



104 學年度
學務處經營工作計劃



目 錄

臺北市中山區中正國民小學 104 學年度學務處工作計畫	4
期初教師繳交資料期程與路徑	11
【生教組】	12
一、臺北市中山區中正國民小學 104 學年度第一學期導護輪值表	12
二、中正國民小學 104 學年度公假及懷孕導護老師代理輪值表	13
三、學生緊急就醫聯絡表	14
四、學生上下學方式調查表	16
五、104 學年度學生放學路隊名冊	18
六、104 學年度學生上下學路隊及雨天路線圖	19
七、中正國民小學教師輔導與管教學生要點	20
八、臺北市中山區中正國小學童輔導與管教處理紀錄 (p1)	23
九、臺北市中山區中正國小學童輔導與管教處理紀錄 (p2)	24
十、中正國民小學學生申訴處理要點	25
十一、中正國民小學學生申訴評議委員會設置要點	27
十二、中正國民小學學生申訴書	28
十三、中正國民小學學生申訴評議答覆書	29
十四、每週生活教育重點	30
十五、撿拾遺失物件處理辦法	31
十六、安親班同學調查表	32
十七、臺北市中山區中正國小推動禮貌微笑運動實施計畫	33
十八、臺北市中正國民小學人權法治品德教育實施計畫	41
【衛生組】	43
一、104 學年度第一學期掃具分發注意事項暨掃除區域分配	43
二、臺北市中山區中正國民小學 104 學年度校園環境清潔實施計畫	49
三、臺北市中山區中正國民小學 104 學年度營養午餐暨乳品供應計畫	61
四、臺北市中山區中正國民小學 104 學年度健康促進學校實施計畫	64
【訓育組】	77



一、臺北市中正國小 104 學年度「小執法說故事」實施計畫	77
二、臺北市中山區中正國小 104 學年度兒童朝會實施辦法	79
三、兒童朝會動線及位置圖	80
四、104 學年度第一學期班級幹部名冊	81
五、臺北市中正國小兒童才藝發表街頭秀實施計畫	82
【體育組】	84
一、104 學年度體育組重要行事	84
二、體育課場館分配表	86
三、慢跑記錄表	87
四、體育表演會實施計劃	88
五、體育表演會兩天備案實施計畫	89
六、體育表演會工作時程表	90
七、體育表演會校內田徑賽相關規定	91
八、體育表演會操場練習時間排程表	92
九、彩妝遊行簡介說明	93
十、個人田徑賽實施計劃	94
十一、田徑個人賽跑報名表	95
十二、學生游泳能力指標及測驗標準參考一覽表【海豚家族】	96
十三、多元課間活動實施計劃	98
十四、班級體育器材借用與歸還流程圖	102
十五、體育器材借用登記表	103
十六、體育器材一覽表	104
十七、體適能檢測工作分配表	105
十八、期初健當調查表	106
十九、學生健康調查班級統計表	107
二十、臺北市中山區中正國民小學一年級呼拉圈比賽辦法	108
二十一、臺北市中山區中正國民小學二年級爆炸頭接力比賽辦法	110
二十二、臺北市中山區中正國民小學中年級跳繩比賽辦法	111
二十三、臺北市中正國民小學班際樂樂棒球錦標賽實施辦法暨競賽規程	113



二十四、臺北市中山區中正國小「籃球三對三鬥牛」賽實施計劃..... 117

二十五、班際水上嘉年華實施計劃..... 121





臺北市中山區中正國民小學 104 學年度學務處工作計畫

壹、依據：

- 一、教育部頒「訓育綱要」、「生活教育方案」、「加強生活教育措施」。
- 二、臺北市國民小學訓輔工作手冊。
- 三、本校中長程校務發展計畫。

貳、目標：

- 一、落實國民小學教育目標，強化生活教育與品德教育，培養學生全人發展。
- 二、順應時代需求，結合輔導方法，發展多元生活教育資源，豐富生活教育素材，增進學生適應現代社會能力，活潑生活教育內涵。
- 三、培養兒童自尊自愛、關懷他人、盡己之責、充實生命的生活態度，進而輔導兒童建立正確的價值觀念，開創積極進取的人生。
- 四、加強學生生活基本能力，養成良好生活習慣。

