

桃園市立桃園國民中學
112 學年度健康促進學校實施計畫 112.08

一、前言

本校『健康促進工作團隊』擬定校內健康促進方針訂定「112 學年度健康促進學校實施計畫」，依照：學校衛生政策、學校物質環境、學校社會心理環境、健康教學與活動、社區關係、健康服務等健康促進六大範疇指標，協助學校了解健康問題，促進本校教職員工生之健康。

依據此六大範疇指標規劃議題包含菸害防治、健康體位、視力保健、口腔衛生、全民健保教育（含正確用藥教育）、性教育（含愛滋病防治教育）、正向心理健康促進等議題，希冀透過各種活動的設計與參與，提高全校師生對身體健康管理的認知與落實健康行為。

二、計畫依據

- (一)、依據桃園市政府教育局 112 年 8 月 28 日桃教體字第 1120083423 號函。
- (二)、本校 112 學年度 8 月 29 日期初校務會議決議通過案。

三、背景說明

(一)、本校特色

本校自 96 學年度第一學期成立「健康促進學校」委員會開始，經委員開會，評估學生、教職員、學校、社區的健康狀況，選定最迫切並且最可行的健康議題，並以多元的規劃與實施，以達到學校全體健康促進的目的。剛開始學生由被動式參與至今已能明確知道健康促進學校推廣的議題且主動參與相關的活動。

本校的具體背景說明條列如下：

- 1.本校位於桃園市北區，在桃園市屬中型學校，是桃園市學生人數眾多的學校之一。
- 2.本校校地 30829 平方公尺，全校共有 44 班、學生數共 1091 人，教職員工 146 人。
- 3.桃園區位處於市中心，學區內家長以商業、製造業、服務業為主要經濟來源。
- 4.學生家庭結構，有雙薪家庭、亦有隔代教養、單親家庭、新住民子弟等。
- 5.鄰近市政府文教區，因此學風盛行，家長重視孩童的學習歷程。

(二)、本校學生健康狀況分析(110 學年度桃園市健促訪視取消，故無部分相關指標數據)

1.視力保健：學生視力不良率問題

109-111 年度本校學生視力不良比率(單位：%)

學年度	109	110	111
全國	73.63	73.65	73.1
桃園市	74.41	74.1	73.88
本校	73.1	72.14	78.93
本校視力複檢就醫率	76.54	79.24	74.84

2.口腔衛生

109-111 年度本校學生齲齒率(單位：%)

學年度	109	110	111
桃園市	26.2	26.17	27.76
本校	27.57	11.36	30.90
本校齲齒複檢率	95.76	86.67	70.00

3.健康體位

109-111 年度本校學生健康體位比率(單位：%)

學年度	109	110	111
桃園市	63.47	61.92	61.80
本校	65.9	66.83	62.65

4.菸害防治

108、110-111 年度本校學生吸菸比率(單位：%)

(110 學年度桃園市健促訪視取消，故無部分資料相關指標數據，111 學年度資料尚未彙整完畢)

