

五、支持性環境：學校社會環境

1. 學校訂定學生健康自主管理辦法 及獎勵措施

5-1-1 自主管理及獎勵辦法



110 學年度台南市紅瓦厝國小訂定班級健康守則辦法

一、依據:臺南市紅瓦厝國民小學 110 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。
- (四)養成健康生活習慣。

三、健康守則內容:

- (1) 我會早睡早起，每天睡足八小時。
- (2) 我會護眼 3010 (閱讀 30 分鐘歇息 10 分鐘)。
- (3) 我會下課戶外運動(下課十分鐘教室淨空，教室關門關燈節能減碳)。
- (4) 我會每天餐後睡前要潔牙。
- (5) 我會每天運動 30 分鐘。
- (6) 我會每天均衡飲食，天天五蔬果(3 份蔬菜、2 份水果)
- (7) 我會每天多喝白開水，減少含糖飲料。
- (8) 我會愛遊戲或使用運動器材會注意自己及他人的安全。
- (9) 我會維護教室整潔，落實「濕、搓、沖、捧、擦」正確洗手法。
- (10) 我感冒發燒不上學，咳嗽或打噴嚏掩口鼻並帶口罩。

四、獎勵方式:

- (1) 班級老師可自行制定班級獎勵制度，制定後張貼於教室公佈欄。
- (2) 配合學校榮譽制度實施辦法，各班可自訂獎勵規則，給予學生榮譽卡記點。
- (3) 隨時以口頭鼓勵學生,在學生晨會表揚表現良好學生。
- (4) 榮譽卡記點集滿獎勵，可參加「大鏞客」、「即時樂」、「紅瓦大樂透」等 3 項獎品兌換方式。

五、本辦法呈校長核可後實施，修正後亦同。

護理師：

護理師李育瑱

衛生組長：

教師兼衛生組長劉志明

學務處主任：

教師兼學務主任施威宇

校長：

臺南市歸仁區紅瓦厝國民小學校長劉英國

臺南市歸仁區紅瓦厝國小榮譽制度獎勵項目：

	資格	備註
榮譽卡	學生服務隊服務滿一學年者。	5 張
	紙筆評量成績優良者、進步獎者。	1 張
	代表學校參加校外市級比賽獲獎者	2 張
	代表學校參加校外市級比賽未獲獎者	1 張
	代表學校參加校外全國比賽獲獎者	4 張
	代表學校參加校外全國比賽未獲獎者	2 張
	參加校內比賽獲獎者。	1 張
	參加校外民間比賽獲獎者	1 張
	通過游泳檢測第五級者。	2 張
	通過游泳檢測第四級者。	1 張
	體適能檢測獲金質獎者。	3 張
	體適能檢測獲銀質獎者。	2 張
	體適能檢測獲銅質獎者。	1 張
	代表學校參加校外動靜態展演者	1 張
積點卡	通過游泳檢測第三級者。	15 點
	通過游泳檢測第二級者。	10 點
	通過游泳檢測第一級者。	5 點
	家長參加學校親職講座者。	一位家長 5 點
	家長參加親師座談者。	一位家長 5 點
	其他優良行為	每次 1-3 點

*各處室舉辦之相關活動、競賽，依各處室擬定之活動計畫，給予相對之榮譽卡或積點卡以茲鼓勵。

