

# 桃園市大溪區福安國民小學學生異常體位管控實施計畫

## 一、主旨：

- (一)提升學生適當體位比率不低於**66%**。
- (二)建置學校學童體位監測系統及追蹤管理專案。
- (三)提升學童、家長、教師健康體位知能。

## 二、依據：

- (一)教育部「**推動中小學健康體位五年計畫**」。
- (二)中華民國**97年8月22日**府教體字第**0970274321**號函。

## 三、實施對象：全縣教職員生，進而推展至家長、志工及社區。

## 四、實施策略：

- (一)依學生現況等因素提出體位專案管理計畫。
- (二)建置學校學生異常體位專案管理機制。
- (三)推動學生健康飲食。
- (四)營造學生健康體位環境。
- (五)營造學生健康體型意識價值觀。
- (六)強化學生身體活動。

## 五、實施要點：

- (一)建置專門個案輔導機制。
  - 1. 測量學生身高、體重，計算其身體質量指數，篩選肥胖、體重過重個案。
  - 2. 建立肥胖個案管理專案，實施飲食狀況、身體活動情形之前測、後測等調查。
  - 3. 實施運動以及飲食指導，培養運動習慣及良好的飲食習慣。
- (二)加強學生健康體型意識之宣導。
- (三)以推行均衡飲食及營養教育為主要議題，設計相關主題活動，以增進學童營養知識、態度及行為。
- (四)學校鼓勵學童運動時間與量度，來增進學童體能；建議每日運動30分鐘以上。
- (五)配合現有教育、聯絡簿、親師座談等機制，提醒學生落實動態生活。
- (六)辦理社區與學校親子動態系列活動，推動健康飲食環境，建構健康的社區。

| 項目 | 計畫項目          | 實施期程     | 備註                |
|----|---------------|----------|-------------------|
| 1  | 成立學童體位管制工作小組  | 開學前      |                   |
| 2  | 擬定實施計畫        | 開學前      |                   |
| 3  | 定期體位檢查        | 全年度      |                   |
| 4  | 通知檢查結果異常之學童家長 | 檢查後一星期內  |                   |
| 5  | 建置異常體位管理專案    | 上學期      |                   |
| 6  | 定期查核學校午餐供餐情形  | 全年度      | 午餐考核小組隨時監督供餐內容    |
| 7  | 營造學童健康體位環境    | 全年度      |                   |
| 8  | 營造學童健康體型意識價值觀 | 全年度      |                   |
| 9  | 結合社區推動健康體位活動  | 全年度      | 舉辦學校暨社區運動大會鼓勵全民運動 |
| 10 | 成果檢討暨獎勵       | 下學期學期結束前 |                   |

## 六、實施方式與期程：

## 七、本計畫經 校長核定後實施，修正時亦同。