參、實施原則：

- 一、以學生為中心，以愛心為動力。
- 三、以教學為主軸，以專業為發展。
- 五、以生活為藍圖，以課程為內涵。
- 四、以安全為原則，以實踐為標的。

肆、實施內容：

工作項目	實施要項	工作單位		實施時間	
		主辦	協辦	上學期	下學期
一. 年度計畫	1. 訂定學務處工作計畫 2. 訂定學務處各項活動計畫 3. 擬定學務處各月工作預定行事曆	學務主任 各組長 各組長	各組長	104/8 104/8 適時辦理	適時辦理
二. 組織會議	1. 組織學務會議，並定期召開會議。 2. 成立午餐供應委員會 4. 成立「生活教育」委員會。 4. 成立「交通安全教育」委員會。 5. 成立「環境教育委員會」。 6. 成立「春暉專案小組」、「防治不良幫派教育小組」、「校外生活輔導小組」。	學務 衛生組 生教組 生教組 衛生組 生教組	營養師	經常 104/8 104/9 104/9 104/9 104/9	經常
三. 生活教育	1. 訂定中正兒童生活公約（校規）。 2. 訂定中正兒童活公約實施要點。 3. 利用兒童朝會進行相關宣導活動。	生教組 生教組 生教組	各處組 總導護	104/8 104/8 經常	經常 經常



	7. 提供「小執法說故事」教材，豐富法治課程教學 8. 兒童朝會宣導法治觀念 9. 圖書室設置法治教育資料專櫃 10. 鼓勵教師參加各區學校舉辦法律專題講座或辦理校內教師法律研習進修	訓育組 訓育組 訓育組 訓育組	班導師 班導師 班導師 班導師	適時辦理 適時辦理 適時辦理 適時辦理	適時辦理 適時辦理 適時辦理 適時辦理
七. 導護工作	1. 依據「校內導護工作實施計畫」，安排全校教師輪流擔任導護工作。 2. 招募家長導護志工協助校外各路口交通崗執勤工作。 3. 每週四辦理導護移交。 4. 總導護由全校老師輪值。 5. 組織學生交通糾察隊。	生教組 生教組 生教組 生教組 生教組	全體老師 家長志工 全體老師 全體老師 五六年級級任	104/8 104/8-9 每週四 104/9	105/2 每週四
八. 交通安全	1. 落實兒童導護工作 2. 組織班級路隊，加強放學路隊秩序。 3. 落實人車分道 4. 利用兒童朝會加強宣導上下學認識交通號誌、行走不奔跑、雨天穿雨衣、反恐嚇、勒索、綁架等之安全。 5. 利用晨間活動時間，實施「交通安全教育」教學與短片宣導。 6. 張貼「交通安全」海報或懸掛布條。 7. 辦理交通安全藝文活動。 8. 網頁宣導。 9. 辦理交通安全常識測驗。 10. 利用 LCD 做社區及家長、學生安全教育宣導。 11. 交通安全自評。	生教組 班導師 生教組 生教組 生教組 生教組 生教組 生教組 生教組 生教組 生教組 生教組	全體教師 生教組 全體教師 總導護 級任老師 班導師 班導師 教務處	經常 經常 經常 經常 經常 經常 經常 經常 經常 經常 經常	經常 經常 經常 經常 經常 105/4 經常 經常 105/2 105/6 經常
九. 校園安全	1. 擬定維護校園安全實施計畫。 2. 擬定學生外出辦法及實施原則。 3. 加強門禁管制，防止不當外人進入校園。 4. 安排、執行校內導護巡查。 5. 執行運動遊樂設施安全檢核。 6. 加強學務處與校警聯繫，維持良好協防之管道。 7. 辦理防災體驗及教育宣導 8. 辦理教師急救研習。 9. 辦理防溺宣導。 10. 校園危機與偶發事件處理。	生教組 生教組 生教組 生教組 體育組 生教組 生教組 衛生組 體育組 學務主任	各處室 班導師 校警室 全體老師 校警室 總務處 總務處 護理師 救生員	104/8 104/8 全年 全年 經常 經常 適時辦理 經常 經常	全年 全年 經常 經常 適時辦理 104/5



