

# 新竹市獎勵學校發展特色-方舟學校認證實施方案

## 103 學年度申請試辦期成果報告

認證主題：健康學校  
學 校：建功國小



## 一、緣由

本校願景的主軸是自信負責、愛與關懷、樂觀成長，其理念：進入建功的學生，每個都是寶。在健康和諧的氣氛中，希望個個均能健康快樂，表現開朗活潑積極樂觀的人生觀。更期望建功的學生，未來都能具備參與社會生活的基本能力與民主素養，強烈追求知能的企圖心與涵養。並在愛與關懷的環境中，塑造自信負責，認真學習與生活態度，樂觀進取中茁壯成長，故選定健康學校為認證主題。

### (一)本校願景：自信負責、愛與關懷、樂觀成長

1. 自信負責：包括瞭解自我、自我表達、獨立思考、團隊合作、社會服務、負責守法、知行合一、培養人本情懷及民主素養
2. 愛與關懷：包括適性運動健康身心、瞭解自我、尊重與欣賞他人及不同文化，與人溝通、包容異己、更能理性與感性調和、人文與科技並進，涵蓋人與自己、人與社會、人與自然等→培養人本情懷、民主素養、鄉土與國際意識。
3. 樂觀成長：活用資訊與語言主動探究、解決問題→養成終身學習的態度與習慣。

### (二)現況分析：

1. 地理環境：鄰近交通、清華大學，科學園區、工研院，交通便捷，校地完整，雖為階梯形地型，但校園腹地廣闊，學生使用單位面積優於其他學校。
2. 學校規模：全校61班(含幼稚園、特教、學生人數約1700人)，屬中大型學校。
3. 硬體設備：落實校園綠、美化，設學生午餐廚房(公辦民營)，具備體育館一座，全校設有飲水點，共67點。
4. 師資概況：逐年年輕化，平均學歷提昇，電腦能力漸增加，師資專長多元化。

5. 學生:學生活潑，學生多元學習意願高。
6. 家長:人口持續成長，家長平均學歷逐年提高，家長參與度提昇與學校互動增加。
7. 社區資源:家長會贊助學校經費，熱心人士支援校務發展，社區志工及資源投入，公務及文教機關對學校支援多。

## 二、準備期

本校歷經(1)健康檢測各項分析、(2)全校會議及校務會議共識會議討論、(3)健體領域會議討論、(4)健康促進委員會檢討本校學童健康歷程及擬訂融入相關課程及活動之有效策略、(5)課程發展委員會兩次的課程修訂、(6)課程總計劃的規劃及設計，將認證項目:健康學校各項相關健康課程及活動深植學童學習及行為養成中。

本校由校長帶領健康促進行政團隊及教學團隊，各處室各司其職，分工合作，並整合各處室相關健康教學及活動，共同推行健康議題策略。

職 稱	姓名	編 組 任 務
計畫主持人-校長	劉芳遠	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
協同主持人-學務主任	蔡均旺	協助處理推行健康促進學校相關事務，協調相關處室配合相關活動。
協同主持人-教務主任	游國君	協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。
協同主持人-總務主任	謝玉姿	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	林政君	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-教學組長	劉蕙敏	負責課程總計劃的規劃及設計，健康促進計劃課程融入事宜。
研究人員-衛生組長	葉美村	負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。
研究人員-體育組長	錢明福	負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執

		行。
研究人員-生輔組長	李鎮哲	負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。
研究人員-活動組長	李國寧	協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-輔導組長	賴亭愷	協助各項計畫活動之推展。
研究人員-護理師	吳欣怡	負責健康促進相關活動的推動及統籌，社區及學校資源之協調整合。
研究人員-護理師	劉耘均	負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
研究人員-會計主任	許雅穗	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-學年主任	蔡靜芬	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	洪春鳳	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	張新智	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	羅瑋菱	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	陳貞姘	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	蔡斯涵	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-家長會代表	宋樹人	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。

研究人員-學生自治市長	林詳諺	協助辦理學生需求評估與活動及協助學生與行政單位之聯繫。
諮詢單位	新竹市教育處	協助辦理各項知能研討進修、策略改進及相關經費申請。
諮詢單位	新竹市衛生局	協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。

每學年初健康促進委員會依據前 1-3 學年全校健康數據分析結果擬訂全學年的健康促進計畫，其中包含教學設計及活動宣導，上學期以健康知能為主要學習重點，下學期則以健康技能及習慣養成為主要推行目標，亦提供各項健康議題教學模組給各領域老師融入教學及具體操作參考，且其中包含學習單及評量表等，可操作性及評量性高。

