

臺南市北區文元國小 112 學年度書包減重實施計畫

一、依據：

1. 教育部九十六年八月二十八日台國(一)字第 0960129559 號函。
2. 台南市「加強推動國民小學書包減重實施計劃」。

二、計畫目標：

1. 減少學童壓力源，讓學童快樂學習，促進身心健康成長。
2. 輔導學童有效管理書包之觀念與能力，使學童骨骼正常發展，培養良好體態。

三、實施對象：本校全體學生。

四、實施期程：

自 112 年 8 月 31 日至 113 年 6 月 30 日。

五、實施內容及分工：

工作內容	負責單位	執行單位
一、成立工作推動小組，訂定計畫，確立分工職掌	教務處	
二、融入十二年國教課程綱要，推動多元化教學形態，增進學生身心健康。		
1. 配合教師進修課程，提昇教師課程設計及教材編選能力，倡導生動活潑教學，跳脫學生攜帶教材限制。	教務處	全校教師
2. 將書包減重列入排課考量，轉知教師確實依課表上課，落實正常化教學。	教務處	全校教師
3. 利用各種管道加強對學生、家長宣導書包減重觀念，並指導學生做好書包及置物櫃自主管理的態度與習慣。	教務處	全校教師
4. 鼓勵多元評量方式、減少考試次數、降低抄寫及簿本份量。	教務處	全校教師
5. 配合晨光體育時間，養成學生運動的好習慣，建立強健的體魄。	學務處	
6. 建立教學資源網路系統，運用現代資訊科技，提供教材及作業傳輸多元途徑。	教務處	
7. 於新生入學輔導時，對家長宣導選購書包及學用品應注意的事項。	教務處	
三、辦理書包減重實務活動		
1. 利用導師時間或彈性時間，以遊戲化方式師生共同查察學生書包，並紀錄書包重量、物品內容及各項背景資料，統計分析以建立實施前對照資料。	教務處	各班級任
2. 各班級任老師依據學生健康檢查資料，計算該生符合書包減重標準(12.5%)之基準重量。每月部定期抽檢學生書包重量至少一次。	教務處	各班級任

3. 於兒童朝會加強生活教育宣導，養成學生良好治學習慣，每日上下學僅攜帶當日所需之文具、書籍，非必要帶回家中物品，則置於學校。	學務處 教務處	各班級任
4. 各班檢討教學所需物品，如可共用或輪流使用，可以班級為單位自行利用班費購置數套放置教室使用，減少學生攜帶物品重量。	教務處	各班級任
5. 充分運用現有設備放置學生什物，分配每一學生獨立使用的置物空間及安放班級共用物品	教務處	各班級任
6. 不定期於校門口檢測學生書包重量，柔性宣導書包減重方法及好處，如經檢測符合標準，則配合本校榮譽制度發給獎勵卡--小雞貼紙一張。	學務處 教務處	生教組、總導護
7. 配合家長會、班親會等活動，機動宣導書包減重計畫、成果、優點。	家長會	
8. 舉辦相關學藝競賽，製作宣導海報，張貼本校重要場所，廣為宣導。	學務處	

六、推動小組：

職務	姓名	現職	工作內容
召集人	杜雨霖	校長	綜理書包減重相關事宜
執行秘書	徐欣薇	教務主任	襄助書包減重相關事項
副執行秘書	楊富安 劉慈雯 吳淑媛	學務主任 總務主任 輔導主任	書包減重的推動及協調
總幹事	程敏	教學組長	辦理書包減重實務活動
委員	張清江	生教組長	宣導書包減重正確觀念
	林家帆	事務組長	設置班級置物櫃、增設飲水設備
	郭文玉、呂芊霈、張瑜君、陳孟萱、李達方、黃薇恩	各學年主任	協助推動書包減重實務工作

七、成效檢討：

1. 各班每月自行檢核，並記錄學生書包重量檢核。
2. 依實施中所測得數據前後比較、分析討論，並與學生背景資料配合，檢討實施成效。

八、經費： 由相關經費支出。

九、本計劃經校長及行政會議通過後實施，修正時亦同。