

桃園市瑞原國民小學辦理

107學年度健康促進學校實施計畫

一、前言：

本計畫旨在發展多元的整合型學校健康促進計畫，以增進全校教職員工生的全人健康，讓國小階段的學童學會關心自我健康，並且有能力把這樣的觀念向外推廣至家庭、社區乃至社會，發展學校對社區多元教育層面、端正社區風氣、以起帶頭作用。

本計畫分二階段進行，第一階段成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，先診斷學校教職員工生之健康狀況、現有與健康有關的人力、物力及資源及進行健康之需求評估，進而確立學校成員共同認定的目標及健康議題的優先順序。第二階段則依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，以培養學校成員健康概念進而產生健康行為並建立健康的生活型態，以提升健康品質；此外亦進行過程評價，以期適時回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之整體成效。

二、背景說明：

（一）本校位處於楊梅區的鄉下，週遭環境以農業為主，為楊梅區內唯一偏遠學校。全校一至六年級共有六班，學生數66人，另有幼兒園1班，幼兒園學生27人，屬於小型學校。教職員工24人，平均年齡約38歲。

（二）學區家長部分，大都屬於勞工階層，工作忙碌，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。再加上近年來因社會變遷快速，年輕人口外移，使家庭結構因而改變，本校弱勢學童比例高達40%，學童之生活、學習與成長頗值得關切。

（三）雖然校園廣大，樹木扶疏，綠意盎然，大部分學生能快樂上學，學習壓力不重；可是視力不良學生人數仍偏多，兒童視力不良年齡有逐年下降現象，令人擔心！而齲齒罹患率不見降低，另外，四五年級女生發育人數已不少，應提早實施性教育課程。

（四）家長是學校教師的合夥人，為養成學生良好用眼習慣、口腔保健及飲食衛生與營養，學校應積極辦理家長志工研習，讓本校家長志工了解視力保健及飲食衛生與營養的重要性，視力保健及飲食衛生與營養的正確觀念和作法。

三、 內容與實施策略：

(一) 計畫內容

工作要項	實施內容	實施時間	承辦單位	六大層面
一、成立學校健康促進委員會並組成健康促進工作團隊	1. 由校長召集各處室主任、組長、護理師、體育老師、教師代表、家長會代表、志工代表共同成立學校健康促進委員會。 2. 召開學校健康促進委員會，討論本校健康促進計畫內容、工作分配，及工作進度與執行。 3. 研討本校需求，訂定實施計畫。 4. 並定期召開會議，檢討與修正實施項目。	107年9月	教導處	學校衛生政策
二、進行現況分析及需求評估	透過學校健康促進委員會進行健康進學校的需求評估，並依照評估結果，製定本校健康促進活動需求項目。	107年8月、9月	教導處	學校衛生政策
三、決定目標及健康議題	整體學校衛生政策、含菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥及全民健保，	107年9月	教導處	學校衛生政策
四、擬定學校健康促進計畫	製定本校七大議題教育計畫，另辦理安全教育急救計畫	107年8~10月	教導處	學校衛生政策
五、編製教材及教學媒體	1. 每學期舉行含菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥及全民健保宣導 2. 規劃學習課程及熟練教學方法。	107年8月 ~ 108年1月	教導處 健體領域教師群	個人健康技能健康教學

六、執行健康促進計畫	3. 加強教師的在職教育及學生的學習教育： (1) 結合教師研習活動，增進教師相關的學養知能。 (2) 每學年辦理含菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥、全民健保及安全教育急救育專題演講及課程教學一至二場。 (3) 隨時於各領域課程中實施機會教育（如菸害、口腔衛生、性教育等），以擴大成效。 (4) 善用學校網站，提供相關的資訊，並利教師運用校園網路進行線上教學及宣導。 (5) 利用健康中心之衛生教育專欄，提供正確的知識與常識。 (6) 利用學校日等活動，宣導口腔衛生，傳達給家長正確口腔衛生觀念，希望能夠結合家庭教育的功能，共同進行防治的工作。 4. 舉辦各項菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥、全民健保及安全教育急救育活動： (1) 藉由健康走廊張貼菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥、全民健保及安全教育急救育活動。 (2) 善用衛生單位海報和教材，進行教學及觀念深化。	107年9月 ~ 108年6月	教導處 總務處	學校社會環境 健康服務 個人健康技能 學校社會環境
	5. 善用校園教育志工，協助教育宣導工作。 6. 輔導全校師生及員工應關心個人健康，定期健康檢查，以瞭解個人近期健康狀況。 7. 持續推動餐後潔牙工作，並定期使用含氟漱口水。 8. 結合社區資源，邀請口腔衛生和婦產科專科醫師，蒞校進行義診及衛教 9. 成立體重控制班，落實健康體位。 10. 針對弱勢家庭協助帶領小孩進行齲齒治療。 11. 成立健康體位班，讓學校健康體位達80% 12. 將跑步累計圈數列入榮譽制度。		教導處	學校社會環境 健康服務 個人健康技能 學校社會環境 校護

