

台南市新化國小班級健康守則計畫

一、依據：臺南市新化區新化國民小學 101 學年度健康促進學校實施計畫

二、目的：

- (一) 促進學生身體健康。
- (二) 養成正確之衛生飲食習慣。
- (三) 增加運動時間強化體能以符合健康體位。
- (三) 養成健康生活習慣

三、健康守則內容：

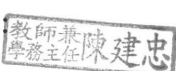
- (1) 每天睡足八小時
- (2) 每天運動三十分鐘
- (3) 餐後睡前要潔牙
- (4) 用眼三十分鐘，休息十分鐘
- (5) 天天五蔬果
- (6) 愛整潔，勤洗手
- (7) 帶水壺，多喝水
- (8) 咳嗽掩口鼻，發燒不上學

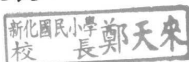
四、獎勵方式：

- (1) 每天達到「護眼 120」的同學，可獲得潔牙用具一份。
- (2) 過重或超重學生的身體質量指數經運動、飲食改善而下降者，可獲小禮物一份。
- (3) 隨時以口頭鼓勵學生，在學生晨會表揚表現良好學生。
- (4) 班級老師可自行制定班級獎勵制度

五、本計畫經校長核准後實施，修正時亦同

承辦人：

單位主管：

校長：

臺南市新化區新化國民小學榮譽制度實施計畫

99.06.13 訂定

一、依據：

本校學務處年度工作計畫。

100.08.25 修訂

101.08.27 修訂

104.02.09 修訂

二、目的：

1. 引導學生養成良好生活習慣及身心發展，激發個人潛能，促進健全人格之發展。
2. 培養學生合作助人、服務群眾之美德。
3. 激勵學生的責任心和榮譽感，建立學生的自信心和成就感。
4. 啟發學生見賢思齊之心，養成其自動自發、努力向上的意志。
5. 鼓勵學生優良表現，培養學生重榮譽及守紀律之處世態度。
6. 運用輔導原理、行為改變技術，協助教師達成教育目標。

三、實施對象：

本校全體學生。

四、實施原則：

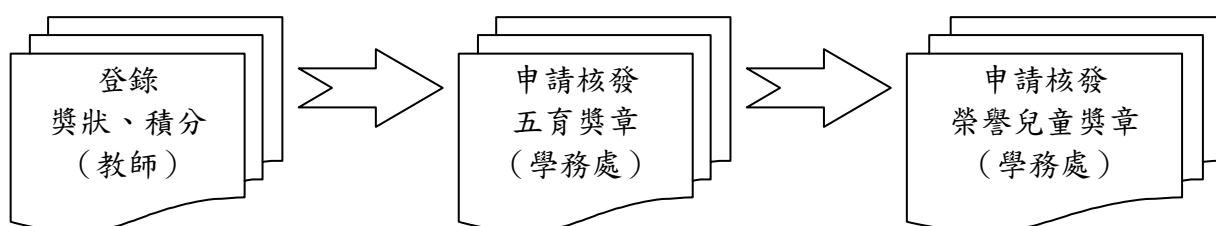
1. 德、智、體、群、美五育並重，以獎勵代替處罰。
2. 依學生個別差異，合乎給獎標準，即時給予獎勵。
3. 全校教職員工應負考查與輔導之責，共同推展本活動。
4. 獎勵應重具體事實、適度，勿濫勿苛，力求公平、公正、公開。

五、實施辦法：

1. 僅採計學生國小期間成績，學生該學期德育成績須甲等以上，始得申請任一獎章。
2. 各處室依五育分別製作(德)(智)(體)(群)(美)小戳章，並製作 A5 格式榮譽獎狀，依獎勵事實，核予五育積分。
3. 每學期的第 18 週辦理登錄獎狀積分及獎章核發作業(單育積分達 100 分者)。
4. 凡申請核發獎章通過者，可與校長合照留念；資料將公佈於學校公開場合、學校電子網頁；並在公開場合上頒發特製獎章表揚。
5. 若有重大違規(例如：偷竊、校園霸凌、破壞公物、騎機車、抽菸、喝酒、吸毒、進入非法電動遊藝場或網咖…等)查證屬實者，該學期不得申請德育、群育或榮譽兒童獎章。
6. 受榮譽制度獎勵之學生，有重大不良行為發生且不足為楷模者，應剝奪其榮譽，收回榮譽獎章。

六、獎章申請：

1. 申請程序：



2. 獎章：

單育積分達 100 分者，得申請核發單育獎章，且不重複給獎。

(1)德育：遵守校規、熱心公益、愛護公物、拾金不昧、環保活動…等。

(2)智育：學習評量成績、定期考查成績、校內外語文競賽(含作文、朗讀、演說、書法)、閱讀、珠心算、數學、說唱藝術、相聲、小書、英語讀劇、皮影戲、台、客、英或其他語言之相關比賽…等。

