# **教育部國民及學前教育署**

# **「112學年度健康體位績優學校遴選」實施計畫**

1. 目的：

為落實健康促進學校理念，建立健康幸福校園，特辦理健康體位績優學校徵選活動，鼓勵積極推動健康體位促進工作，展現學校本位、全校參與且成效卓著之學校。並藉由績優學校成功典範的推廣，以促進學習、觀摩與精進，使健康體位促進工作能於校園永續與扎根，以達成強化學生健康體位的自主管理能力與健康素養，建立健康吃、快樂動、睡眠好等有益身心健康的生活型態的具體成果。

1. 辦理單位：
   1. 主辦單位：教育部國民及學前教育署
   2. 承辦單位：國立臺灣師範大學
   3. 協辦單位：各直轄市政府教育局、縣市政府教育處
2. 參加對象：全國高級中等以下學校。
3. 遴選方式：
   1. 組別：A組、B組、C組共3組辦理評選，每校僅可報名1組。
      1. A組限國民小學報名參加。
      2. B組限國民中學及高級中等學校報名參加。
      3. C組限111學年度或112學年度教育部公布之偏遠地區學校、非山非市學校、原住民族地區學校之國民小學、國民中學報名參加。
   2. 由各直轄市政府教育局、縣市政府教育處就所主管學校依本實施計畫相關規定辦理遴選後，將推薦之學校資料送交承辦單位(國立臺灣師範大學)，推薦名額及校數原則如下：
      1. 國民小學：各縣市至少薦送1校報名A組或C組，至多3校。
      2. 國民中學：各縣市至少薦送1校報名B組或C組，至多2校。
      3. 高級中等學校：限定報名B組，無薦送校數之限制。
   3. 教育部主管學校部分：國民小學限定報名A組；高級中等學校限定報名B組。
   4. 為讓更多學校有機會參加本活動，凡曾獲本遴選計畫110及111學年度「特優」學校，不得推薦與報名參加。
4. 辦理期程及繳交資料：
   1. 請各直轄市政府教育局、縣市政府教育處，於113年4月5日（星期五）前，將推薦學校名冊（附件1）核章後紙本郵寄至國立臺灣師範大學、可編輯電子檔案以電子郵件寄至hps.whc@hps.homes。
   2. 被推薦之學校或欲參賽之教育部主管高級中等學校以下學校，請依評分標準備妥受評資料，繳交資料包含學校基本資料表（附件2）、學校自我檢核表（附件3）、學校近3年學生體位變化情形一覽表（附件4）、學校近3年學生心肺適能變化情形一覽表（附件5）及佐證相關資料之電子檔光碟（**免提交紙本報告），**於113年5月3日（星期五）前，將電子檔光碟郵寄至106308臺北市大安區和平東路一段162號 國立臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系 張鳳琴系教授研究室 江育妏助理、簡于心助理收。
5. 評選作業：
6. 初審：由教育部國民及學前教育署召集相關學者專家組成審查委員會，進行佐證資料審查，於113年5月中旬前完成資料初審，擇優遴選13所為健康體位績優學校並參加決選。

(二)決選：

1. 預定於113年5月下旬舉辦決選會議，績優學校團隊以線上會議簡報發表方式，進行分組獎項決選：

(1)績優學校團隊根據繳交資料，口頭發表10分鐘。

(2)委員提問及績優學校團隊回答10分鐘。

1. 決選會議以線上視訊方式辦理，由審查委員會進行綜合評估，決定各組特優、優等及優良學校，獲獎學校名單預定在113年6月於臺灣健康促進學校網站公告之。
2. 評分標準說明：
   1. 佐證資料範圍為**111-112學年度（111年8月1日起至今之佐證資料）**。
   2. 評分標準配分如下，詳見附件3、4：

|  |  |
| --- | --- |
| 評分項目 | 百分比 |
| 健康學校政策 | 18% |
| 學校物質與社會環境 | 14% |
| 社區關係 | 10% |
| 教學與活動 | 12% |
| 健康服務 | 10% |
| 特色策略 | 20% |
| 具體成效 | 16% |

1. 獎勵方式：
2. 特優學校3組共3校，每校可獲得一萬元等值獎品；
3. 優等學校3組共6校，每校可獲得八千元等值獎品；
4. 優良學校3組共4校，每校可獲得五千元等值獎品。
5. 本年度獲獎名額共13校，若參加學校經審查委員決議未達評選標準，該獎項名額得從缺。
6. 附則
7. 獲獎學校預定於113年 6 月教育部國教署健康促進學校計畫成果發表會頒獎表揚，頒獎時間將於評選結果公告後，另行通知。
8. 各獎項獲獎學校，如有申請、受推薦事蹟不實，經查證屬實者，撤銷其得獎資格，並追繳原頒發之獎勵。
9. 本計畫如有未盡事宜，另行函文通知。
10. 健康體位績優學校遴選聯絡資訊