學年度	108	110	111
全國	3.0		
桃園市	0.8		
本校	1.1	0.8	0.8

四、SWOT 分析

為使評估本校健康促進政策需求時能更具體，利用 SWOT 分析健康促進學校的六大範疇，以客觀呈現本校的優、劣勢。

本校健康促進學校六大範疇 SWOT 分析

因素	S	W	O	T
學校衛生政策	1.學校屬於中等規模學校，學生人數 1091 人，推行活動時，人數、時間限制較小。 2.學校行政系統健全。 3.教學資源充足。 4.學校舉辦的各類活動能融入各項議題。 5.學校支持運動活動，固定舉辦九年級籃球比賽、每學年舉辦健體週活動。 6.鼓勵學生入校後不使用手機，減少 3C 產品對視力的危害。	1.教師們雖能配合各項健康促進推行計畫，但因課程內容繁簡不一，部分課程無法預留充裕實作時間。 2.因學生上下課有固定作息，部分政策推行（如護眼 3010）無法完全配合。 3.推動閱讀成效佳，學生用眼時間長。	1.學校位於市府文教區，交通方便。 2.學校位於市區，醫療資源豐富。 3.家長會關心學校事務發展，支持學校各項活動。 4.疫情趨緩，實施大規模活動條件放寬，有利各項健促活動推行。 5.學區內家長延續在小學時的習慣，樂於參與校內各項活動，號召志工時志願者為數不少。	1.學區內重視升學家庭為數不少，壓縮學生課後運動及戶外活動時間，新生入學後，體位異常、視力不良人數眾多。 2.電子菸易於取得，包裝、口味繁多，學生常因好奇或健康知識不足而嘗試。 3.體重、膽固醇、血糖和日常飲食有密切關係，家長忙碌無暇親自準備，早餐及下課後外食孩子多，難以飲食健康管理。
學校物質環境	1.學校除原有之體育館，近年增設風雨操場及桌球室，增加學生雨天活動場地。 2.學校運動器材定時更新，數量供應無虞。 3.學校近年添購電子白板，投影效果佳，減輕學生視力負擔。 4.校園內無福利社，未販賣含糖飲料及各類零食。 5.校園內飲水機定期更換濾心、水質檢驗。 6.四維樓增建電梯一	1.位處都會區腹地小，校內空間有限，學生活動空間受限。 2.學校缺乏較大的室內活動場地，氣候狀況不佳時學生活動範圍有所侷限。 3.學校操場東西晒，夏秋高溫炎熱時，學生酷愛在籃球場上活動，頗有熱傷害之虞。	1.學校鄰近西小後操場，使學生課後活動場地加大，亦能藉此維繫升上不同國中後的友誼。 2.學校周邊有南門市場、忠二路市場、成功國小旁果菜市場，又鄰近民族公園、桃園市政府文化局、衛生局，飲食及文教資源相對豐富而多元。 3.學校周邊有多處 U-bike，提供學生更多元的代步工具。	1.部分商家佔用騎樓，學生進出較危險。 2.學校位於市中心，且附近有另一所小學，校園周圍車流量大，上下學較為壅塞。 3.學校附近商家多，含糖飲料、油炸物等容易購得。

	座，服務有需求的親師生。 7. 少子化讓學生有更大的空間，學校亦得以規畫更多領域及技藝教室，活化學生在校課程及活動空間。		4. 社區周圍居民多老校友及本校退休教師，除提供早餐卷嘉惠學子，亦常電話通報，發揮監督學童課後健康行為的功效。	
學校社會心理環境	1. 教師教學熱忱、溝通良好，注意孩子所做事情的多元面，積極採取適當之正向管教措施。 2. 教師碩士學位比例高，給予學生專業引導。關懷每一個孩子，親、師、生共同營造和諧愉悅的校園生活。 3. 師生運動風氣盛，建立參與課後社團並於多項賽事獲得佳績，建立自信。 4. 學校舉辦菸害防治及正確用藥教育，入班宣導各項健康議題。	1. 每年推行活動多，人力有限，無法時時依活動大範圍更動校園環境布置。 2. 學校作息較緊促，洗手台數量有限，餐後潔牙工作時間及空間壓力較大。	1. 家長會提供活動獎品多有益於健康正向發展。 2. 本校歷史悠久，辦學認真，家長對學校認同度高，主動參與班級事務。 3. 家長對學校信任度及支持度高，能參與校內舉辦之健康講座及活動。 4. 學校周圍居民及商家對待學子友善，共同營造溫馨無菸害的社區環境。	1. 社會多元複雜，家庭問題漸多，需關懷學生增加。 2. 因社會環境變化，學區內單親、隔代教養、新住民漸多，家長工作忙碌，無法定期帶學生進行視力、口腔檢查與矯治。 3. 學區內家長以商業、製造業、服務業為主，經濟無虞，家長忙碌無暇照料學子，課後多留於補習班、安親班，壓縮親子交流時間。
健康教學與活動	1. 學生才藝多樣性、學習意願強 2. 本校學生抽菸比例低。 3. 辦理多項活動，如聯課活動開辦健康活力班以協助學生建立正確觀念，採取正向健康行為。	1. 外食機會多，令學生課堂上建立之健康飲食觀念及態度難以延續和落實。 2. 多數新生有近視、齲齒、體位不佳等狀況，因同儕相同狀況多，學生對自己不健康的部分不以為意。	1. 對於學校辦理的各種健康活動或講座，提升親師生對健康促進的認知，社區參與狀況熱烈。 2. 家長了解 3C 產品，對學生健康的負面影響，願意配合學校規範學生手機使用，培養健康作息。	1. 家長、學生在意課業成績，學習時間長，容易忽略視力保健，也較難有固定運動習慣。 2. 部分學生、家長對於健康飲食、運動觀念仍待建立。

