



桃園市

103 學年度學生視力不良改善實施計畫成果冊



學校名稱：同德國民小學

承辦人

護理師

主任

校長

# 桃園市 103 學年度學生視力不良改善實施計畫成果

學校名稱：桃園市同德國民小學

## 一、依據：

- (一)教育部國民及學前教育署 103 年 7 月 25 日臺教國署學字第 1030080352 號函。
- (二)桃園縣政府 103.08.29 桃教體字第 1030060412 號函。
- (三)本校 103 學年度視力保健工作計畫。

## 二、目的：

- (一)減緩學童近視上升趨勢，預期達成目標為國小一年級不高於 38%；國小六年級不高於 78%。
- (二)提高視力不良學童複檢及矯治比例，提升至 90%以上。
- (三)提升教師視力保健相關知能。

## 三、學生視力不良率：

	100 學年度上學期	100 學年度下學期	101 學年度上學期	101 學年度下學期	102 學年度上學期	102 學年度下學期	103 學年度上學期	103 學年度下學期	平均
一年級	23.60%	55.60%	29.30%	29.20%	51.50%	42.20%	28.60%	25.70%	35.71%
二年級	46.50%	48.40%	45.60%	44.30%	44.20%	38.90%	45.70%	52.00%	45.70%
三年級	55.30%	65%	58.10%	56.30%	56.10%	53.10%	46.00%	47.20%	54.64%
四年級	58.00%	64.30%	68.70%	69.50%	72.30%	67.40%	51.90%	56.50%	63.58%
五年級	75.10%	79.10%	71.30%	69%	76.40%	73.90%	67.70%	67.20%	72.46%
六年級	77.10%	80.80%	77%	77%	77.80%	78.40%	77.70%	77.30%	77.89%
全校平均	55.93%	65.50%	58.33%	57.55%	63.05%	58.98%	53.60%	55.10%	58.51%

資料來源：學生健康資訊管理系統

#### 四、SWOT 分析：

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)
整體政策	<p>1. e化校園，有全校聯播影音設備，另班班有電腦、網路、單槍、投影設備、視聽器材、教學及行政業務均能提昇行政效率，掌握最新資訊與方法。</p> <p>1. 全校共 64 班，共 1890 人，為智類大型學校。</p> <p>3. 結合各處室推行各項宣導活動，如海報、書法、漫畫、作文競賽、有獎徵答…，利用多元化宣導衛生教育活動，提高學生學習動機，並養成良好衛生習慣，更讓各項活動能互相整合。</p> <p>4. 親師互動佳，定期辦理全校及班級親師活動，宣導學校各項政策。</p> <p>5. 班級家長會組織運作良好，能適時提供學校各項行政及教學支援。</p> <p>6. 學校志工團隊素質齊、能力佳、配合度高。</p>	<p>1. 全校由於學校規模大，各項調查與統計工作較困難，花費時間多。</p> <p>2. 由於規模過大，校內各類專科教室大部挪為普通教室，缺少適合各項推行工作之空間。</p> <p>3. 教師對健康促進活動，因課業上壓力與進度會顯得心有餘而力不足。</p> <p>4. 家長自我意識高，對傳染病之相關政策觀念混淆，增加學校推動上之困擾。</p>	<p>1. 本校自民國 87 年創校至今，校齡年輕、教職員平均年齡 36 歲，年輕有活力、敬業有創意，能接受教育改革的新觀念。</p> <p>2. 強化行政對教學整合互動機制，整合各項活動及課程發展，結合教師規畫健康促進活動於各領域課程。</p> <p>3. 利用家長座談會活動加強宣導"健康學校促進計劃"以爭取家長認同並協助執行。</p>	<p>1. 教師課程較緊湊，因學校規模大，行政業務量也大。</p> <p>2. 學校以九年一貫課程為學生發展目標，健康促進較容易受忽略，課程進度常會影響非主科之正常進度。</p> <p>3. 家長較偏重智育，易忽略學童其它向度之發展。</p> <p>4. 家長隱匿病情，造成防疫漏洞。</p> <p>5. 學校無可避免之例行性大型活動或課程，易造成各類傳染病之群聚感染。</p>
健康	<p>1. 健康中心設有專職校護，定期實施身高體重等測量，數據資料完整，隨</p>	<p>1. 學校活動多，影響教學進度及受課間，進而影響成效。</p> <p>2. 學童大多偏愛攝取</p>	<p>1. 利用家長會及社區資源，提供家長相關教育研習的機會。</p> <p>2. 在校園門口及各處張貼愛</p>	<p>1. 鄰近有二所國中，中輟生之性教育不當行為易</p>

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)
服務	<p>時提供家長參考。</p> <p>2. 健康中心支援各項健康教學資源。</p> <p>3. 健康中心協同志工醫護組，定期為學童測量視力，資料完整；各班導師隨時利用時間進行望凝視，讓學童眼睛有放鬆之機會，有助於視力保健之提昇。</p> <p>4. 學校團隊能互相支援，極力改善校園環境，減少安全死角，共同建立安全之校園。</p> <p>5. 健全的健康服務團隊，針對不同需求提供支持性服務</p>	<p>高糖高熱量食物，飲食習慣不佳。</p> <p>3. 班級規模大，學生數多，校護只有一名，業務繁雜，服務學生品質難以提昇到更高境界。</p> <p>4. 班級學生數已超過規劃之理想人數，加上校園空間有限，學生活動量又大，易發生碰撞而致意外傷害比率增加。</p> <p>5. 班級規模大，安全教育資源大部分須自籌。</p>	<p>滋病防治標誌隨處提醒。</p> <p>3. 有熱心或認同學校的志工醫護夥伴，協助推動健康促進學校相關活動，隨時提供必要支援。</p> <p>4. 各項活動結合於課程領域中融合教學。</p> <p>5. 鄰近之醫療院所專業支援服務，並配合活動辦理相關課程。</p> <p>6. 每學期辦理親職教育日及班親會，有暢通之宣導管道。</p>	<p>造成引誘來源。</p> <p>2. 家庭性教育觀念難以防犯未然，對孩子接受教育宣導觀念上易產生混淆衝突。</p> <p>3. 學區位居市中心，緊鄰藝文特區，上學途中家長接送比例高，交通複雜，對走路上學學童之安全較堪慮。</p>
健康教學	<p>1. 學生素質單純可塑性強，教育宣導接受度高。</p> <p>2. 教師學習意願高，努力參加相關研習，提高專業知能。</p> <p>3. 能結合健促議題和學生需求，設計學校總體課程</p> <p>4. 能依實際需求評估，以生活取向和問題導向推動健促議題</p> <p>6. 定期辦理健體領域觀摩教學，相互學習成長。</p> <p>7. 多元的健體活動性社團，提供學生探索學習發展機會</p>	<p>1. 學校活動多，影響教學進度及受課間，進而影響成效。</p> <p>2. 新興教育議題眾多，在融入教學時容易產生排擠現象。</p> <p>3. 家長安排的「認知」課後才藝班學習取代健促的學習活動。</p> <p>4. 課程綱要的各領域學習時數，規範和僵化了學習內容。</p> <p>5. 健體專長教師條件限制嚴格，晉用新進人員不易。</p> <p>6. 健體課程設計在「本土化」和「在地化」方面亟待加強。</p> <p>7. 社區的健康教育教學活動不易得到家長</p>	<p>1. 學生健康議題受到重視，健促活動家長多能接受和鼓勵。</p> <p>2. 教師對健促議題的課程設計觀念和能力日漸提昇。</p> <p>3. 學校社團多元蓬勃發展，學生也能依興趣專長選擇參加。</p> <p>4. 資訊科技發展迅速，教師觀摩學習方式多元活潑。</p> <p>5. 學習能力指標明確，教學評鑑日益客觀和普遍。</p> <p>6. 學生對健促議題的學習動機強烈，學習興趣濃厚。</p>	<p>1. 認知學習易教，技能、情意和生活實踐容易被忽略。</p> <p>2. 實證導向的證明數據，不易在短時間教學活動取得。</p> <p>3. 教師甄選競爭激烈，健體專長教師嚴重不足。</p> <p>4. 心理及社會層面健促議題不易設計，影響推動意願。</p> <p>5. 學校健體</p>