聯絡人：國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系 江育妏、簡于心小姐

聯絡地址：106臺北市大安區和平東路一段162號 誠大樓5樓(國立臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系張鳳琴教授研究室)

電話：02-7749-1879，02-7749-1710

電子信箱：hps.whc@hps.homes

教育部國民及學前教育署

附件1

「112學年度健康體位績優學校遴選」推薦學校名冊

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 參加組別 | **學校名稱**  **(全銜)**  **如有區/市/鄉/鎮請註明** | **學校聯絡人**  **與職稱** | **聯絡人**  **聯絡電話**  **請註明區碼**  **與分機號碼** |
| □A組（國民小學）  □B組（國中及高級中等學校）  □C組（□偏遠地區□非山非市 □原住民族地區） |  |  |  |
| □A組（國民小學）  □B組（國中及高級中等學校）  □C組（□偏遠地區□非山非市□原住民族地區） |  |  |  |
| □A組（國民小學）  □B組（國中及高級中等學校）  □C組（□偏遠地區□非山非市□原住民族地區） |  |  |  |
| □A組（國民小學）  □B組（國中及高級中等學校）  □C組（□偏遠地區□非山非市□原住民族地區） |  |  |  |

**備註：**

1. 備註：本表填妥後，請務必核章，並於113年4月5日（星期五）前，將電子檔寄至hps.whc@hps.homes、紙本郵寄至106308臺北市大安區和平東路一段162號誠大樓5樓(國立臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系張鳳琴教授研究室) 江育妏、簡于心小姐收。
2. 本表不敷使用，請自行延伸。

縣/市教育局（處）承辦人連絡電話：（ ） - 分機

（署轄管高級中等學校免填）

承辦人核章：　 　教育局（處）長核章：

附件-學校資料封面

教育部國民及學前教育署

「112學年度健康體位績優學校遴選」

縣市 區\市\鄉\鎮 學校

送審資料

教育部國民及學前教育署

附件2

「112學年度健康體位績優學校遴選」學校基本資料表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 學校全銜 | **縣/市 鄉/鎮/市/區 學校** | | |
| 學校地址 | □□□-□□□ | | |
| 參加組別 | □A組（國民小學）  □B組（國中及高級中等學校）  □C組（□偏遠地區□非山非市□原住民族地區） | | |
| 聯絡人姓名 |  | 聯絡人職稱 |  |
| 連絡電話 | ( ) - # | 連絡電話2 |  |
| Email |  | | |
| 總班級數 |  | | |
| 全校學生  總人數 |  | 學校護理師  人數 |  |
| 一年級人數 |  | 四年級人數 |  |
| 二年級人數 |  | 五年級人數 |  |
| 三年級人數 |  | 六年級人數 |  |

填表日期： 年 月 日

教育部國民及學前教育署

附件3

「112學年度健康體位績優學校遴選」學校自我檢核表

**校名：**

◎佐證資料範圍為111-112學年度（**111年8月1日起至今之佐證資料**）。

* 1. **健康學校政策 18％**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 檢核指標 | 參考佐證資料 | 配分 | 學校自評 |
| 1. 組成學校衛生委員會或類似之組織，並負責規劃、推動健康體位政策。  * 委員會成員涵蓋不同處室的成員，包括校長、處室主任、組長、教師代表、護理師、家長代表、學生代表等。【1分】 * 有討論**健康體位及提升學生心肺適能**政策相關議題之紀錄。【2分】 * 全校性健康體位需求評估之完整性。【2分】 * 針對去年健康體位計畫檢討，並提出改善策略。【2分】 | ●設置辦法  ●相關會議紀錄  ●簽到簿  ●改善計畫  ●照片 | 7分 |  |
| 1. 學校制訂健康生活守則或獎勵辦法，鼓勵學生實踐健康體位行為。  * 制訂全校之健康體位獎勵辦法。（如：一日設置至少一節15分鐘以上之下課時間，並制定獎勵辦法鼓勵學生下課從事戶外活動，SH150、零時體育、教室下課淨空等【3分】 * 制訂班級、社團之健康生活守則或獎勵辦法。【1分】 * 在校零含糖飲料、零甜食管控措施。【3分】 | ●相關規定資料或實施辦法 | 7分 |  |
| 1. 學校透過獎勵辦法，鼓勵老師實踐健康體位行為。（如：提供運動穿戴裝置、獎勵金……等）  * 學校有鼓勵老師實踐健康體位行為獎勵措施或辦法。【2分】 * 學校有開設教師健康體位社團（如體育性社團），鼓勵教師參與。【2分】 | ●呈現方式不限 | 4分 |  |