社區關係	1.與學校溝通管道通暢，能建立家長與社區的良好關係。 2.學校辦理活動時，邀集家長參與，建立家長與社區的關係。 3.學校利用親師座談會時間宣導學校推行之健康活動，有利家長了解學校相關事務。	1.家長工作繁忙，能共同參與學校活動的時間較低。 2.家長對於部分健康議題較不關心，部分家長對學校推動之健康活動的參與度較低。 3.少子化現象反映在部分學子身上，下課後對油炸食物、含糖飲料及 3C 產品的使用較無節制。	1.部分家長熱心學校事務，家長支援充足。 2.社區資源豐富(含衛生局、消防局、醫療單位、社會團體等)，學校與各單位關係佳。	1.學區較小，市中心販售各項高熱量食物店家較多，學生容易熱量攝取過多。 2.因學生放學後多去補習班，在外食的情況下，較難達到營養均衡。 3.周圍社區家庭結構，有雙薪家庭、亦有隔代教養、單親家庭、新住民子弟等。
健康服務	1.學生健康檢查資料系統化管理，可了解學生整體健康問題。 2.針對健康狀況不良學生，積極要求回診追蹤。 3.學校提供學生做定期的體適能檢測。	1.疫情趨緩後，護理師除熟悉校園流感疫苗電子化系統 CIVS 帳號申請及使用仍須兼顧多項事務，負擔頗重。 2.學生近視、齲齒比率高，學生人數眾多，導師及護理師工作負擔日益加重。	1.個別溝通後，多數家長願意配合學校健促政策。 2.學校附近醫療院所診所多，學生有緊急狀況可即時獲得協助。	1.部分家長未重視學生健康問題，未能定期帶學生就醫。 2.疫情期間無論口腔或視力保健就醫率均偏低。

五、計畫內容與實施策略

本計畫以融入課程，配合各領域教學，結合學校課程及各項活動安排相關學習活動。計畫包括宣導健康概念，於活動中融入健康行為，使學生能學習健康行為，培養運動習慣，養成健康生活型態。希望學校能提供健康的環境，健康教學和健康服務，使師生能透過衛生教育、活動參與改善自己的健康狀況，擁有健康生活型態，增強正向健康與預防負向的疾病發生。

議題實施原則如下：

(一)、視力保健：宣導「靈魂之窗」的重要，持續追蹤視力不良的學生，提高矯治率。

(二)、口腔衛生：指導學生注重個人口腔衛生，徹底實行飯後潔牙，以降低齲齒率，提高齲齒矯治率。

(三)、健康體位：降低體重過重、體重過輕學生的比率，促使師生維持健康體位。

(四)、菸害防治：讓學校學生、教職員明白菸害(二手菸、電子菸)、檳榔防治的重要，並且身體力行，建構清新乾淨的無菸校園及健康的身體。

(五)、全民健保教育(含正確用藥教育)：師生學會用藥的步驟，能堅守用藥「五不」原則。加強師生對全民健保的觀念，並且能落實不浪費醫療資源。

(六)、性教育(含愛滋病防治教育)：給予師生正確的兩性交往及性教育觀念。

(七)、正向心理健康促進：提供正確的心理健康知識，以提升師生的心理健康正確知識率。宣導相關知識，協助學生建立正向的心理健康態度。營造校園中正向健康的氣氛，使師生能有愉快的校園生活。