### 三、發展期

本校課程發展委員會在課程總計劃中對於健康議題規畫包含健康課程領域每一年段不同的健康課程，亦將健康促進相關議題依各年級系統性規劃至彈性課程及本土語課程。

在資訊網路設備建置上，(1)本校校內設有全校資料交流區，其中建置有健康交流區，以提供學校同仁健康知識、教案設計、活動宣導分享。(2)有全國首創校園傷病 e 化系統、校園傷病雲端服務系統，以提供全校師生及家長及時學童在校傷病訊息及健康檢查情形查詢，以維護學生健康安全，更增加「學校」和「家長」間的互動聯繫，共同關心孩子們的健康。

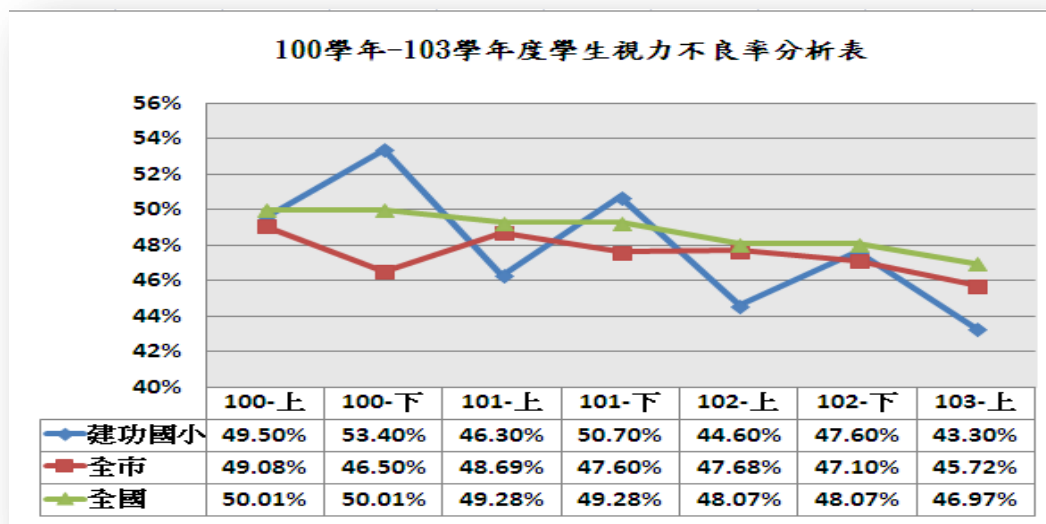
本校多元活動及社區結盟上，(1)本校定期舉辦各項配合課程進行之創意健康宣導活動如：全國首創之「健康 Icare 卡」集點活動、Doctor Shane Club 健康英語俱樂部、體育季…等。(2)結合社區艷紫荊志工及彩虹媽媽辦理一系列的健康故事列車、健康舞台劇、青春無悔性教育課程，深獲學生及家長喜愛與肯定。(3)社區校眼醫、校牙醫及醫療院所提供各項健康資訊及醫療資源協助如學校師生家長健康檢查、健康講座、健康諮詢、健康宣導、醫院參訪、貧困學童健康醫療及健康資訊等協助…