* 1. **學校物質與社會環境14％**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 檢核指標 | 參考佐證資料 | 配分 | 學校自評 |
| 1. 學校提供健康體位之設備及器材等硬體設施、並確保設施保養與安全。 | ●設施照片 | 1分 |  |
| 1. 以健康體位為目的，學校擴展或增設可及性的設備或設施。 | ●呈現方式不限 | 2分 |  |
| 1. 學校提供安全及衛生的飲用水設備。  * 訂定飲用水設備管理辦法、定期更換相關設備及水質檢驗合格紀錄，維護飲用水衛生（如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗）   【1分】   * 鼓勵師生喝足白開水的有效措施   【1分】 | ●飲用水設備管理辦法  ●呈現方式不限 | 2分 |  |
| 1. 學校營養午餐辦理情況。  * 營造良好飲食環境，午餐飲食及衛生習慣指導，供應之膳食符合學校午餐食物內容及營養基準相關規範。（如少油少鹽少糖、高纖高鈣、一週甜湯不超過1次，設計特色菜單或措施，促進健康飲食行為，認識地方小吃、季節性食材等。 | ●照片  ●菜單 | 2分 |  |
| 1. 增進健康社會環境氛圍。  * 營造學校健康體位氛圍之宣導與佈置。【1分】 * 營造鼓勵、接納與友善對待體位不良師生的校園氛圍。【1分】 * 辦理關懷與協助弱勢學生健康體位相關活動。【1分】 | ●布置照片；宣導資料  ●呈現方式不限 | 3分 |  |
| 1. 教師以身作則，影響學生的健康體位學習與行為。（如：學生實行健康體位時，教師會一起執行戶外活動、多喝水、吃蔬果等） | ●呈現方式不限 | 2分 |  |
| 1. 學校透過健康體位的生活指導以強化學生健康與福祉。（如：教師關心學生攜帶至學校的食物、鼓勵蔬菜吃光光推動策略等） | ●呈現方式不限 | 2分 |  |

* 1. **社區關係 10％**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 檢核指標 | 參考佐證資料 | 配分 | 學校自評 |
| 1. 學校連結家長共同投入辦理健康體位相關活動  * 邀請家長參加健康體位相關活動，如：親職講座。【2分】 * 將學校健康體位課程或活動延伸至家庭中，讓健康體位相關內涵融入學生實際的家庭生活中。如：親子共學。【2分】 | ●呈現方式不限 | 4分 |  |
| 1. 學校連結社區資源或機構，合作舉辦教師、家長、學生健康體位活動，以多元方式合作或共同舉辦健康體位活動促進學生健康，營造健康校園。【2分】 2. 與學校附近的商家，如早餐店、餐廳、便利商店、小吃店、課後照護服務班、課後社團活動、課後社區服務機構、補習班等結盟。針對課後活動，提供運動機會及健康餐點、點心等改善飲食、運動之作為。【4分】 | ●呈現方式不限 | 6分 |  |

* 1. **教學與活動12％**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 檢核指標 | 參考佐證資料 | 配分 | 學校自評 |
| 1. 健康體位相關教學活動。  * 有以生活技能為導向之課程或活動。【3分】 * 健康與體育領域課程進行健康體位教學，加強學生體能。【2分】 * 融入跨領域課程進行健康體位教學。【2分】 | ●教案  ●教學計畫 | 7分 |  |
| 1. 辦理全校性健康體位教師增能研習活動。 | ●研習相關公文  ●增能活動文字或照片紀錄 | 1分 |  |
| 1. 辦理學生運動社團、運動競賽、健康體位藝文性競賽、全校性校園闖關活動等。 | ●照片  ●課程及社團活動紀錄 | 4分 |  |

* 1. **健康服務10％**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 檢核指標 | 參考佐證資料 | 配分 | 學校自評 |
| 1. 學校提供教職員生健康體位相關諮詢服務。 | ●諮詢紀錄表 | 3分 |  |
| 1. 針對體位狀況不佳學生，進行個案管理，並給予協助與指導。 | ●追蹤矯治、個案管理紀錄  ●相關改善計畫與改善結果 | 3分 |  |
| 1. 針對體位不良學生辦理體位促進班，如：活力班、結合醫療或相關單位資源。 | ●相關計畫成果 | 4分 |  |