有關上述議題，具體實施策略如下：

名稱	活動內容與實施策略	執行單位	活動對象
視力保健	1.持續追蹤視力不良學生，提高就醫率達 90%。 2.學生健康成長，每學期進行課桌椅更換，選擇適合自己高度的書桌，保護眼睛，以利學生學習。 3.教室燈管不定期更換，確認光線充足，以保護學生視力。 4.融入課程設計，辦理「視力保健」藝文創作(創意書籤、四格漫畫、海報創作等)。 5.融入營養午餐菜單設計。 6.增加戶外活動課程。 7.利用課程設計體驗盲人活動。 8.鼓勵教師參加教學研究會。 9.實施下課教室淨空。	衛生組 健康中心 總務處	全校師生
口腔衛生	1.學校作息時間表有「潔牙時間」。 2.讓學生養成飯後及睡前潔牙的習慣，降低齲齒機率，提高就診率。 3.七年級健康檢查包含口腔檢查項目。 4.張貼衛教宣導海報。 5.「口腔衛生」知識融入健體課程設計。 6.推動在學校兩餐間不喝含糖飲料。 7.推動學生每日使用一次牙線(棒)。 8.教導學生認識含氟牙膏。	衛生組 健康中心	全校師生
健康體位	1.辦理營養衛生講座： (1) 健康飲食影片宣導。 (2) 辦理午餐禮儀教育。	衛生組長 資訊組長 午餐秘書	全校師生 家長
(含健康飲食及健康體能)	2.辦理健康體能檢測： (1) 鼓勵老師及學生實施體適能測驗。 (2) 辦理社區暨校慶運動會、健體週。 (3) 實施 SH150 落實學生體適能。	體育組長	

	3.聯課社團： (1) 健康活力班社團：辦理各項建促議題宣導。 (2) 多樣性運動社團：實施悠活計畫、田徑、桌球、籃球、熱舞等。 (3) 教師社團：瑜珈、太極拳、籃球、羽球等。	衛生組長 護理師	
菸害防治	1.配合桃園市衛生局加強辦理相關戒菸活動，希望讓青少年可遠離菸害。 2.教導吸菸的同學了解吸菸的危害、戒菸的方法、拒菸的方式。 3.藉由培養健康的休閒活動、公益活動等以取代吸菸。	衛生組 生教組	
全民健保 教育(含 正確用 藥)	1.辦理「正確用藥」海報宣導。 2.「正確用藥」知識融入健體、輔導課程設計。 3.全民健保教育海報宣導。 4.融入課程設計。	衛生組 生教組 教學組 健康中心	全校師生
性教育 (含愛滋 病防治)	1.辦理「愛滋病防治」影片宣導。 2.新生訓練辦理性別平等、生命教育等課程。 3.「性教育」知識融入健體、綜合、輔導課程設計。 4.辦理「性教育-愛滋病防制」藝文創作。 5.辦理子宮頸癌疫苗施打作業。	衛生組 訓育組 教學組	全校師生 家長
正向心理 健康促進	1.結合輔導課程入班宣導「情緒光譜」、「憂鬱症與憂鬱情緒」等議題。 2.舉辦特教研習，請講師講述特教生的特質，避免教師對特教生的行為與特質有所誤解，協助教師理解特教生部分情緒為天生氣質展現。 3.舉辦正向心理健康宣導，協助學生了解自己、增進自信。	衛生組 輔導室	全校師生

