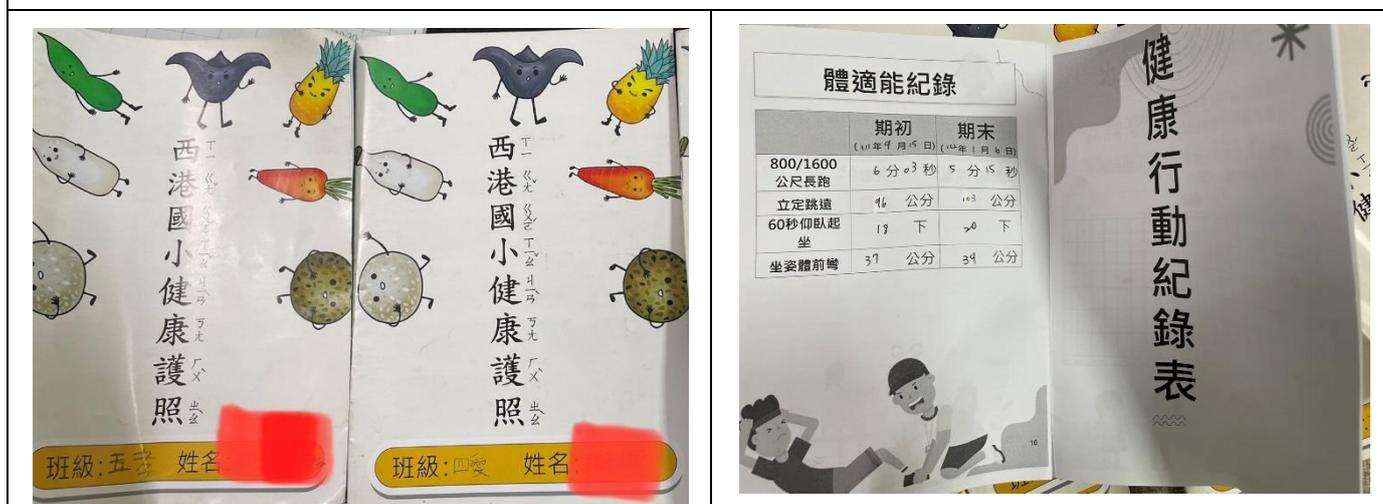


臺南市111學年度西港國民小學健康護照獎勵 健康促進相關增能活動成果表

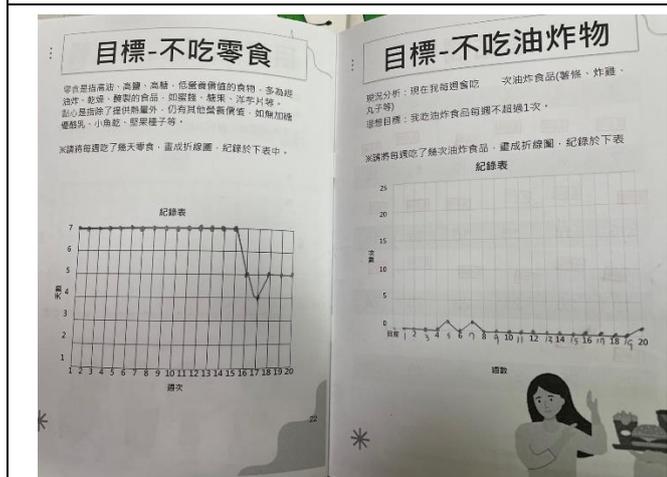
活動名稱	西港國民小學健康護照			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111年9月~112年1月	參加人數	276	0	0
簡述活動內容	1. 4-6年級學生每人發予一本健康護照，每周進行記錄。 2. 由健康任課老師於每周健康課進行認證，並提醒學生記得記錄與執行。 3. 經健康老師檢核每周有落實並確實實行記錄者，於護照最後一頁進行核章，並於期末憑章兌換摸彩券。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：健康護照封面

說明：體適能記錄



說明：健康行為記錄



說明：摸彩頒獎

臺南市111學年度西港國民小學晨夕跑認證獎勵 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	西港國民小學晨夕跑認證			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111年9月~112年6月	參加人數	598	0	0
簡述活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 全校分配不同時段，每日至少十分鐘跑步。 2. 記錄跑步圈數並於每月份填報。 3. 依跑步圈數可兌換跑步認證摸彩券，每年級每月跑步圈數最多者即為跑步王，可直接獲得獎勵。 			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：跑步實施情形		說明：每月跑步王與中獎同學上台接受表揚		
				
說明：共進早餐		說明：每月份跑步王布告欄公開表揚		

西港國小晨夕跑認證實施計畫

- 一、依據：
西港國小 SH150 運動實施計畫。
- 二、目的：
1. 提升學生運動量。
2. 鼓勵學生主動積極性的運動。
3. 有效掌握學生運動量。
- 三、實施對象：
西港國小全校學生。
- 四、實施辦法：
1. 本校 1-3 年級於上午 8:00-8:40、4-6 年級於下午 3:40-3:50 進行班級跑步活動（個人或小組可另找時間自行跑步認證）。
2. 低年級因安全考量，建議以全班帶跑為原則，3-6 年級各班級導師可依各班級狀況設計班級跑步及認證方式。
- 五、認證方法參考：
1. 班級內小組分組（2-5 人，同/異質分組），相互監督，跑步完成與班級導師領取認證物，隔日以認證物與導師做認證（參考低年級實施辦法）。
2. 班級內小組分組（7-10 人，同/異質分組），以追逐跑（小組排成一列，以輪流帶跑方式完成）方式進行，跑步完成後跟班級導師做認證。
*未跑完者不予承認圈數
- 六、獎勵標準：
各班級每月統計跑步圈數（統計表如附件二），依各年級獎勵標準蓋榮譽護照獎章（由班級導師進行認定），各年級獎勵標準如下：

	跑步圈數	兌換榮譽點數	跑步圈數	獎勵
一年級	10 圈	1	30 圈	與校長共進早餐 摸彩券一張
二年級	10 圈	1	30 圈	與校長共進早餐 摸彩券一張
三年級	15 圈	1	30 圈	與校長共進早餐 摸彩券一張
四年級	15 圈	1	50 圈	與校長共進早餐 摸彩券一張
五年級	20 圈	1	50 圈	與校長共進早餐 摸彩券一張
六年級	20 圈	1	50 圈	與校長共進早餐 摸彩券一張

七、獎勵：

- 個人達各年級目標圈數級可蓋榮譽獎章一點。
- 個人達校長共進早餐標準即可獲得與校長共進早餐摸彩券一張，如附件一（每月抽出 20 名與校長共進早餐）。

八、本計畫經校長同意後實施，修正亦同

承辦人：

教師黃張銘倫

主任：

教師黃徐上英

校長：

西港國小
校長郭國成

說明：實施計畫