七、建立與維護健康促進學校網站	1. 擬定過程成效評量工具並實施成效評量前測、過程評量、成效評量後測。 2. 實施課程及活動，透過網站公佈施作內容。 3. 利用測驗卷的方式實施常識前測；透過活動做客觀的過程評量；根據實施後的數據及學生活動後的成果，評估學生的成效評量。	107年3月 ~ 108年6月	教導處	學校衛生政策 學校社會環境 健康服務 個人健康技能 學校社會環境
八、資料分析	1. 研究結果系統化、數據化。	107年2月 ~ 108年6月	校護	學校衛生政策
九、報告撰寫並發表	1. 撰寫研究結果及健康促進活動成果發表及改進之道。	107年2月 ~ 108年6月	教導處	學校衛生政策

四、 預定進度：應規劃出執行進度，並以甘梯圖表示。

(一) 健康促進計畫預定進度

[illegible]

(二) 口腔衛生改善預定進度

[illegible]

三、潔牙比賽												
四、低中年級貝氏刷牙法練習												
五、潔牙榮譽集點制度												
六、建置口腔衛生網												
七、齲齒個案追蹤												
八、一、四年集口腔檢查												
九、全校性口腔檢查												
十、報告撰寫並發表												

七、健康促進學校人力配置：

計畫職稱	姓名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	胡正誼	校長	研擬並主持計畫，彙整報告撰寫
協同主持人	胡智慧	教導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	陶藝文	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	張廖珮鈺	輔導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
研究人員	吳宛嫻	學務組長	體適能評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫
研究人員	周家寧	教學組長	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫
研究人員	陳瑞元	事務組長	活動場地與健康促進相關器材與設備維護、物品等之購置
研究人員	張舒婷	資訊教師	健康網路網頁製作及維護

研究人員	盧乃鳳	校護	身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合
研究人員	袁聖祐	家長代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
研究人員	唐詠賢	自治小市長	協助辦理學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫

八、成效指標及預期效益：

一、凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景：

1. 學校的發展目標與共同的價值，經由學校逐漸形成的環境氣氛中為大家所認可並產生共識。
2. 全校教職員工生及家長透過會議、學校日活動、運動會、發表會等都能深刻感受到學校重視健康促進的氛圍。

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－透過健康促進計畫建構更安全的校園建築、設施、
2. 心理的環境包含－營造接納與尊重的校園，共同打造身體的健康（口腔），能保護自身安全，並建立無性別歧視與暴力的教育環境。

三、結合社區資源，如牙醫師工會、衛生所、天成醫院等，建立合作網絡及夥伴關係。

四、建立一個無菸拒檳的校園文化，進行影響家庭和社會風氣。

五、協助學生100% 養成良好的口腔衛生習慣，提升學生擁有健康牙齒的比例，由原本81.25%提升至90%，且回診率為100%。

六、獲得性教育的知能，80% 男女學生能了解性器官和彼此和諧相處之道。

七、中高年級學生都能了解愛滋病傳染方式與其危害。

八、維持全校健康體位比例。

九、評價方法或預期效益：應說明目標是否達成之評價方式，包括過程評價與結果評價。

（一）過程評價之方法：

1. 透過健康促進自評表，檢核健促執行進度及成效。
2. 以學生學習單撰寫內容之正確性、豐富性，了解質性與情意目標是否達成。

（二）結果評價之方法：

1. 上學期一、四年級做身體檢查，包含口腔衛生，以此結果為前測依據。
2. 下學期洽詢醫院至校做全校口腔檢查，取其中一、四年級做為後測依據，並做前後測量化分析。