根據學校六大面向考量議題推動策略，細節部分可再補充策略如下：

名稱	活動內容與實施策略	執行單位	活動對象
學校衛生 政策	1.召開本校健康促進學校委員會，並組成健康促進工作團隊，擬定工作計畫及執行任務。 2.透過健康促進學校委員會進行需求評估，並能依照評估結果，制定實施計畫。 3.打掃時間教室使用漂白水消毒，加強衛教宣導，落實個人衛生習慣。 4.供應足夠清潔用品（如肥皂、酒精、漂白水、額溫槍等）。	學務處	全校教師 員工、家長

學校物質環境	1.建立健康安全的校園環境： (1) 疫情結束後，開放學校運動場等運動設施，以提供社區民眾運動環境，促進健康行為的動力。 (2) 建構完善安全的校園硬體學習環境。 (3) 定期飲水機水質檢驗，確保飲用水安全無虞。 (4) 建立無菸校園環境。 (5) 社區與校園設置監視系統以預防犯罪。 (6) 營造健康、整潔、環保永續的校園環境，與社區共享健康舒適多元的校園。	總務處	全校教職 員工 家長 社區
學校社會心理環境	1.提升教師相關專業、宣導能力，辦理研習及經驗分享。	教學組 衛生組	全校教師
	2.健康與體育課程及活動： (1) 將相關議題融入「健康與體育」課程及相關學習領域中。 (2) 鼓勵教師參加健體知能研習、以提昇教師專業成長，培養學生正確運動概念。 (3) 加強學生正確運動知識，養成規律之運動習慣。 (4) 辦理藝文創作（四格漫畫、有獎徵答、海報等）、與社區結合，資源共享，於學校大型活動中（園遊會、校慶）辦理衛教宣導。	健康中心 教學組 體育組	全校師生
健康教學與活動	1.組織「校園緊急救護小組」，實施師生 CPR 檢核，師生皆具備 CPR 證照。 2.體適能教育、提倡規律運動、養成健康儲蓄觀念： (1) 每年實施學生體適能檢測並培養學生運動知能及促進運動習慣。 (2) 舉辦健體週班級體育對抗賽、辦理社區暨校慶運動會。 (3) 提倡教職員課後運動休閒活動（桌球、羽球、籃球、體適能瑜珈、體適能健身房等）。 (4) 利用聯課開立健康活力班、熱舞社團、推廣健身操、健體週活動。 (5) 利用晨會結束實施 SH150 慢跑活動。 3.健康相關課程教師每 2 學年至少參加學校衛生相關研習 18 小時	健康中心 學務處 體育組 全校教師	全校教職 員工 學生
社區關係	1 設置「健康促進學校網頁」：建立各議題的相關資訊，教育師生、家長與社區民眾。	衛生組 資訊組	全校師生 家長、社區 民眾
	2.於學校重要活動（如親師座談會、校慶運動會、園遊會）時，舉辦各項與健促相關之活動。	衛生組 輔導室	全校師生 家長、社區 民眾

健康服務	1.建立學生個人健康檔案： (1) 每學期實施學生健康檢查（身高、體重、視力），七年級加做理學檢查，口腔及尿液檢查，建立資料檔案並做矯治追蹤。 (2) 健康體位體檢。 (3) 特殊疾病學生之建檔及照顧。 (4) 傳染病管制及照護。 (5) 其他健康諮詢。 2.實施各項衛教工作： (1) 辦理學童身高、體重、視力、齲齒檢查。 (2) 提供學生均衡營養之午餐，每學期不定期檢查午餐廚房（外訂合菜廠商）。 (3) 宣導健康飲食、養成定時適量之飲食習慣。 (4) 推廣餐後潔牙（疫情期間於隔板內實施）。 (5) 結合親職教育日做「衛教宣導」，強化「親子共學」。 (6) 教室定期消毒。 (7) 宣導永續校園的觀念，落實愛校愛地球。 (8) 辦理流行性感冒疫苗、子宮頸癌疫苗。 3.學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行	健康中心 各班導師 教學組 衛生組 體育組 訓育組	全校師生
------	---	--	-------------