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)
	<p>9.103 學年度預計推動 cpr 技術指導員課程——希望提高教師更專業知能。</p> <p>10. 有專業證照教師比率高——本校教職員工 105 人，通過 CPR 專業認證取得合格證照者共 85 人，其餘未參加者亦擁有 CPR 合格證照。</p> <p>11. 教育行政單位重視，大力推動性教育(含愛滋病防治)，教學資源及媒體豐富。</p>	<p>支持和配合。</p>		<p>領域的教學設施和活動空間仍嫌不足。</p> <p>6. 教師對健促活動的團隊合作和課程省思待加強。</p> <p>7. 家長較偏重智育，易忽略學童其它向度之發展。</p>
物質環境	<p>1. 全校師生吸菸吃檳榔比率為零，可望透過學生朝影響家庭方向再努力。</p> <p>2. 教育行政單位重視，大力推動菸害拒檳，教學資源及媒體豐富。</p> <p>3. 學校軟硬體設備充實。</p> <p>4. 門禁管制嚴謹，校園安全無虞。</p> <p>5. 器材設施採購能做安全考量且能定期檢查維修。</p> <p>6. 緊急應變及防災計畫完善。</p> <p>7. 廁所、飲用水及照明設備符合規</p>	<p>1. 本校總班級數 64 班，學生約 1890 人，佔地 18990 平方公尺，18990/3.30579 約 5745 坪，每位學生使用面積不到 3 坪，活動空間非常有限，各年段常需協調時段進行協同教學。</p> <p>2. 未規劃室內體育空間，影響雨天之體能活動進行，僅能侷限於教室內，體能發展侷限於教室。</p> <p>3. 學生人數眾多，活動空間不足。</p> <p>4. 缺少大型學生活動中心，室內活動規劃</p>	<p>1. 家長會組織健全，支持學校推展健促。</p> <p>2. 學校整體規劃，預留發展空間和必要管線。</p> <p>3. 社區、家長認同和支持學校。</p>	<p>1. 鄰近有二所國中，中輟生之抽菸不當行為易造成引誘來源。</p> <p>2. 家庭抽菸嚼檳習慣難以防犯未然，對孩子接受教育宣導觀念上易產生混淆衝突。</p> <p>3. 校園開放期間，人員管控不易。</p> <p>4. 新型流感和傳染病頻傳，考驗學校</p>

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)
	<p>定。</p> <p>8. 傳染病防治應變計畫周延，防疫工作落實。</p> <p>9. 極力爭取各項經費，加強環境的綠化美化工作，讓學童有更完善的學習環境。</p>	<p>不易。</p> <p>5. 都市型學校，校園綠化美化尚待加強。</p> <p>6. 市中心區，綠化境相對於學生數明顯不足。</p> <p>7. 校園，安全經費不足，警衛及保全設施不足。</p> <p>8. 學校週邊道路交通流量過大，上下學交通安全勘慮。</p> <p>9. 水電補助長年不足排擠學校資源分配。</p>		<p>應變能力。</p> <p>5. 民意高漲，家長對學校設備標準需求日益升高。</p> <p>6. 學生活動空間被壓縮，意外事故略多。</p>
社會環境	<p>1. 多樣化的社團組織，學生身心有均衡發展的機會。</p> <p>2. 學校午餐由營養師設計均衡的食譜，兼顧孩子成長的需要。</p> <p>3. 辦理各項營養教育講座及活動，提供師生相關知識。</p> <p>4. 學校設有輔導組，提供學習弱勢學生學習服務。</p> <p>5. 「教育儲蓄專戶」和「仁愛基金」提供經濟弱勢學生補助。</p> <p>6. 學校組織氣氛和諧，次級文化融洽，親師生相互尊重接納。</p> <p>7. 家長認同支持學校，熱心投入教育志工服務工作。</p>	<p>1. 家長雙薪家庭較多，親子互動和親師溝通備受考驗</p> <p>2. 弱勢學生健康議題較嚴重，支援系統仍嫌不足。</p> <p>3. 師資多元，但輔導和特教專業能力有待加強。</p> <p>4. 社區對學校推動的健促活動仍存觀望態度。</p> <p>5. 學區內國、高中學生放學後或假日長到校騷擾學生。</p> <p>6. 「智育掛帥」仍存在於許多家長的意識形態中。</p> <p>7. 班級規模大，正確用藥資源大部分須自籌。</p>	<p>1. 開放校園及鄰近藝文特區，為社區民眾提供戶外運動好去處，有助於學童及社區民眾提昇體能。</p> <p>2. 課後社團多為體育活動性質—如：直排輪社、巧固球社、籃球社，可增加學生的選擇機會，提高學習動機。</p> <p>3. 因家長生活水平較高，學生使用3C產品情況較多，學生的近視率不易降低。</p> <p>4. 社會公益團體重視教育問題，社會資源較易爭取。</p> <p>5. 服務學習蔚為風氣，更多的人力願意投入志工行列。</p> <p>6. 創校多年，重大事故應變的配套措施運作圓融成熟。</p>	<p>1. 大多家長習慣乘載學生上下學，造成學生的身體活動率降低。</p> <p>2. 地處商業藝文特區，現代家庭外食比例多，學生體位健康把關不易。</p> <p>3. 家庭成人健康飲食觀念待提昇，慣難以改變，影響學童選擇。</p> <p>4. 新設學校，校園文化和校風傳承有待持續發展。</p>

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)
	<p>8. 「同德榮譽制度」績優學生獎勵制度實施多年成效良好。</p>			<p>5. 特殊兒童個案和種類逐年增多，考驗學校特教能力。</p> <p>6. 外配子女的特殊家庭文化和學習需求差異頗大。</p> <p>7. 媒體和廠商的渲染，扭曲和模糊健促議題的訴求。</p> <p>8. 學區內眾多安親班的經濟利益和管理方式不當。</p> <p>9. 家長自主意識和學校的教育訴求仍有落差。</p>
社區關係	<p>1. 家長教育參與意識高漲，願意參與學校校務運作。</p> <p>2. 家庭少子化，重視子女健康議題，親子願意共同參與。</p> <p>3. 學校開放校園，鼓勵更多民眾走入校園，支持學校。</p> <p>4. 鄰近商家、社區、警方共同形成愛心導護站安全網絡。</p> <p>5. 地方社團組織關心健促議題，熱心支持學校推展活</p>	<p>1. 學生人數眾多，緊鄰道路交通量大，上下學安全堪慮。</p> <p>2. 社區工商活動頻繁，動員民眾參與健促活動不易。</p> <p>3. 健促活動需配合家長作息時間，設計多有限制。</p> <p>4. 學校教育和家庭教育在健促議題訴求仍有落差。</p> <p>5. 弱勢學生家長較不願意參加學校健促活動。</p> <p>6. 學校對健促活動的宣導，缺乏多元管</p>	<p>1. 緊鄰藝文特區，可提供學童及家長課後休閒放鬆場所。</p> <p>2. 學校擁有縝密的家長志工團體，協助醫護、交通、輔導、圖書等業務。</p> <p>3. 每年舉辦的親職教育日、運動會有助於學校、家長、社區的連結。</p> <p>4. 經過學校的精心設計，融合健康促進議題於親職教育日中。</p> <p>5. 結合 E 化網路、書面校刊通訊，全面促進社區參與。</p> <p>6. 積極與社區內的健康飲食店形成聯盟關係。</p> <p>7. 善用社會資源，全面啟動</p>	<p>1. 義務性的家長志工，流動性大，不利傳承。</p> <p>2. 學校附近多為新興住宅區，家長對社區認同性相對性低。</p> <p>3. 家長重視智育成績，對於校內的活動列為次要選項。</p> <p>4. 社會大眾各式各樣之傳播媒體，讓</p>

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)
	<p>動。</p> <p>6. 班班每週執行，增強口腔保健效果。</p> <p>7. 每天中午飯後全校播放潔牙歌，提醒學童刷牙。</p> <p>8. 無合作社販賣零食飲料，在校時間無機會接觸甜食，減少齲齒機會。</p> <p>9. 班級家長會組織運作良好，能適時提供學校各項行政及教學支援。</p>	<p>道。</p> <p>7. 中低年級學童使用餐點時間長(早餐)，喜愛甜食，無形中增加齲齒機率。</p> <p>8. 孩子常喝含糖飲料及偏食，影響牙齒骨骼成長。</p>	<p>健康促進學校。</p> <p>8. 家長會有牙醫背景之委員，可無條件提供諮詢及安排相關檢查。</p> <p>9. 利用家長會及社區資源，提供家長 相關教育研習的機會。</p>	<p>學童對於垃圾食品難以抵抗誘惑。</p>