	11. 校園安全通報。	生教組		經常	經常
十. 社區安全 網絡	1. 維繫學校附近之商店做「愛心安全站 協助本校社區及學童安全的照顧	生教組	家長會	經常	經常
	2. 與本校學區之警察單位做密切聯繫， 共同維護學童安全	生教組	長安東路派出所	經常	經常
	3. 成立社區巡守隊	生教組	里長與社區熱心人	104/9	105/2
十一. 體育教 學與活動	1. 辦理體育表演會	體育組	體育老師	104/11	
	2. 落實體育教學	體育老師	體育組	經常	經常
	3. 體育教學設備充實及維護	體育組	體育老師	經常	經常
	4. 體育教學場地安排	體育組	體育組	104/8	105/2
	5. 推展體適能活動	體育組	體育老師	適時辦理	適時辦理
	6. 實施體適能測驗	體育老師	體育組	經常	經常
	7. 頒發體適能獎章證書	體育組	體育組	104/11	105/4
	8. 徵聘游泳救生員	體育組	體育老師	104/8	適時辦理
	9. 實施游泳教學	體育組	人事室	104/9	105/5
	10. 實施高年級游泳能力檢測，並頒發 游泳能力證書。	體育老師	體育組	適時辦理	適時辦理
	11. 辦理暑期游泳訓練營	體育老師	體育組		104/7-8
	12. 發展重點體育項目---游泳、籃球、	體育組	總務處	適時辦理	經常
	13. 辦理校內各種運動競賽。	體育組	相關老師	適時辦理	適時辦理
	14. 參加校際各項體育競賽。 成立體育團隊---籃球、游泳、 田徑、樂樂棒球隊。	體育組		經常	
	15. 家長會獎勵體育競賽優勝指導老師	體育組	家長會	經常	適時辦理
	16. 組訓選手參加臺北市國小運動會。	體育組	相關教師		經常
	17. 辦理教師體適能護照活動。	體育組	相關教師		經常
	18. 推展國民健康操。	體育組	全校教師		
	19. 運動遊戲器材安全檢核。	體育組	總務處		
十二. 推展 社團活動	1. 兒童各類社團甄選及練習。	訓育組	相關老師	適時辦理	適時辦理
	2. 召開社團委員會。	訓育組	相關人員		
	3. 辦理課外社團活動	訓育組	指導老師	104/9	105/2
	4. 辦理幼童軍團集會活動。	指導老師	訓育組	經常	經常
	5. 辦理中正好聲音等活動。	訓育組	相關人員		105/4
	6. 辦理社團成果展。	訓育組	指導老師	104/11	
	7. 協助成立學校重點發展之團隊。	訓育組	體育組	適時辦理	經常
	8. 鼓勵社團參與校內外比賽。	訓育組	指導教師	適時辦理	
十三. 健康促 進	1. 加強健康與體育教學。	體育組	任課教師	經常	經常
	2. 辦理正確洗手教學宣導。	衛生組	班導師	經常	經常
	3. 辦理一、四年級健康檢查，並加以	衛生組	班導師	經常	經常



	15. 報法治教育自我評鑑表。 16. 報國家清潔週執行情形成果。 17. 按時登錄填送教育局表單管理系統各項學務處相關資料。	訓育組 衛生組 承辦業務 組長	總務處		
--	---	--------------------------	-----	--	--

伍、經費來源：由本校年度預算並配合教育局補助款項及爭取社會資源等相關經費支應。

陸、考核與檢討：本計畫各項實施內容列入行事曆實施，每月依實施情形經處室會議討論後提檢改進。

柒、本計畫經行政主管會議討論，校長核可後實施，修正亦同。



期初教師繳交資料期程與路徑

麻煩各班老師填寫相關表單，依照表列繳交方式、期程與路徑，傳至指定資料夾，
謝謝您！相關表格請至：

組別	資料名稱	繳交路徑	繳交方式	截止日期
學務主任	104 學年度第一學期班級經營計畫 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	電子檔傳送路徑： ftp://192.71.1.99/up/ > 104 學務處 > 給學務處資料 > 104 學年度第一學期班級經營計畫	<input checked="" type="checkbox"/> 電子檔	9/7 前
訓育組	班級幹部名冊 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	電子檔傳送路徑： ftp://192.71.1.99/up/ > 104 學務處 > 給學務處資料 > 104 班級幹部名冊	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本 <input checked="" type="checkbox"/> 電子檔	9/10 前
生教組	※交通服務隊班級推薦名單（六年級各班） 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	送紙本至學務處	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本	9/10 前
	緊急送醫聯絡表 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	電子檔傳送路徑： ftp://192.71.1.99/up/ > 104 學務處 > 給學務處資料 > 104 緊急送醫聯絡表	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本 <input checked="" type="checkbox"/> 電子檔	9/10 前
	學生上下學方式調查表 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	送紙本至學務處	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本	9/10 前
	學生路隊調查表 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	電子檔傳送路徑： ftp://192.71.1.99/up/ > 104 學務處 > 給學務處資料 > 104 學生路隊調查表	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本 <input checked="" type="checkbox"/> 電子檔	9/10 前
	安親班同學調查表 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	電子檔傳送路徑： ftp://192.71.1.99/up/ > 104 學務處 > 給學務處資料 > 104 安親班同學調查表	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本 <input checked="" type="checkbox"/> 電子檔	9/10 前
	學生出入管理系統到離校簡訊服務調查 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	送紙本至學務處	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本	9/4 前
體育組	期初健康調查表 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	送紙本至學務處	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本	9/5 前
	健康調查班級統計表 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	送紙本至學務處	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本	9/5 前
衛生組	午餐調查表 繳交檢核， <input type="checkbox"/> 已繳交	送紙本至學務處	<input checked="" type="checkbox"/> 紙本	9/1 前