* 1. **特色策略 20％**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 檢核指標 | 佐證資料 | 配分 | 學校自評 |
| 1. 針對學生心肺適能待改善者(25 百分位數以下)提供改善措施。 | ●推動成果文字或照片記錄 | 5分 |  |
| 1. 透過學校本位策略，學校推動健康體位融入五正四樂，促進身心健康之亮點與成果，達到健康幸福校園的願景。 | ●推動成果文字或照片記錄 | 3分 |  |
| 1. 將健康體位議題融入其他健康議題，推動整體健康改善活動，如：融入視力保健：戶外活動；融入口腔保健或其他特色活動等。 | ●推動成果文字或照片記錄 | 3分 |  |
| 1. 近四年學校推動健康體位相關評選獲獎及投入情形，如：健康體位校群學校、成果報告獲獎、前後測成效評價獲獎。（不包含運動競技比賽）。 | ●近四年獲獎清單  ●獲獎及投入證明(獎狀影本或獎牌照片等) | 3分 |  |
| 1. 學校培訓健康體位小隊長、健康體位大使，服務性質活動，利用社群平台使學生做主動的倡議者，引起共鳴。 | ●推動成果文字或照片記錄 | 2分 |  |
| 1. 學校寒暑假期、週末針對學生或教師的健康體位自主管理。 | ●推動成果文字或照片記錄 | 4分 |  |

* 1. **具體成效 16%**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 檢核指標 | 佐證資料 | 配分 | 學校自評 |
| 1. 近3年學生體位變化。 | ●學校近3年學生體位變化一覽表(如附件4) | 6分 |  |
| 1. 近3年學生心肺適能變化。 | ●學校3年學生心肺適能變化情形一覽表(如附件5) | 4分 |  |
| 1. 針對全校學生體位情形及相關行為、素養進行統計、分析及檢討等，如：3個拳頭大的蔬菜量、白開水飲水量、睡眠8小時、運動60分鐘、3C產品使用等。 | ●呈現方式不限 | 6分 |  |

承辦人簽章： 單位主管簽章：

校 長簽章：

教育部國民及學前教育署

附件4

「112學年度健康體位績優學校遴選」學校近3年學生體位變化情形一覽表**(國小版)**

◎填寫說明：

1. 請以學生健康資訊系統及112學年度學生健康檢查數據填寫，並以「同一群體之學生」檢視其健康體位過輕、適中、過重、肥胖之學生人數及百分比。
2. 僅需填寫五、六年級學生資料，並請呈現人數與百分比。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 108學年入學（現為五年級） | 110學年度上學期 | 111學年度上學期 | 112學年度上學期 |
| 過輕 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |
| 適中 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |
| 過重 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |
| 肥胖 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 107學年入學（現為六年級） | 110學年度上學期 | 111學年度上學期 | 112學年度上學期 |
| 過輕 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |
| 適中 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |
| 過重 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |
| 肥胖 | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% | 人數： ；百分比：　% |

教育部國民及學前教育署

附件4

「112學年度健康體位績優學校遴選」學校近3年學生體位變化情形一覽表**(國中、高中版)**

◎填寫說明：

1. 請以學生健康資訊系統及112學年度學生健康檢查數據填寫，並以「同一群體之學生」檢視。
2. 僅需填寫二、三年級學生資料。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 111學年入學（現為二年級） | 111學年度上學期 | 112學年度上學期 |
| 過輕 | 人數：　　 ；百分比：　　　% | 人數：　　 ；百分比：　　　% |
| 適中 | 人數：　　 ；百分比：　　　% | 人數：　　 ；百分比：　　　% |
| 過重 | 人數：　　 ；百分比：　　　% | 人數：　　 ；百分比：　　　% |
| 肥胖 | 人數：　　 ；百分比：　　　% | 人數：　　 ；百分比：　　　% |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 110學年入學（現為三年級） | 110學年度上學期 | 111學年度上學期 | 112學年度上學期 |
| 過輕 | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% |
| 適中 | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% |
| 過重 | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% |
| 肥胖 | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% | 人數： ；百分比：　　% |

教育部國民及學前教育署

附件5

「112學年度健康體位績優學校遴選」學校近3年學生心肺適能變化情形一覽表

◎填寫說明：

請以體適能資料暨游泳自救能力上傳管理系統全校學生**心肺適能**數據填寫。

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全校心肺適能百分等級統計人數 | | | | | | | |
| 學年度 | 15%以下 | 15%-24% | 25%-49% | 50%-74% | 75%-84% | 85%以上 | 總計 |
| 110學年度 |  |  |  |  |  |  |  |
| 111學年度 |  |  |  |  |  |  |  |
| 112學年度 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 學年度 | 通過「常模百分等級25以上人數」 | 通過率 |
| 110學年度 |  | % |
| 111學年度 |  | % |
| 112學年度 |  | % |