五、改善策略：(請自行依需求填列或條列之)

項目	實施重點	實施方法	執行單位
追蹤矯治	<p>統計全校學生視力篩檢與矯治結果，利用健康檢查資料系統製成報告書(表、圖)。將視力篩檢複檢及矯治結果提交視力保健工作小組會議中討論，並提出因應計畫，提高學童矯治率。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每學期依標準化檢查方法，進行學童視力篩檢，並將檢查結果登錄於健康檢查紀錄卡「視力狀況」欄位。</li> <li>2. 新生入學一個月內，以亂點立體圖進行斜弱視篩檢，並將檢查結果登錄於健康檢查紀錄卡「立體圖檢查」適當欄位。</li> <li>3. 視力檢查結果及亂點立體圖異常者通知家長帶往眼科醫師處複查，並提醒視力保健相關注意事項</li> <li>4. 將視力不良學童接受複查結果登錄於其健康檢查紀錄卡「視力狀況」、健檢(一、四年級)「眼科」項目欄位。</li> <li>5. 關懷且輔導接受眼科藥物</li> </ol>	<p>訓導處 教務處 衛生組長 各導師 總務處</p>

		<p>治療之學童。</p> <p>6. 關懷且輔導配戴眼鏡矯治視力之學童。</p> <p>7. 統計全校學生視力篩檢與矯治結果，利用健康檢查資料系統製成報告書(表、圖)。</p> <p>8. 將視力篩檢複檢及矯治結果提交校務會議中討論，並提出因應計畫。</p>	
健康教學	能降低學童近視比率，避免學童過早近視，針對低年級加強各項視力保健宣導並融入課程中。	<p>1. 學童閱讀、做作業姿勢端正，眼睛與書面保持 35 公分以上的距離；對於姿勢不良之學童教師須去探究原因並給予正確的指導。</p> <p>2. 鼓勵學童下課時間進行動態活動，讓眼睛休息，避免近距離長時間用眼過度。</p> <p>3. 依國民小學學生作業簿規格，正確使用作業簿。</p> <p>4. 教師多安排非近距離用眼活動。</p> <p>5. 學童操作電腦時能遵守視力保健 3010 原則，且保持眼睛與螢幕距離 70-90 公分，眼睛與螢幕內框上緣同高。</p> <p>6. 教師能適時進行視力保健宣導。</p> <p>7. 擅用視力保健宣導資料。</p> <p>8. 公開獎勵視力保健生活習慣正確之學生。</p>	訓導處 衛生組長 各導師
環境設施	<p>1.落實校園視力保健教育學習環境，佈置視力保健學習步道。</p> <p>2.持續進行校園綠美化，並鼓勵學童下課時間能從事戶外活動。</p>	<p>1. 調整作息，每日規劃 15-30 分鐘，鼓勵學童離開教室到外面運動及輕鬆遠眺。</p> <p>2. 將視力保健活動納入學校校務計畫。</p>	訓導處 衛生組長 各導師 總務處

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. 落實視力保健工作小組工作推展，且分工明確。</li> <li>4. 辦理校內視力保健研習會。</li> <li>5. 辦理學童視力保健教學觀摩會。</li> <li>6. 每年至少辦理1次校內視力保健活動。</li> <li>7. 每學期依生身高調整課桌椅，檢視桌椅使用之正確性。</li> <li>8. 校園綠美化。</li> <li>9. 每學期初測量教室照度，教室桌面照度不低於350LUX，且燈光不閃爍；黑板照度不低於500LUX，且黑板不反光。</li> <li>10. 公開獎勵視力正常學生。</li> <li>11. 獎勵推展視力保健熱心績優教職員工及家長。</li> </ol>	
教育宣導	提升國小學童、教師、家長視力保健知能，辦理各項宣導及講座，使學童能將視力保健之實踐由自身延申至家庭。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 舉辦家長視力保健宣導座談會。</li> <li>2. 成立學童視力保健家長義工組織，推展各項視力保健工作。</li> <li>3. 利用家庭連絡簿，聯繫學童視力保健實施情形。</li> <li>4. 利用家長日或校慶活動日，辦理學童視力保健有關之宣導活動或加強溝通視力不良學童追蹤矯治事宜。</li> <li>5. 發放視力保健單張或文宣品給社區課後輔導機構。</li> <li>6. 與社區中眼科醫療院所合作建構視力保健服務網絡。</li> </ol>	<p>訓導處 教務處 衛生組長 各導師</p>

六、本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。

## 七、視力保健分析檢討：

### ◎視力不良就醫率

103 學年上學期（前測）99.69%

103 學年下學期（後測）98.27% 改善/增減情形 0 +1.42%

※ 視力不良指裸眼視力未達0.9 者【學生裸視視力不良人數】 / 【受檢學生人數】×100%

※視力不良就醫率為【接受眼科醫師檢查之學生數】 / 【經視力篩檢結果為視力不良的學生人數】×100%

### ◎前後測檢討：

（一） 上學期，全校人數1803人，視力不良人數967 人，佔53.63%；下學期，全校人數1791人，視力不良人數986 人，佔55.1%。增加1.42%，因為全校人數減少，而視力不良人數增加19人，表示學校在防止學生視力不良實施策略仍具有進步空間。

### 二、實施策略：

- （一） 每學期定期檢查學生視力，以預防及確保學生之視力健康。
- （二） 針對視力不良學生，加強追蹤及矯治，以其早期發現早期治療，緩和高度近視的趨勢。
- （三） 有鑑學生視力不良率的提升，加強宣導SH150，每天有150 分鐘的活動時間，加強視力保健、到室外望遠凝視、增加室外活動時間，以維持良好的視力保健習慣。
- （四） 宣導學生在家庭中，減少看電視及打電動遊戲時間，多到戶外做休閒活動，以免過度使用眼睛，出現視力衰退現象，造成各種眼睛疾病。
- （五） 發放視力檢查通知單，並針對視力不良之學生進行追蹤，以期學生能及早獲得眼科醫師檢查與治療。
- （六） 實施課間活動要求學生下課到教室外面活動，午休時間也要讓眼睛休息，維護眼睛健康。
- （七） 辦理親職宣導活動，請家長注重家庭及安親班照明設備，避免過早罹患近視或近視的加深。
- （八） 融入健體課程實施保護眼睛教學活動。
- （九） 學校照明設備總體檢，改善照明設備，依學生身高正確的使用課桌椅，並請教師注意學生姿勢。
- （十） 改善校園環境設施及採光，加強校園綠美化工作，及採用亮度佳省電之燈具。

### ◎省思：(含實施成效不佳或困難點之說明)

- （一） 現在學生使用3C 的年齡下降至3-4 歲，可能一上一年級就已經視力不良了，視力保健應從更小的年紀開始實施。
- （二） 雖然學校可以規定學生在校使用 3C 產品的時間，但有些學生一回家就與電腦手機為伍，或下課了到安親班上課，時間一久就容易近視。