六、預定進度

自 112 年 8 月 1 日起至 113 年 7 月 31 日止。

月次 工作項目	第 1 月	第 2 月	第 3 月	第 4 月	第 5 月	第 6 月	第 7 月	第 8 月	第 9 月	第 10 月	第 11 月	第 12 月
1.定期召開學校健康促進委員會	■	■										
2.組成健康促進工作團隊	■	■										
3.進行現況分析及需求評估	■	■										
4.決定目標及健康議題	■	■										
5.擬定學校健康促進計畫	■	■	■									
6.編製教材及教學媒體			■	■								
7.建立健康網站與維護		■	■	■								
8.擬定過程成效評量工具			■	■	■							
9.成效評量前測							■	■				
10.執行健康促進計畫			■	■	■	■	■	■	■	■	■	
11.過程評量			■	■	■	■	■	■	■	■	■	
12.成效評價後測											■	■
13.資料分析											■	■
14.報告撰寫											■	■

七、健康促進學校人力配置

計畫之主要人力為學校健康促進委員會及工作團隊之成員其包括三類成員：校長或相關處室主管、健康與體育或相關領域合格教師、校護或相關行政人員，每類至少一名。

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	蘇品如	校 長	主導及主持計畫。
總幹事	王琬菁	學務主任	研究策劃，督導整體計畫執行，社區及學校資源之協調聯繫。
副總幹事	黃金鐘	教務主任	研擬並執行計畫、協助行政、協調及教學課程安排。
副總幹事	沈文月	總務主任	策劃行政支援以協助校園設施維護與改善，並協助行政協調。
副總幹事	孫慧琪	輔導主任	研擬並執行計畫、協助行政、協調及教學課程安排。
計畫執行	楊奕農	家長會長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務。
計畫執行	游玉琪	教學組長	配合健康促進學校擬定教學課程。
計畫執行	曾本崙	資訊組長	健康資訊網路網頁製作及維護
計畫撰寫	簡慧貞	衛生組長	撰寫計畫、研究策劃，資料彙整及統整報告督導計畫融入十二年國民基本教育課程綱要總綱。
計畫執行	吳奕筠	護 理 師	執行、資料彙整及統整報告督導計畫融入十二年國民基本教育課程綱要總綱，營養午餐配置，健康飲食計畫。
計畫執行	曾奇鈴	護 理 師	教職員生身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價。
計畫執行	游文龍	體育組長	體適能評估，體適能指導及效果評鑑；健康與體育課程與活動之推行。
計畫執行	戴麗雲	訓育組長	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價。
計畫執行	張能翔	生教組長	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價。
計畫執行	石珠玲	事務組長	健康促進學校經費核銷、硬體安全設備之維護。

八、成效指標及預期效益

(一)視力保健：學生視力不良率問題

本校學生視力不良比率

指標名稱	定義			預期
視力保健				預期:112 學年度視力不良就醫率能提高至90%。
裸視篩檢視力不良就醫率= $A \div B \times 100\%$	A：裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生數 B：裸視篩檢結果為視力不良的學生數			
學年度	109	110	111	
視力不良率	73.1%	72.14%	78.93%	
就醫率	76.54%	79.23%	74.84%	

(二)口腔衛生：學生齲齒率問題

本校學生齲齒率

指標名稱	定義			預期
口腔衛生				預期：111 學年度因疫情關係本校七年級學生齲齒就醫率為 70.00%，預期本校 112 學年度學生的就醫率能大幅提升。
學生複檢齲齒就醫率 =A÷B×100%	A：口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數 B：口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數			
學年度	109	110	111	
齲齒率	27.57%	11.36. %	30.90%	
就醫率	95.76%	86.67%	70.00%	

(三)健康體位：學生體位問題

本校學生適中體位比率

指標名稱	定義			預期
健康體位				預期：112 學年度學生的適中體位能提升至 68%。
學生體位適中(正常) 比率= A÷B×100%	A：學生體位適中人數 B：學生總人數			
學年度	109	110	111	
上學期	65.5%	63.18%	62.7%	
下學期	65.9%	66.83%	62.65%	