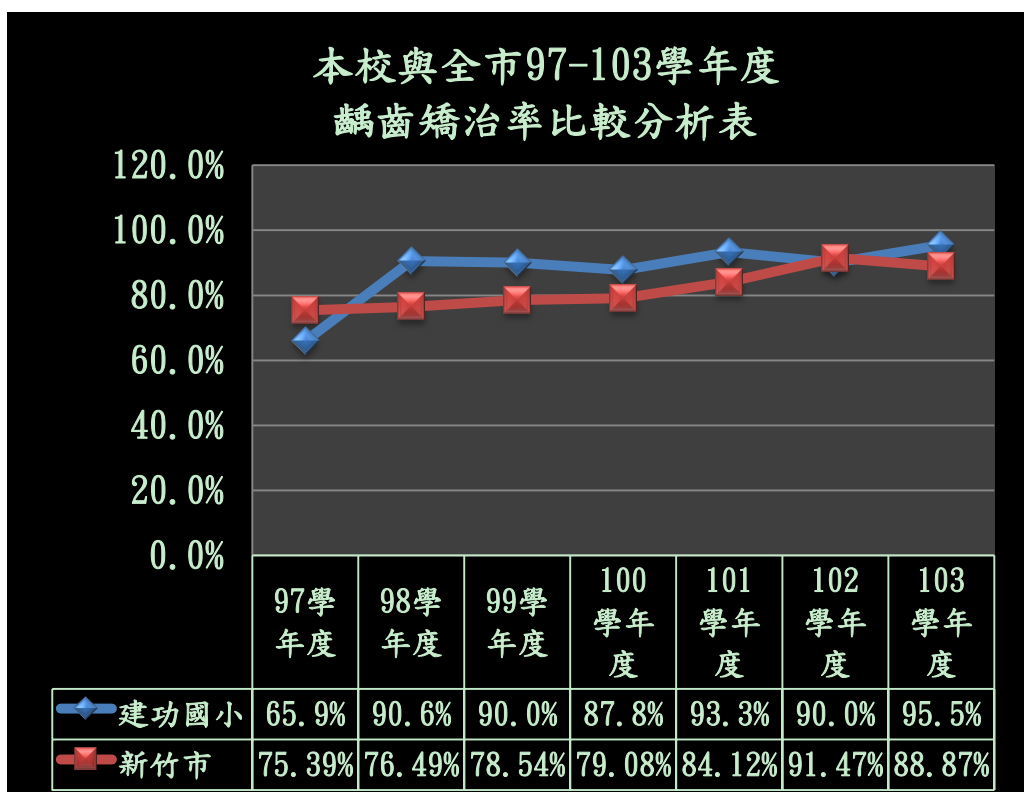
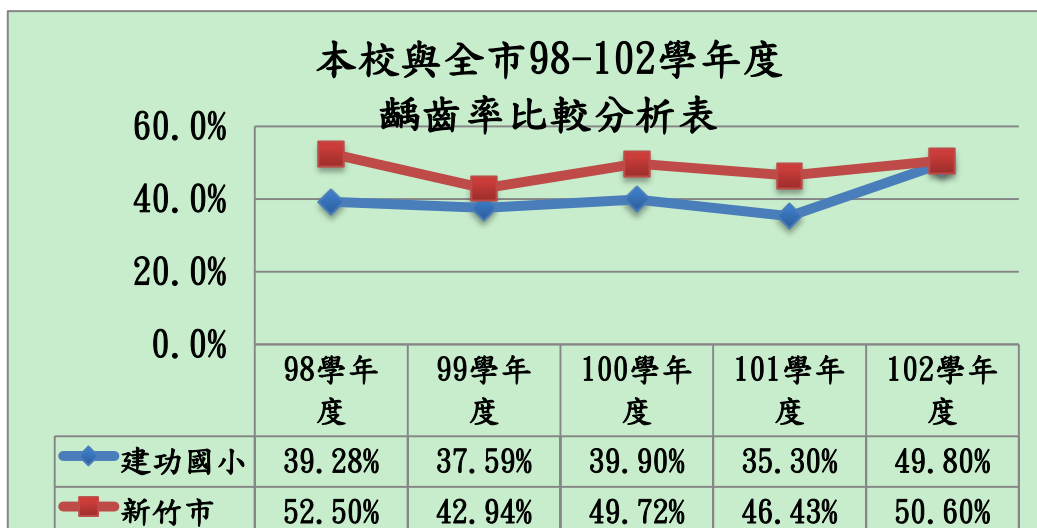
等，讓全校師生家長均受惠。

#### 四、深耕期

本校健康促進委員會每學年初依據前 1-3 學年全校健康數據分析結果，訂定並落實健康促進學校計畫。

本校視力保健、口腔保健、健康體位、健康檢查…等各項健康促進，辦理了一系列的融入課程及宣導活動，更進行擬訂「學童視力保健」進行行動研究，行動研究主題訂為：健促共同體-學校社區組織結盟及多元教學融入對國小學童-視力保健影響成效之行動研究，在全校師生家長的深耕努力下，近四年的視力不良比率有逐年下降趨勢，103 學年度較 100 學年度更下降 10.1%，102 學年度及 103 學年度視力不良率均低於全市及全國；近五年口腔齲齒率 35.3~49.8%，均低於全市比率，且齲齒矯治率 97-103 學年度上升了 29.6%；具備健康體位體位適中 102 學年度~103 學年度的學生比率高達 68.9%~71.4%，均高於全市及全國，各項健康檢查的矯治率在 102~103 學年度亦都高於 95%以上，顯示各項健康成效顯著。