八、活動紀錄：

壹、學校衛生政策

五心級學校~~學生「開心」學習、行政「用心」領導、教師「盡心」教學  
家長「放心」交付、社區「熱心」投入



校務會議



健康促進會議



仁愛基金會會議



傳染病防治會議



級任導師會議



家長會



班親會



環保小尖兵會議

貳、學校物質環境

打造活力、童趣、藝術的學習園地



102 年度教職員工環教研習



103 年度教職員工環教研習



一期教室邊櫃整修



平日落實垃圾分類資源回收



104 年度教職員工環教研習



校園安全監視設備



校園環境消毒-廁所



屋頂防水隔熱工程



飲水機定期檢驗



課桌椅定期更換



百年節能減碳暨清淨家園榮獲特優



班級電腦汰舊換新



水生植物池-海洋馬賽克



練習擲準及足球的球牆



遊戲區更新草皮鋪設



遵守遊戲器材使用規則



熱心家長捐贈廁所衛生紙



學生高爾夫球練習場



美麗的學習環境



教室無聲廣播系統

### 參、學校社會環境 健康成長、快樂自主學習



生命教育分享我的優點樹



五年級性別平等教育  
大團輔活動



避免使用拖拉式書包宣導



大手牽小手祖孫學習趣



設立營養專欄專區



教師多元文化研習



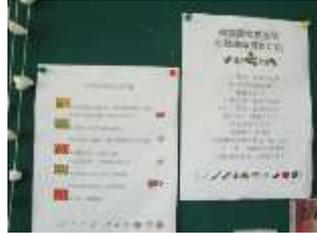
畢業生生涯座談輔導



有益情緒的健康食物  
研習課程



藝文蔬食書法比賽



各班極力推廣健康蔬食



有機蔬果概念融入課程



特教班舞獅慶新年



教師專業成長~  
藝術治療工作坊-



家庭教育成長工作坊



性教育宣導



自治市小市長選舉  
政見發表



自導自走  
『治市團隊宣導  
走廊不奔跑』



開心接受祝福的小壽星



頒發同德之星



團輔活動-我是EQ高手



健康蔬食情境佈置



推廣蔬食藝文活動



將蔬食概念融入  
教室情境中



輔導人員工作會議

### 肆、社區關係

結合家長、社區志工、以及公部門資源共同為同德孩子精心打造一個快樂的學習環境



營養滿分教育講座(低)



營養滿分教育講座(中)



營養滿分教育講座(高)



健康體位講座



舉辦營養滿分講座，  
並全校 SNG 同步連播



健康蔬食講座



學生專心聆聽營養講座



志工大隊親子淨灘活動



志工大隊會議



學校運動志工培訓



反毒宣導



友善校園-反毒、愛滋病暨  
安全宣導合唱明天會  
更好



交警協助路口指揮手勢



交通安全教育宣導



志工大隊成員



元智大學童軍社蒞校示範



消防局防溺宣導



校門兩側路段淨空，交通暢通，讓孩子安全走路上學



與志工叔叔、阿姨，大聲說早安道感謝



友善校園有獎徵答



社區環境改造計畫宣導活動



用藥安全暨全民健保話劇宣導



志工大隊親子淨山活動



消防局教官講解 CPR 課程

### 伍、健康教學與活動

「人文」、「活力」、「精緻」、「績效」--同心教化、品德樂群



樂樂棒球社



競速直排輪社



籃球社



學生完成學習單



高爾夫球社



會長盃躲避球賽



餐前排隊洗手



教師體適能檢測



劍道社-1



劍道社-2



營養教育融入課程



性教育宣導



精彩刺激的拔河大賽



童軍團旗語創意進場



大隊接力賽



樂樂棒球錦標賽



運動與大腦研習課程-健走



衛教宣導藝文競賽



教練指導學生正確動作



學習正確打水動作



依照學生能力分組教學



蛟龍班~未來的游泳校隊



籃球錦標賽



菸害防治課程



教師『傳統瑜珈』社團



教師羽球社



教師『有氧瑜珈』社團



短跑競賽邁向終點  
「光榮勝利」



勇奪103學年度健康操比賽~  
一個特優一個優等！



運動會聖火進場



校外教學逃生演練



運動會鼓樂隊進場



學生 CPR 技術課程實測



學生 CPR 學理課程



性教育宣導



教師視力保健研習



教師口腔研習



教師專業發展評鑑教師通過  
初階認證



財團法人台灣高爾夫球國手培訓基  
金會-104年培訓潛力選手計畫活動



垃圾分類與資源回收  
宣導活動



桃園市長杯足球錦標賽



中華民國第16屆躲避球  
全國錦標賽



美力閱讀體能美學



桃園市長盃籃球錦標賽

陸、健康服務  
翻轉 103 超越新奇蹟



「藥你安全 藥你健康」  
正確用藥五不原則



視力宣導



愛滋病宣導



醫護組志工



定期量身高體重健康檢查



101 年度教師 CPR 研習



教師 CPR 研習



教師慶生會



眼睛體操



一、四年級口腔健康檢查



預防針注射



定期視力健康檢查-驗光檢查



100%無菸校園



醫護組小志工組訓



洗手教育宣導



學童受傷衛教宣導



愛滋病及性教育宣導



「用藥安全與全民健  
保」話劇宣導



午餐服務同學



菸害防治宣導



維護廁所整潔



志工備課活動



腸病毒宣導



口腔宣導



# 桃園市同德國民小學103學年度健康促進學校



## 壹 學校衛生政策



### 健康促進活動訊息

1. 參與行政院衛生署國民健康局「健康促進學校認證暨國際接軌計畫」，榮獲桃園縣健康促進學校行動研究方案示範學校。
2. 宣導校門兩側路段淨空，以利交通暢通。勿任意橫越馬路，以保障交通安全。
3. 本校學生參加桃園縣「愛與祥和」計畫之「健康桃園瘦瘦拳」示範光碟拍攝。
4. 103.8.1-8.29校舍及遊戲器材安全檢查、飲用水檢驗、課桌椅調配、全校環境消毒整理
5. 103.8.29校務會議暨健康促進系列活動會議
6. 103.9.1傳染病通報開始，召開傳染病防治宣導會議，成立防疫小組
7. 103.9.1辦理腸病毒暨洗手教育宣導
8. 103.9.1-104.6.30辦理SH150
9. 103.9.2生活教育、禮貌教育、法治教育宣導
10. 103.9.4友善校園及通學安全教育宣導、辦理用藥安全話劇演出暨全民健保宣導
11. 103.9.5辦理牙齒保健暨視力保健衛教宣導
12. 103.9.9、104.2.26仁愛基金會審查會議
13. 103.9.14 參加103年全民趣味運動會
14. 103.9.15、104.4.20召開登革熱防治宣導會議暨宣導
15. 103.9.16一、四年級學童健康檢查衛教宣導及說明會
16. 103.9.17、104.5.6四年級為期上下學期共十週之游泳教學開訓典禮
17. 103.9.18桃園市警局交通安全宣導
18. 103.9.19辦理全校防震防災演練宣導活動
19. 103.9.28 參加桃園市全民運動暨運動社團嘉年華
20. 103.9.29~、104.3.23~起上、下學期各類課後社團活動開始
21. 103.10-103.12辦理四至六年級拒菸課程
22. 103.10.18第16屆親師生暨志工運動大會、垃圾分類資源回收宣導
23. 103.10.23、103.12.11、104.1.14、104.3.26、104.5.29  
實施書包減重宣導與書包重量抽測
24. 103.11.1-11.2參加躍動青春躲避球賽
25. 103.12.12-12.13參加市長盃躲避球賽
26. 103.12.13-12.14參加103年度桃園縣愛與祥和盃足球錦標賽
27. 103.12.10反詐騙宣導活動
28. 103.12.17消防防護研習
29. 104.3.6辦理用餐飲食衛生衛教宣導
30. 104.3.10-3.19辦理一至四年級校外教學參訪活動
31. 104.3.11辦理一至四年級校內健康操比賽
32. 104.3.11辦理104年度教職員工環境教育研習
33. 104.3.14參加市長盃樂樂棒球賽
34. 104.3.16-3.17參加少年杯足球錦標賽
35. 104.3.21-3.22參加104會長盃躲避球賽
36. 104.3.21-3.22、3.28-3.29參加市長杯足球錦標賽
37. 104.3.28親臨教育日垃圾分類資源回收宣導暨社區改造計畫宣導
38. 104.4.1-6.1進行四-六年級體適能檢測
39. 104.4.11三年7班、四年2班參加教育部103學年度第六屆國民中小學生普及化運動健身操桃園市決賽
40. 104.4.15愛滋病暨性教育防治宣導
41. 104.4.22學生環境教育節能減碳省電宣導活動
42. 104.4.30辦理班級路跑挑戰賽-411 Run Run Run
43. 104.5.2-5.4市長盃籃球賽
44. 104.5.5-5.8世界書香日「詩香校園」活動
45. 104.5.8實施高年級CPR學理課程與六年級CPR技術課程實測檢定
46. 104.5.8辦理103年度教職員工暨志工CPR研習
47. 104.5.14辦理志工聯誼活動
48. 104.5.20辦理104年度社團成果暨才藝公益發表會
49. 104.5.21-5.24參加中華民國第16屆躲避球全國錦標賽
50. 104.5.28辦理反毒宣導活動
51. 104.6.26-28辦理交通志工初階進階研習