【生教組】

臺北市中山區中正國民小學 104 學年度第一學期導護輪值表

週 別	日期起訖	導護工作					
		總導護	崗 哨 教 師				北側門
第一週	8/31-9/4	王懷寧	林士傑	林佩錡	曾薺萱	簡郁慈	林憶婷
第二週	9/7-9/11	陳雅君	溫裕揚	尤姿涵	郭芳村	林育雅	吳政美
第三週	9/14-9/18	林珮君	王意惠	郭瓊玲	盧泱汀	簡瑄媛	郭美壽
第四週	9/21-9/25	林蕙淇	林阿生	陳建震	陳慧君	黃子瑜	林霓儀
第五週	9/29-10/2	黃敬雅	黃玟鳳	吳淑婷	李蓓芝	許文貞	張甯瑜
第六週	10/5-10/8	張雅霏	劉慧芬	林育雅	陳亭君	龍湘宜	蔡孟珊
第七週	10/12-10/16	邱利盈	徐範臻	孫淑琴	吳曉旻	李瑞欣	陳嘉琪
第八週	10/19-10/23	李坤樺	呂菁馨	張子龍	賴俊華	葉怡君	劉惠如
第九週	10/26-10/30	林士傑	林佩錡	曾薺萱	簡郁慈	王懷寧	林憶婷
第十週	11/2-11/6	溫裕揚	尤姿涵	郭芳村	林育雅	陳雅君	吳政美
第十一週	11/9-11/13	王意惠	郭瓊玲	盧泱汀	簡瑄媛	郭美壽	林珮君
第十二週	11/16-11/20	林阿生	陳建震	陳慧君	黃子瑜	林蕙淇	林霓儀
第十三週	11/23-11/27	黃玟鳳	吳淑婷	李蓓芝	許文貞	黃敬雅	張甯瑜
第十四週	11/30-12/4	劉慧芬	林育雅	陳亭君	龍湘宜	蔡孟珊	張雅霏
第十五週	12/7-12/11	徐範臻	孫淑琴	吳曉旻	李瑞欣	邱利盈	陳嘉琪
第十六週	12/14-12/18	呂菁馨	張子龍	賴俊華	葉怡君	李坤樺	劉惠如
第十七週	12/21-12/25	林佩錡	曾薺萱	簡郁慈	王懷寧	林士傑	林憶婷
第十八週	12/28-12/31	尤姿涵	郭芳村	郭淑茵	陳雅君	溫裕揚	吳政美
第十九週	1/4-1/8	郭瓊玲	盧泱汀	簡瑄媛	郭美壽	林珮君	王意惠
第二十週	1/11-1/15	陳建震	陳慧君	黃子瑜	林蕙淇	劉慧芬	林霓儀
第二十一週	1/18-1/19	吳淑婷	李蓓芝	許文貞	黃敬雅	黃玟鳳	張甯瑜

說明：一. 導護崗哨輪值順序：

1. 總導護（巡視全校）及指導糾察隊放學
2. 巡視四、六年級 3. 巡視三、五年級 4. 巡視一、二年級
5. 巡視北校園周邊（含上下學時在北校門維護學童秩序）
6. 巡視游泳池周邊、溜冰場及資源班