學年度	體位過輕			體位適中			體位過重及肥胖		
	本校	全市	全國	本校	全市	全國	本校	全市	全國
100	23.2%	16.1%		55.8%	60.8%		21.0%	23.1%	
101	26.1%	18.9%		55.3%	59.0%		18.6%	22.1%	
102 -上	9.6%	7.8%	6.85%	68.9%	67.8%	62.75%	21.5%	24.1%	30.3%
102 -下	10.3%	7.8%		70.8%	67.8%		18.8%	24.1%	

103 -上	10.2%	9.48%	7.28%	70.2%	66.95%	63.48%	19.6%	23.57%	29.23%
103 -下	9.3%	5.4%		71.4%	69.8%		18.7%	24.8%	

在運動體能上，本校學生除有每日跑步、跳繩、躲避球、籃球、足球等規律運動 30 分鐘以上外，為提升學生運動能力舉辦一系列的體育季，在創意課程、有趣活動的雙管齊下，依據低中高年級適性需求，發展跳繩、花式跳繩、健康操、九宮格、樂樂棒、躲避球、籃球、氣排球、飛盤躲避…等多項全校運動，除激發學生的學習興趣，亦提升學生的健康生活知能、體育能力。

本校積極發展運動社團多元選擇及推動健康促進學校各項活動，除榮獲教育部體育績優學校及健康促進績優學校。學校運動代表隊在全國比賽中屢獲佳績，規律運動深植師生生活習慣，操場上運動無虛席。此外更創立武術、獨輪車、扯鈴、蛇板等特色運動社團，吸引親師生及社區的參與，培養終身運動習慣。

除健體課程、彈性課程、本土課程融入各項健康促進議題外，亦與外籍教師同步進行國際化方案-Doctor Shane Club 健康英語俱樂部課程，透過外籍教師在健康中心擔任志工，與學生以全英語面對面交談。

推動增進學童健康創意措施三項以上：(1)本校推出全國首創之「健康 Icare 卡」集點活動。(2)結合國際化課程「Doctor Shane Club 健康英語俱樂部」課程。(3)結合彩虹媽媽志工推出一系列性教育「青春無悔課程」。(4)結合社區艷紫荊志工社在下課時間推出健康故事列車。(5)本校全國首創校園傷病 e 化系統、校園傷病雲端服務系統。



## 五、未來展望與建議

學校是每位學生及老師們一日之中花最多時間的場域，因此世界衛生組織（WHO）於西元 1995 年起積極推動「健康促進學校計畫」，對健康促進學校定義為：「學校能持續的增強它的能力，成為一個有益於生活、學習與工作的健康場所」。美國、英國、紐西蘭、香港、新加坡等國家皆積極推動健康促進學校工作，我國為響應 WHO 健康促進學校之理念，於 1996 年即開始推動「提升學生健康四年計畫」，2002 年起由前衛生署與教育部共同以 WHO 訂定之健康促進學校 6 大範疇：「學校衛生政策、學校物質環境、學校社會環境、社區關係、個人健康技能、健康服務」，期藉此能做到（一）結合健康與教育的行政人員、教師、學生、家長、健康服務提供者、以及社區資源，共同努力使學校成為健康的場所。（二）提供健康的環境，健康教學與健康服務，並結合學校與社區的發展計畫，促進全校教職員工健康計畫、體育與休閒活動計畫。（三）促進學生、教職人員、家庭和社區人員的健康並共同強化健康和教育品質。在國內外推動「健康促進學校」的相關研究顯示具有正面的價值與意義。

本校依教育部制定健康促進學校 6 大範疇為基礎，制定學校健康衛生政策原則，全校師生家長、志工及社區共同參與，營造健康共識，提供健康服務，及創意有效策略的教學及活動，期以持續建構學習及培養健康生活的校園環境，增進全校人員及社區整體健康。

## 六、結語

身心健康是強化健康生活品質，提升認知學習、技能學習的重要基礎，健康與教育更是息息相關，密不可分，學校是重要養成場所，教育是生活技能成熟重要方式，唯有強化教育，潛移默化，積極推動，才可成就健康，健康學校需結合各項資源，全校師生、家長及社區共同努力累積才可深植生活，達到真正身心靈的健康境界。

## 七、照片



說明：學校健康促進委員會



說明：課發會-融入課程教學



說明：全校師生家長多元健康宣導



說明：英語國際學習創新課程融入



說明：健康運動特色社團



說明：社區志工資源結合