校務會議



健康促進會議



班親會



環保小尖兵會議



班級導師會議



家長會



特教推行委員會



仁愛基金會



傳染病防治會議



推銷SH150



CPR操作課程



貳 學校物質環境

打造活力、童趣、藝術的學習園地



健康活力·遊戲安全要注意



校園安全監視設備



104年度教職員工環教研習



教室遮光防焰窗簾



平日落實垃圾分類資源回收



飲水機定期檢驗



課桌椅定期更換



舉手之勞做環保  
校園環境更美好



一期教室邊櫃整修



定期更新滅火器



校園環境消毒-廁所



改善教室照明設備



樹下好遊玩-鋪設人工草皮



練習擲準及足球的球牆



屋頂防水隔熱工程



同德312植樹趣



學生高爾夫球練習場



無障礙通行步道改善工程



圖書館閱讀區



教室無聲廣播系統



遵守遊戲器材使用規則



遊戲區更新草皮鋪設



熱心家長捐贈廁所衛生紙



登革熱防治-  
水溝蓋防文防臭可透水





桃園市同德國民小學103學年度健康促進學校



### 參 學校社會環境

## 健康成長、快樂自主學習



家庭教育成長工作坊-  
【翻轉童話】



性別平等教育劇團宣導



迎接同德小天使新生入學迎新活動



家庭教育成長工作坊-  
【人際曼陀羅】



自治市小市長選舉政見發表



自治市團隊宣導『走廊不奔跑』



志工座談會



開心接受祝福的小霧星



避免使用拖拉式書包宣導



頒發同德之星



教師專業成長-  
藝術治療工作坊



適性多元小團輔活動-小小世界公約



教師多元文化研習



輔導志工備課情形



特教班萬聖節



輔導人員工作會議



畢業生生涯座談輔導



有益情緒的健康食物研習課程





桃園市同德國民小學103學年度健康促進學校



### 肆 社區關係

結合家長、社區志工、以及公部門資源  
共同為同德孩子精心打造一個快樂的學習環境



社區環境改造計畫宣導活動



用藥安全暨全民健保話劇宣導



反毒教育宣導



新生報到志工表演  
「年輕不要留白」舞蹈



高品危害防治教育宣導



警察局交通安全宣導



宣導校門兩側路段淨空  
以利交通暢通



志工大隊親子淨山活動



志工參訪活動



志工大隊會議



消防局防潑宣導



品格教育研習



圖書志工會議



消防局教官講解CPR課程



家庭教育輔導小組參訪



伍 健康教學與活動(一)

NO.1 榮譽榜

- \*本校605黃翎晴、606張禾豐、608陳苙璋、611江奕承組隊參加第一個奧林匹克團體錦標賽獲銅牌獎
- \*本校參加中華民國第16屆躲避球全國錦標賽
- \*本校陳廷盈老師、黃子玲老師指導 6-3李承諭、6-2楊耀淇、6-4謝主韋參加「2014 IEYI臺灣參加世界青少年發明展選拔暨展覽會」獲銀牌獎
- \*六年一班參加103學年度桃園縣樂樂球錦標賽
- \*104年桃園市長盃籃球錦標賽女生組獲得第三名
- \*本校足球隊參加「104年桃園市運動會—市長盃五人制足球錦標賽暨全國運動會代表隊選拔賽」榮獲國小中年級組第四名
- \*本校406黎廷博參加「104年第12屆總統盃全國溜冰錦標賽」，榮獲國小中年級男子組指定賽路第二名及國小四年級男子選手黃英組前溜雙足S形第三名
- \*本校4-2黃亭瑄參加「104年渣打全國業餘高爾夫春季排名賽」榮獲女CD組第三名
- \*本校4-2黃亭瑄參加「103學年度第六屆全國小學業餘高爾夫隊際錦標賽」榮獲中女組第二名
- \*合唱團參加桃園市103學年度學生音樂比賽團體組國小【北區】B組同聲合唱優等
- \*弦樂團參加桃園市103學年度學生音樂比賽團體組國小【北區】B組弦樂合奏甲等
- \*三年7班參加健身操桃園市決賽獲得特優獎；四年2班參加健身操桃園市決賽獲得優等獎
- \*中華民國第46屆世界兒童畫展桃園市作品比賽，個人組特優獎-林有魁；個人組佳作獎-白淨雅、劉凱慈、謝家穎；團體組佳作獎-白淨雅、余佳潔、彭郁蓉、袁睿寧
- \*本校男生躲避球隊參加「桃園市國民小學體育促進會104年會長盃躲避球錦標賽」榮獲男生甲組第四名
- \*4-6潘廷宇參加104年桃園市中小學校聯合運動會游泳賽榮獲國小女生組200公尺自由式第四名
- \*5-3林士堯參加104年桃園市中小學校聯合運動會游泳賽榮獲國小男生組100公尺自由式第四名
- \*2-2張晴瑄參加「104年第12屆總統盃全國溜冰錦標賽」，榮獲國小選手黃英二年級女子組2000公尺開放賽第二名及1000公尺爭先賽第二名
- \*本校王裕園、林筱茹、黃威權老師指導5-6李婉瑩、5-6黃楷庭、5-6梁好樓、5-6宋侑美、5-8黎林彤同學參加「桃園市2015年北區四縣市中小學學生專題寫作」比賽榮獲國小組特優，並獲北區決賽代表權
- \*本校林碧玲、邱慧如老師指導6-6曾品惟、6-7蘇統緯、6-4徐惠仁、6-1沈序宸、6-8陳苙璋、6-2黃裕盛同學參加「桃園市第55屆中小學科學展」榮獲區賽甲等
- \*本校陳琨老師指導4-10劉辰軒參加「桃園市104年度英語比賽」國小朗讀C組榮獲第三名
- \*209張佑宇與家長楊麗瑛參加愛在桃園第七屆郭元益兒童本土語言—「母語說故事」比賽獲親子組第一名
- \*本校教師：邱慧如、林碧玲、陳廷盈、王宜惠參加永續發展與環境教育典範教學優組設計及演示以「權我權哉?」榮獲國小組優等
- \*本校范郁敏老師勇奪「桃園縣103年度語文競賽」客家語朗讀第一名，並獲全國賽選手代表權
- \*本校陳廷盈老師、黃子玲老師指導 6-3李承諭、6-2楊耀淇、6-4謝主韋參加「桃園縣103年國中小學發明展選拔暨展覽會」，榮獲優等獎，並獲推薦進「IEYI全國賽」
- \*本校謝幸真老師、黃威權老師指導 6-1林天羽、6-1沈序宸、6-4徐惠仁參加「桃園縣103年國中小學發明展選拔暨展覽會」，榮獲佳作
- \*本校4-1楊宜庭榮獲103年度能源教育學藝競賽第一名、3-10黎昕歌、5-4黎林彤榮獲第二名



高球選手-黃亭瑄

本校高爾夫球隊

垃圾分類與資源回收宣導

游泳教學開訓典禮

SH150-每週兒童朝會後晨跑

教師專業發展評鑑  
教師通過初階認證

教師視力保健研習

教師口腔研習

學生CPR  
技術課程實測

學生CPR學理課程

教師體適能檢測

第16屆同德美展

發明展討論過程

性教育宣導

教師CPR研習





桃園市同德國民小學103學年度健康促進學校



### 伍 健康教學與活動(二)

## 同心教化、品德樂群



103學年參加發明展選拔獲優等獎



軍團旗語創意進場



親師「力拔山河」-教師隊



運動會鼓樂隊進場



全國Conti少年盃足球錦標賽



桃園市樂樂棒球錦標賽



中華民國第16屆躲避球全國錦標賽



廁所使用教學暨講病毒宣導



勇奪103學年度中年級健康操比賽 - 一個特優及一個優等!