(四)菸害防治：

本校學生使用菸品比率

指標名稱	定義			預期
菸害防治（過去 1 年內曾使用菸品人數）				預期：112 學年度全校學生數 1091 人，希望吸菸人數少於 3 人，所有吸菸者都能參與戒菸教育。
學生吸菸率 = A÷B×100%	A：學生吸菸人數 B：學生總人數			
學年度	109	110	111	
全校學生數(人)	1309	1205	1168	
吸菸總人數	23	10	9	
電子菸使用人數	12	10	9	
戒菸教育參加人數	22	10	8	
吸菸率(含電子菸)	1.7%	0.8%	0.8%	
參加戒菸教育比率	96%	100%	89%	

(五)性教育（含愛滋病防治）：

- 1.預期全校 95% 的師生能有正確的兩性交往及性教育觀念。
- 2.預期全校 95% 的師生能知道罹患愛滋病的年齡逐年下降。

(六)正確用藥的實施(含全民健保教育)：

- 1.預期全校 96% 的師生知道健康促進學校在推動正確用藥的觀念。
- 2.預期全校 96% 的師生知道並執行用藥的步驟，堅守「五不」原則。
- 3.預期全校 96% 的師生知道全民健保教育的議題及落實醫療資源不浪費。

(七)正向心理健康促進：

- 1.預期全校 95%的師生知道心理健康的正確知識。
- 2.預期全校 95%的師生能知道心理健康的正向心態。
- 3.預期全校 95%的師生對心理健康自我效能能有把握。
- 4.預期全校 95%的師生能擁有健康生活品質。

九、評價方法或預期效益

計畫評鑑	評分內容	執行程度		
		達成 30% 以下	達成 50% 以上	達成 80% 以上
評鑑方法	學習單、問卷或作品			
	體適能檢測			
	學生健康資料			
形成性 評量	1.定期召開學校衛生委員會，檢討整體學校衛生政策是否能實踐於日常生活。 2.不定期舉辦各項活動，彙整學習單、作品等活動成果。 3.將健康促進議題融入教學中，鼓勵師生提出各項建議，以提高活動的參與率與提升師生樂意投入的程度。			
總結性 評量	視力保健	1.裸視篩檢視力不良就醫複檢率能提升至 90%。 2.每天戶外活動（含戶外授課）累計 2 小時達成率能提升至 92%。		
	口腔衛生	1.學生齲齒複檢率能達到 96%。 2.推動並落實餐後及睡前能使用含氟牙膏潔牙，以降低齲齒率。 3.學生能每日使用一次牙線（棒）。		
	健康體位	1.達成學生每周累積目標運動量至 90%。 2.BMI 值過重之學童，透過運動介入，其學生體適能（肌力、肌耐力、柔軟度、心肺耐力）能達到顯著差異。 3.擴大學生參與健康體位計畫，降低體位過重、超重比例（BMI > 27）。		
	菸害防治	1.全體教職員工能遵守校園內禁菸拒檳政策，落實無菸無檳校園，拒絕二手菸，擁有健康清新之學習、工作環境。 2.學生願意鼓勵父母響應反菸拒檳及拒吸二手菸活動。 3.吸菸學生參與戒菸教育率達到 100%。		
	全民健保含正確用藥	1.提升全教師生正確用藥的認知 2.95% 的師生及家長能認知全民健保教育的重要，並且能不浪費醫療資源。 3.師生及家長使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率至 96%		
	性教育含愛滋病防治	1.95%的師生能夠了解正確的兩性交往及了解性病的傳染途徑。 2.95%師生能知道罹患愛滋病的年齡逐年下降。		
	正向心理健康促進	1.提升全校師生心理健康正確知識率。 2.提升全校師生對心理健康的正向態度率。 3.提升全校師生對心理健康的自我效能率。		

十、本計畫經校務會議通過，陳請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

單位主管：

校長：