(3)體育：校內外體育表現、班級體育表現、啦啦隊、直排輪、溜冰、健身操、醒獅隊、民俗體育、舞蹈、鼓藝、圍棋、跆拳道、卡巴迪…等。

(4)群育：班級特色展演、合作助人、各類長期服務隊、為班（校）服務負責盡職（含整潔工作、資源回收、公差服務）…等，得由指導老師推薦優秀者。

(5)美育：校內外美術表現，班級美勞、音樂表現、歌唱、鄉土歌謠、繪(漫)畫、賀卡、海報設計、繪本、才藝表現…等。

(6) 健康：實踐 85210 的健康行為，可予口頭獎勵或發予禮物。

3. 榮譽兒童獎章：

已獲頒五育獎章者，得申請核發『新化榮譽兒童』獎章，且不重複給獎。

七、給分標準：

符合下列各項規定者，由相關處室、級任、導護、科任、團隊或社團師長，皆得核發該育獎章或登錄該育積分。

1. 各項競賽成績積分：

獎項	全國級	縣市級	區 級	校 級	班 級
第一名 (特優)	50	35	15	10	5
第二名 (優等)	45	30	12	8	4
第三名 (甲等)	40	25	10	5	3
佳作 (含優勝或優選)	35 (4~6 名)	20	5	3	2 (第四名)
入選	30 (7~9 名)	15	3		1 (第五名、進步獎)

備註	七縣市以上	三隊或五人 以上、南區、 溪南區等同	區、鄉 鎮、市	全校性 或全學年	班級 (低年級不分名次 之定期評量：5 分)
----	-------	--------------------------	------------	-------------	------------------------------

(1)獎勵應重具體事實，同一項目之進階性比賽(不論活動舉辦時程)以最優成績作為獎勵依據，不重複計分；3 人以上之團體競賽，成績積分折半。

(2)政府、教育機關及所屬之社教機構所核發之獎狀予以採計。民間團體、社團等主辦，如有上級或教育主管機關核備文號均予採計。若有爭議，由學務處審定。

(3)若等級不易區分或分數有爭議時，由學務處及評審小組核定之。

(4)參加各大報紙、雜誌、期刊徵文（圖）比賽，視同縣市級比賽成績核給，但仍須經相關處室認可及核發積分。

(5)各處室須新增新項目核分前請先與學務處商榷。

2. 非競賽類積分：

優良行為表現	登錄 育別	積分	核發者
投稿（文、圖）各大報紙、期刊、雜誌、網路，獲刊出者。	智、美	5	教務
班級閱讀紀錄：小博士(450 本)：5 分。小碩士(150 本)：4 分。 小學士(50 本)：3 分。	智	3~5	教務
每學期擔任校園圖書小天使，負責盡職者	群	5	教務
每學期擔任校園糾察隊、大隊長、旗手、音控手、小護士、 衛生隊員、環保小尖兵、體育器材室服務生、各類長期活動 服務生，負責盡職者。	群	5	學務
獲選全校模範兒童者（不另登錄班級模範兒童之積分）	五育	15	學務
當學期拾金不昧金額累計： 100 元：1 分。300 元：2 分。500 元：3 分。	德	1~3	學務
擔任校園愛心小天使，負責盡職者。	群	5	輔導
當學期捐贈有效發票累計： 每達 50 張，給予積分 1 分，一學期累計最高核予 3 分。	德	1~3	輔導
當學期廢電池回收累計： 每達 1 公斤，給予積分 1 分，一學期累計最高核予 3 分。	群	1~3	總務
擔任班級幹部或各項職務，負責盡職者，得由級任老師申請。	群	3	級任
獲選班級模範兒童者	五育	5	學務

每學期課堂表現優異者： 普通班每師每班各 5 張 3 分群育獎狀、資優班每師每班各 3 張 3 分群育獎狀；普通班導師另加給 3 張 3 分的德育獎狀。	群	3	任課老師
各班級訂定健康生活守則，有健康的行為表現。	健康	—	任課老師
其他良好行為表現（含班級、公差、社團…等）	相關育別	1~3	相關處室 任課老師

3. 缺失扣分：

(1)校內外重大違規者，得由相關處室依情節程度予以扣德育或群育 1~10 分。

(2)班級課堂上干擾秩序者，得由任課老師得依情節程度予以扣德育或群育 1~5 分。

八、本計劃經校長核准後公佈實施，修正時亦同。

承辦人

學務主任

校長

好寶寶要做的事



- (1) 每天睡足八小時
- (2) 每天運動三十分鐘
- (3) 餐後睡前要潔牙
- (4) 用眼三十分鐘，休息十分鐘
- (5) 天天五蔬果
- (6) 愛整潔，勤洗手
- (7) 帶水壺，多喝水
- (8) 咳嗽掩口鼻，發燒不上學

健康守則要做到 身體健康沒煩惱



新化國小三年1班健康守則



- (1) 每天睡足八小時
- (2) 每天運動三十分鐘
- (3) 餐後睡前要潔牙
- (4) 用眼三十分鐘，休息十分鐘
- (5) 天天五蔬果
- (6) 愛整潔，勤洗手
- (7) 帶水壺，多喝水
- (8) 咳嗽掩口鼻，發燒不上學

健康守則很重要 大家健康做得到