大隊接力一棒接一棒



教師展間帶跑，學習活力十足



菸害防治課程



美力閱讀體能美學



桃園市長盃籃球錦標賽



校外教學逃生演練



衛教宣導藝文競賽



游泳市運代表隊選拔賽



教練指導學生正確動作



學習正確打水動作



依照學生能力分組教學



蛟龍班-未來的游泳校隊





桃園市同德國民小學103學年度健康促進學校



### 陸 健康服務

## 翻轉103超越新奇蹟



教師慶生會



學童受傷衛教宣導



美麗的醫護組志工



定期量身高體重健康檢查



教職員工暨志工CPR



視力宣導



眼睛體操



維護廁所整潔



愛滋病及性教育宣導



一、四年級口腔健康檢查



洗手教育宣導



預防針注射



衛教宣導



100%無菸校園



腸病毒宣導



「用藥安全與全民健保」話劇宣導



定期視力健康檢查-驗光檢查



志工備課活動



醫護組小志工組訓



口腔宣導



午餐服務同學



菸害防治宣導



# 汗水與榮耀

## 103同德生日快樂

迎著秋日的陽光，伴隨著收穫的季節，迎來同德國小第16屆親師生運動大會；所有運動員由特教班率先帶領全校各班創意進場，各班無不絞盡腦汁，展現特色；充滿愛心與熱情的志工大隊，在隊長劉麗君女士的帶領下，精神抖擻的進入會場；莊嚴的會旗在聖火及鼓隊引領下冉冉升起。在自治市小市長代表運動員宣誓之後，絢爛奪目的煙火隨即在校場上空綻放，在熱鬧的音樂聲及全場歡呼聲中揭開活動序幕。

首先登場的是朝氣蓬勃的高年級活力健康操，一年級唱遊表演「練武功」震撼全場，二年級唱遊表演「旗開得勝」也獲一致好評，四年級的大會舞「心電心」，當舞曲結束時以變換隊形排出「16」字型，並祝賀同德國小生日快樂，獲得如雷掌聲。

個人短跑競賽同時進行的是各學年團體趣味競賽，小朋友們都盡全力去參與，展現各班的團隊默契和平日練習的成果，場外的家長急忙攝影，顯得比孩子們更興奮。高年級拔河決賽和親師拔河對抗賽，選手們各個鬥志高昂，緊張的拉鋸戰為活動掀起最高潮。

下午的三年級班際親子折返跑接力賽，看見家長和孩子一起參與競賽，親子互動的融洽及全家團結在一起奮力向前衝的精神，令人動容。四～六年級班際接力賽和校友接力賽競爭激烈，孩子們不畏烈日，汗水淋漓地競逐著，奮力為班級爭取最高榮譽的拚搏精神，讓現場掌聲與加油聲此起彼落，即使是落後的選手，場邊的觀眾也不忘給予最大的鼓勵，支持選手們跑向終點，場內外皆充分地展現運動家精神。

最壓軸的教職員趣味競賽「捷足先登」，在范揚達校長帶領下展現了同德國小教師齊心協力的團隊精神，教職員們有的身手矯捷，有的手忙腳亂，小朋友都看得樂不可支，現場洋溢著溫馨、歡笑與活力。

閉幕典禮上頒發各項錦旗肯定勝利的班級，校長也再次期許大家發揚運動員的不屈不撓精神，公平競技，追求自我的超越，勝不驕、敗不餒，並且要快樂運動、活出健康。

會旗緩緩降下，驕陽斜照在運動員們依依不捨的臉上，讓我們相約明年運動會，一起揮灑屬於我們的汗水，迎接勝利的榮耀。





大會開始前高聲歡呼



特教班親師生創意進場



低年級學生創意進場



鼓隊進場



廣軍團旗語創意進場



五年級拔河決賽



高年級活力健康操



四年級大會舞祝賀同德16歲生日



中年級學生創意進場



高年級學生創意進場



三年級親子折返跑接力賽



志工大隊進場



一年級團競「滾大球」



二年級團競「扭轉乾坤」



三年級團競「雙龍搶珠」



觀師「方拔山河」教師隊



六年級團競「袋袋相傳」



運動大會圓滿落幕

# 訓導處 活動報導



桃園市品德文化藝文書法競賽頒獎



高年級紫荊花反毒宣講



反毒教育宣講活動



同德國小資源回收與垃圾分類宣講



同德國小環保小尖兵協助校慶資源回收



103年度四年級游泳教學開訓

桃園縣同德國小103年度游泳教學開訓開訓示



童軍團集會-默契大考驗



童軍團集會-跟我這樣做



男生躲避球隊參加103年躍動青春青少年躲避球大賽榮獲少年男生組第三名



男生躲避球隊參加103年市長盃躲避球錦標賽榮獲少年男生甲組第二名



積極推動SH150辦法(每週運動150分鐘)每週二、四兒童節會後學生晨跑



積極推動SH150辦法，每天第二節下課全校跳健康操



積極推動SH150辦法，每週三、五晨間各班規劃運動項目



五年級防愛滋病宣傳課程



103學年度合唱比賽縣賽優等



書包減重督學訪視



103合唱團鄉土歌謠比賽優等



103學年度校內海報比賽



103學年度弦樂縣賽甲等



畢業紀念冊拍攝



畢業紀念冊拍攝



**訓導處**  
活動報導



104年全國Conti少年盃足球錦標賽



三、四年級校內健身操比賽



親職教育日表演活動



103學年度仁愛基金審查會



教育部103學年度第6屆國中小學生普及化運動計畫「樂樂棒球錦標賽



104年度英語比賽合唱團演出



模範生校內表揚活動



103學年度合唱全國賽優等



104年度英語比賽弦樂團演出



103學年度弦樂合奏全國賽甲等



兒童節才藝表演甄選



104年度教職員「環境教育」研習



兒童節大頭貼拍攝



一年級心電圖檢查



預防犯罪及法治教育宣導活動

# 教務處 活動報導

市賽得獎  
頒發照片



語文競賽縣賽獲獎頒獎現場(張永廉)



103語文競賽縣賽頒獎現場



發明展討論過程



廣達遊於藝導覽活動



藝文深耕張清吉教授授校信壽合匾額



佈置教室優選班級



別市公所頒贈103年縣圖市地政局獎狀



築市教學



能源教育學藝競賽第2名



教師節表揚活動



參加英語村



師鐸獎



第45屆同德美展於文化局音樂表演



第15屆同德美展開幕



晨間時間晨讀活動



藝文深耕協同教學



辦理愛的書庫

孝女 孝方 孝處

G A D E B



第十五屆校內同德美展於圖書館開幕

兩位指導老師帶領十二位可愛的六年五班小朋友到平興國小參加103年度十三鄉鎮市英語特色韻文吟唱比賽



教師書法社群認真的一幕



103學年度校內語文競賽現場



補救教學線上施測現場



邀請輔導團夥伴蒞臨本校參與藝術與人文教學觀摩之說課、觀課、議課流程



3D Dark藝術研習



作文研習 李光福老師



老師布置學年看板一幕



白景文老師教學觀摩現場



參加發明展獲獎學生校內頒獎實況



參加第一屆奧林匹克團體錦標賽獲銅牌獎



103年度藝術與人文深耕計畫教學成果展



103年度藝術與人文深耕計畫教學成果頒獎



**教務處**  
活動報導



103下佈置教室優選班級



人間福報徵文頒獎



科展製作過程



師生參加「2014 IEYI臺灣參加世界青少年發明展」獲銀牌獎



桃園市104年度英語比賽現場



104年英語比賽報名現場



手工皂研習現場



唐詩抽背



師生積極備戰「北區四縣市中小學學生線上專題寫作」競賽



寒假作業優選頒獎



親師溝通與危機處理研習  
(汪子錫教授)



410劉辰軒獲英語朗讀第三名



弦樂團在104年英語比賽頒獎現場演出



師生參加「2014 IEYI臺灣參加世界青少年發明展」展覽攤位現場



桃市小桃子徵文得獎者



閱讀排行榜頒獎



# 秋陽杲杲，如心皎明； 柿紅纍纍，秋穫豐穰

同德快樂學園



103學年度家長委員代表大會



第16屆家長會長劉權謙先生



家長會長頒發當選證書



圖書室施工



圖書室工程驗收



認真清潔的圖書志工



趕工上架的圖書志工



閱讀區



閱讀區



校長與志工合影



樹下好乘涼



抽核午餐供應廠商



花台植栽



天涼好個秋



抽核午餐供應廠商



水生植物池 睡蓮綻放



校門街牌更新



校門街牌更新



廁所求救鈴連接警衛室



設置廁所求救鈴



警衛假日巡查校園



警衛夜間巡查校園



飲水機定期保養



飲水機定期更換濾心



職工整理環境



職工整理環境



安全宣導



安全宣導



安全宣導



修剪花木



消防研習

**總務處**  
活動報導

# 有水當思無水之苦！



因應措施：  
(省省的用，以利不斷水)

