認知。並將優秀海報展示於穿堂，讓全校師生欣賞學習。

4. 正確用藥課程融入健體領域：

由專業健體老師為二年級同學上正確用藥課程，讓學生能掌握基本的正確用藥觀念。

5. 正確用藥粉絲專頁：

學生熱情參與，增進與學生的互動，讓學生在不知不覺中學習到正確用藥的知識。

6. 張貼正確用藥文宣海報：讓學生浸淫在正確用藥的氛圍中。

7. 親師座談會藥品回收宣導：對象為全校家長，宣導後家長將家中剩藥拿至學校回收。

8. 幹部訓練藥品回收宣導：對象為全體幹部，宣導後學生將家中剩藥拿至學校回收。

9. 參加中心學校辦理之觀摩會：透過與他校分享交流，一同進步。