1. (每週三、四)停水2天期間，暫停澆花與拖地用水。
2. 洗手台請放置水桶以利回收水資源再利用。(請學生在有水桶處洗手)。
3. 如廁後使用沖水凡而時請輕輕踩(或者利用回收水沖馬桶)，以利節水。
4. 每間廁所內將放置大水桶與勺子各一，以便收集洗手台回收水，並提供廁所清潔之用。

目前已實施第3階段限水，採供水5天、(每週三、四)停水2天的限水方案，請大家協助於此旱象之際，加強節約用水！



節約用水抗旱大作戰



節約能約舉手之勞



回收防護條再利用



前穿堂天花板工程



防護條更新



票選兒童節禮物



市政府贈送兒童節禮物



低年級兒童節禮物



中年級兒童節禮物



美麗校園好休憩



美麗校園好休憩



美麗校園好休憩



來賓停車區勿嬉戲



維護前穿堂秩序



定期水質檢測

# 輔導室 活動報導



同德志工熱情歡迎新生入學

大手牽小手祖孫學習趣

同德之星頒獎

## 大團輔活動



情緒教育-EQ武功祕笈

生命教育繪本故事

## 敬師活動



## 小團輔活動



## 家庭教育活動



電影賞析

家長成長課程

## 特教班活動



特教評鑑

運動會創意造型進場

總仁醫院復健課程

健康檢查

## 輔導室



一個提供師生心靈休憩的地方！  
生命的過程中，觀照你的心，  
體貼你的意，溫暖你的生命。  
透過各種活動陪伴你成長，傾聽你的心聲  
充實你的生命意義，拼湊你的心靈地圖。



### 團體輔導活動 進行五、六年級情緒教育議題團輔活動



### 小團輔活動



### 生命教育活動



### 注音符號補救教學

### 特教班活動



專業團隊服務

回歸融入主流

期末IEP會議

聖誕節小天使報佳音

# 輔導室

活動報導

一個提供師生心靈休憩的地方！  
 生命的過程中，觀照你的心，  
 體貼你的意，溫暖你的生命。  
 透過各種活動陪伴你成長，傾聽你的心聲，  
 充實你的生命意義，拼湊你的心靈地圖。



四年級情緒教育



環遊世界歷險記小團隊



志工備課中



特教知能研習



同德魔法營團隊



小小領袖營團隊



特殊需求課-學烹飪煎蔥油餅



家長成長工作坊



特教班自然課融入遊戲活動



家長成長工作坊



瑞文氏施測情形



升學輔導~國立台灣戲曲學院蒞校巡演招生



同德國中到校進行招生說明



# 迎新活動報導

又是新的學期開始，開學第一天同德校園中出現了288位小天使，帶著興奮的心情走進同德大門為歡迎他(她)們，校長特別準備了多樣的新生見面禮送給每位同德新鮮人，並辦理一系列活動包括：迎新活動、新生家長座談會、愛心小志工到各班服務，希望這些小天使們能感受溫馨的關懷，及認識學校作息與環境；另外在學期中實施注音符號補救教學，希望每位小朋友能在快樂、自信無礙的環境中成長與學習。

## 大手牽小手祖孫一同學習趣



## 校長迎接小天使進入同德大家庭



## 精彩表演迎新



## 同德之愛給新生的見面禮



## 認識環境



嶄新的圖書室

感謝有您們的幫忙



# 親職教育日活動剪影



家長職業分享



熱鬧的園遊會



熱鬧的園遊會



家長職業分享



精采的才藝表演



精采的才藝表演



精采的才藝表演



精采的才藝表演



親子共學



親子共學



親子共學



親子共學



親子共學



親子共學

# 桃園市同德國小四~五年級游泳教學

目的：提昇學生游泳能力，並具有水中自救的基本能力

時間：

\*四年級自 103 年 9 月 16 日至 103 年 10 月 14 日止；104 年 5 月 19 日至 104 年 6 月 16 日止，每週二 08:00~10:20，共計 20 堂課，每次進行至少 80 分鐘游泳教學。

附註：教育部游泳能力五級分級標準表

圖騰	級數	游泳能力	自救能力	備註
	第一級	* 在水中拾物2次 * 蹬踏漂浮3公尺後站立	* 站立韻律呼吸20次 * 水母漂10秒	* 腳底之物品在轉手或觸地大時 * 腳底呼吸器或腳蹼 * 腳蹼呼吸器、腳蹼、呼吸器 * 水母漂10秒不可換氣
	第二級	* 打水前進10公尺 * 游泳前進15公尺 (換氣3次以上)	* 浮具漂浮60秒 * 水母漂20秒(可換氣) * 仰漂15秒	* 浮具漂浮時、打腿、打臂等 * 仰漂可換氣
	第三級	* 游泳前進25公尺 (換氣5次以上)	* 水母漂30秒，每10秒換氣一次 * 仰漂30秒	* 仰漂可換氣
	第四級	* 仰、蛙、蝶、捷任意一式完成50公尺	* 立泳30秒 * 仰漂60秒	* 以不連續持續完成50公尺 * 水母漂30秒包含換氣 * 仰漂可換氣
	第五級	* 持續游泳100公尺	* 立泳60秒 * 仰漂120秒	* 不戴泳鏡、不戴泳帽持續完成100公尺 * 水母漂30秒包含換氣 * 仰漂可換氣

教育部印製



教練指導學生正確動作



蛟龍班~未來的游泳校



學習正確打水動作



依照學生能力分組教學

桃園市桃園區同德國民小學103學年度健康促進活動項目調查統計表

活動項目		每天運動時間累計		每天食用五蔬果人數	每天吃早餐人數	每天多喝水人數				每天刷牙次數人數				會提醒自已3010愛眼守則人數				不吸菸人數	不嚼檳榔人數	每週運動時間累計	
年級	班級	未達120分鐘人數	超過120分鐘人數			500cc	500-1000cc	1500-2000cc	2000cc以上	1次	2次	3次	4次以上	一定會	常常會	偶爾會	完全不會			未達210分鐘人數	超過210分鐘人數
		一	1	3	26	25	28	0	5	15	8	0	10	15	3	13	6	9	0	29	29
一	2	5	24	24	26	0	6	6	15	0	20	7	0	2	15	8	2	29	29	5	24
一	3	3	25	25	26	0	1	24	3	0	5	20	3	4	15	6	3	28	28	5	23
一	4	2	26	26	24	0	5	8	5	2	8	5	10	12	6	4	0	27	27	4	23
一	5	0	28	28	28	0	5	16	7	0	15	13	0	9	18	1	0	28	28	0	28
一	6	2	26	20	27	0	5	17	6	0	17	6	5	11	10	6	1	26	26	0	28
一	7	4	24	25	27	0	2	13	13	0	15	11	0	15	11	2	0	28	28	3	25
一	8	2	26	25	27	0	1	8	19	0	5	15	8	18	5	2	3	28	28	2	26
一	9	0	28	28	27	0	5	10	13	0	5	18	5	11	12	5	0	29	29	2	27
一	10	0	27	28	26	0	1	7	10	0	10	16	1	6	7	13	0	29	29	5	24
二	1	3	23	23	21	0	1	13	12	0	5	10	11	19	0	7	0	29	29	4	25
二	2	0	28	27	28	0	0	25	3	0	10	18	0	16	6	6	1	29	29	0	29
二	3	0	27	27	27	0	1	8	18	0	10	16	1	15	6	6	0	28	28	4	24
二	4	0	27	27	25	0	5	8	12	0	10	10	5	8	12	4	1	27	27	5	22
二	5	0	27	27	26	0	4	10	13	0	5	10	12	9	12	5	1	28	28	1	27
二	6	0	27	27	25	0	2	13	13	0	4	11	10	3	13	6	3	28	28	2	26
二	7	0	27	27	26	0	0	17	10	0	10	8	9	10	12	5	0	29	29	0	29
二	8	1	27	28	28	0	4	18	6	0	9	16	3	16	8	1	3	28	28	0	28
二	9	0	27	27	27	0	2	3	22	0	3	12	12	16	5	6	0	28	28	0	28
二	10	3	24	27	27	0	0	19	7	0	5	11	11	13	8	2	4	27	27	1	26

活動項目		每週運動時間累計		每天食用五蔬果人數	每天吃早餐人數	每天多喝水人數				每天刷牙次數人數				會提醒自已3010愛眼守則人數				不吸菸人數	不嚼檳榔人數	每週運動時間累計	
年級	班級	未達210分鐘人數	超過210分鐘人數			500cc	500-1000cc	1500-2000cc	2000cc以上	1次	2次	3次	4次以上	一定會	常常會	偶爾會	完全不會			未達210分鐘人數	超過210分鐘人數
		三	1	0	31	31	30	0	1	22	8	0	2	27	2	10	8	11	2	27	27
三	2	0	32	32	32	0	4	14	14	0	20	2	10	2	2	26	2	26	26	0	26
三	3	0	32	27	31	0	5	16	9	0	5	7	20	14	3	14	0	26	26	0	26
三	4	1	30	27	31	0	0	21	10	0	12	12	7	18	20	3	0	25	25	0	25
三	5	0	30	27	30	0	4	14	12	0	8	12	10	10	4	13	3	27	27	2	25
三	6	2	30	28	30	0	0	20	12	0	7	15	10	0	2	30	0	27	27	2	25
三	7	5	27	27	29	0	0	22	10	0	5	8	17	16	6	10	0	27	27	0	27
三	8	2	28	27	29	0	0	23	7	0	10	10	10	25	5	0	2	27	27	0	27
三	9	5	27	30	26	0	5	15	9	0	4	8	20	20	4	6	0	26	26	0	26
三	10	0	32	30	30	0	0	19	13	0	6	8	11	20	2	10	0	27	27	0	27
三	11	0	30	29	30	0	0	26	4	0	6	22	2	3	7	15	5	26	26	2	24
四	1	2	26	28	28	0	4	12	12	0	0	4	24	10	6	11	0	31	31	2	29
四	2	0	29	29	29	2	0	1	26	0	0	3	26	23	6	0	0	32	32	1	31
四	3	0	28	27	26	2	0	25	1	0	8	10	10	1	9	16	2	32	32	0	32
四	4	3	25	21	26	6	5	17	0	0	2	13	11	2	19	7	0	32	32	5	27
四	5	0	27	27	26	0	6	11	10	2	8	5	12	9	9	9	0	30	30	4	26
四	6	0	28	20	28	6	0	22	0	0	7	1	20	7	5	16	0	32	32	5	27
四	7	0	27	20	21	7	0	11	3	0	4	2	20	7	10	9	0	32	32	5	27
四	8	0	28	20	27	0	1	10	17	0	3	20	5	5	18	3	2	30	30	5	25
四	9	3	25	22	20	5	0	20	3	0	3	4	21	14	6	8	0	32	32	0	32
四	10	0	29	29	29	0	2	10	17	0	8	4	13	11	0	11	0	32	32	0	32

活動項目		每週運動時間累計		每天食用五蔬果人數	每天吃早餐人數	每天多喝水人數				每天刷牙次數人數				會提醒自已3010愛眼守則人數				不吸菸人數	不嚼檳榔人數	每週運動時間累計	
年級	班級	未達120分鐘人數	超過120分鐘人數			500cc	500-1000cc	1500-2000cc	2000cc以上	1次	2次	3次	4次以上	一定會	常常會	偶爾會	完全不會			未達210分鐘人數	超過210分鐘人數
五	1	5	25	25	28	0	0	22	8	0	2	25	3	5	6	18	1	28	28	0	28
五	2	9	20	29	29	0	0	13	16	0	0	21	3	10	0	0	27	27	4	23	
五	3	5	24	25	29	0	0	12	17	0	5	15	8	5	15	9	2	28	28	5	23
五	4	5	24	29	29	0	0	11	18	0	9	0	20	3	24	2	0	29	29	5	24
五	5	4	26	28	30	0	0	20	10	0	3	26	1	19	1	10	0	29	29	0	29
五	6	3	25	28	25	0	0	24	4	0	2	13	13	9	2	17	0	28	28	6	22
五	7	0	30	30	28	0	0	21	9	0	8	12	10	10	5	13	2	27	27	0	27
五	8	7	21	28	25	0	0	11	17	0	7	1	20	7	3	11	1	28	28	4	24
五	9	0	30	22	20	0	0	8	22	0	16	8	4	10	9	11	0	28	28	1	27
五	10	8	21	26	29	0	0	17	12	0	9	0	20	10	1	14	4	28	28	6	22
五	11	6	22	28	28	0	0	21	7	0	2	4	22	20	2	2	4	29	29	0	29
六	1	5	26	26	29	0	0	26	5	0	3	8	20	15	5	11	0	30	30	2	28
六	2	8	24	25	27	0	0	14	18	5	5	8	11	15	5	10	2	30	30	0	30
六	3	7	22	27	24	0	0	19	10	0	2	7	20	10	6	13	0	30	30	2	28
六	4	6	26	27	28	0	0	17	15	0	4	6	22	20	3	8	2	29	29	2	27
六	5	0	32	25	30	0	0	15	17	1	6	5	20	11	3	5	1	30	30	2	28
六	6	5	27	32	28	0	0	19	13	0	7	2	23	1	4	25	2	28	28	0	28
六	7	6	26	29	25	0	0	16	15	0	8	3	20	20	5	4	2	30	30	4	26
六	8	1	31	26	25	0	0	0	32	0	9	3	20	26	1	5	0	27	27	2	25
六	9	0	32	26	32	0	0	17	15	0	8	3	20	0	10	20	2	30	30	0	30
六	10	8	23	31	27	0	0	16	15	7	1	3	20	20	0	9	2	31	31	0	31
六	11	5	24	24	29	0	0	18	11	0	3	13	13	3	10	16	0	28	28	5	23

102學年度活動項目		每週運動時間累計		每天食用五蔬果人數	每天吃早餐人數	每天多喝水人數				每天刷牙次數人數				會提醒自已3010愛眼守則人數				不吸菸人數	不嚼檳榔人數	每週運動時間累計	
		未達120分鐘人數	超過120分鐘人數			500cc	500-1000cc	1500-2000cc	2000cc以上	1次	2次	3次	4次以上	一定會	常常會	偶爾會	完全不會			未達210分鐘人數	超過210分鐘人數
		154	1710	1702	1745	28	92	983	728	17	133	622	751	699	455	561	126	1861	1861	149	1715
全校統計人數:		1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861	1861
各項統計比率:		8.3%	91.7%	91.5%	95.9%	1.5%	4.9%	53.0%	39.0%	0.9%	7.2%	33.3%	40.4%	37.6%	24.4%	30.1%	6.8%	100.0%	100.0%	7.5%	92.5%

102學年度：全校達多喝水比率： 91.0% 全校刷牙次數： 3.09 全校會3010比率： 91.1%

103學年度活動項目		每週運動時間累計		每天食用五蔬果人數	每天吃早餐人數	每天多喝水人數				每天刷牙次數人數				會提醒自已3010愛眼守則人數				不吸菸人數	不嚼檳榔人數	每週運動時間累計	
		未達120分鐘人數	超過120分鐘人數			500cc	500-1000cc	1500-2000cc	2000cc以上	1次	2次	3次	4次以上	一定會	常常會	偶爾會	完全不會			未達210分鐘人數	超過210分鐘人數
		154	1686	1675	1718	28	92	966	718	17	128	610	741	695	468	565	67	1800	1800	133	1667
全校統計人數:		1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800	1800
各項統計比率:		8.6%	91.4%	93.1%	95.4%	1.6%	5.1%	53.7%	39.9%	0.9%	7.2%	34.0%	41.2%	38.6%	26.0%	31.4%	3.7%	100.0%	100.0%	7.4%	92.6%

103學年度：全校達多喝水比率： 93.6% 全校刷牙次數： 3.15 全校會3010比率： 96.0%