◎ 警衛每天早晚負責校門口導護工作。

◎ 導護老師請於每日上午 7:30 前至 **教務處旁簽到台** 進行簽到，並開始執勤。

◎ 校長、訓導主任、生教組長每天負責執行導護監督工作。

二. 若有老師懷孕，由他組導護老師代理（已安排輪值順序），每次以一天為單位。

三. 每星期五上午學生朝會後於學務處召開下一周值勤導護移交會議。

四. 導護老師請假，其導護工作由職務代理人所執行，並請通知生教組請假事宜。



二、中正國民小學 104 學年度公假及懷孕導護老師代理輪值表

一、導護老師輪代制度實施方式，原由現任四十八位的導護老師編制中（每組八人，共六組），由第六組最後一位導護老師開始往前輪，每次值勤以一天為單位。

二、輪值表：

	第一位	第二位	第三位	第四位	第五位	第六位
1	劉惠如	葉怡君	賴俊華	張子龍	林阿生	李坤樺
2	陳嘉琪	李瑞欣	吳曉旻	孫淑琴	徐範臻	邱利盈
4	蔡孟珊	龍湘宜	陳亭君	郭瓊玲	呂菁馨	張雅霏
4	張甯瑜	許文貞	李蓓芝	吳淑婷	黃玟鳳	黃敬雅
5	林霓儀	黃子瑜	陳慧君	陳建震	劉慧芬	林蕙淇
6	郭美壽	簡瑄媛	盧泱汀	郭淑茵	王意惠	林珮君
7	吳政美	林育雅	郭芳村	尤姿涵	溫裕揚	陳雅君
8	林憶婷	簡郁慈	曾薺萱	林佩綺	林士傑	王懷寧
9	劉惠如	葉怡君	賴俊華	張子龍	林阿生	李坤樺
10	陳嘉琪	李瑞欣	吳曉旻	孫淑琴	徐範臻	邱利盈
11	蔡孟珊	龍湘宜	陳亭君	郭瓊玲	呂菁馨	張雅霏
12	張甯瑜	許文貞	李蓓芝	吳淑婷	黃玟鳳	黃敬雅
13	林霓儀	黃子瑜	陳慧君	陳建震	劉慧芬	林蕙淇
14	郭美壽	簡瑄媛	盧泱汀	郭淑茵	王意惠	林珮君
15	吳政美	林育雅	郭芳村	尤姿涵	溫裕揚	陳雅君
16	林憶婷	簡郁慈	曾薺萱	林佩綺	林士傑	王懷寧

◎備註：為維護學童及校園安全，請代理導護能確實執行其職務，謝謝您的合作！



三、學生緊急就醫聯絡表

【 】年【 】班 導師【 】老師

號次	學生姓名	第一緊急連絡人		第二緊急連絡人		緊急送醫醫院
		姓名	電話	姓名	電話	
1						
2						
4						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
14						
14						
15						

本聯絡表為學務處危機處理建檔使用，請老師確認緊急連絡電話或影印留底



號次	學生姓名	第一緊急連絡人		第二緊急連絡人		緊急送醫醫院
		姓名	電話	姓名	電話	
21						
22						
24						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
40						
41						
42						
44						
44						
45						



四、學生上下學方式調查表



104 學年度《學生上下學方式調查表》

_____年_____班 在籍數：_____人 級任：_____老師

上下學均自行走路 (人)	自行搭公車 或捷運(人)	家長徒步接 送(人)含安 親班	家長用汽車 接送(人)	家長用機車 接送(人)	家長用腳踏 車接送(人)	安親班接放學(上學未 送)

說明：1. 請級任老師調查班上學生上下學方式，若上學家長用汽車送，放學自行走路回家，則屬於家長用汽車接送(以上學為主)。

2. 本調查表請於 09 月 10 日(週三)以前送回生教組，以便做全校統計分析。

謝謝您的協助！

生教組 敬上 104.09.01



104 學年度《學生上下學方式調查表》

_____年_____班 在籍數：_____人 級任：_____老師

上下學均自行走路 (人)	自行搭公車 或捷運(人)	家長徒步接 送(人)含安 親班	家長用汽車 接送(人)	家長用機車 接送(人)	家長用腳踏 車接送(人)	安親班接放學(上學未 送)

說明：1. 請級任老師調查班上學生上下學方式，若上學家長用汽車送，放學自行走路回家，則屬於家長用汽車接送(以上學為主)。

2. 本調查表請於 09 月 10 日(週三)以前送回生教組，以便做全校統計分析。

謝謝您的協助！

生教組 敬上 104.09.01



臺北市中正國小 104 學年度學生外出證明單

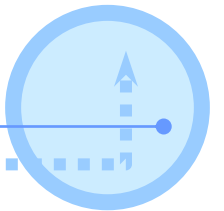
_____年_____班 學生姓名：_____

1. 時間：_____月_____日_____時_____分

2. 事由：事假 病假 其他：_____

4. 接送人：_____ 關係：父母 _____

教師核章：_____【核准後送警衛室方可外出】



臺北市中正國小 104 學年度學生外出證明單

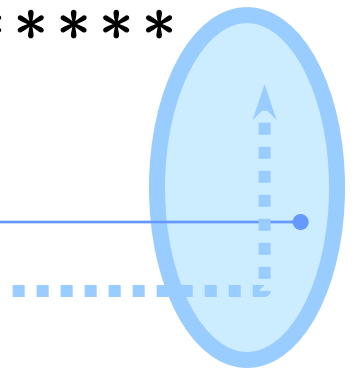
_____年_____班 學生姓名：_____

1. 時間：_____月_____日_____時_____分

2. 事由：事假 病假 其他：_____

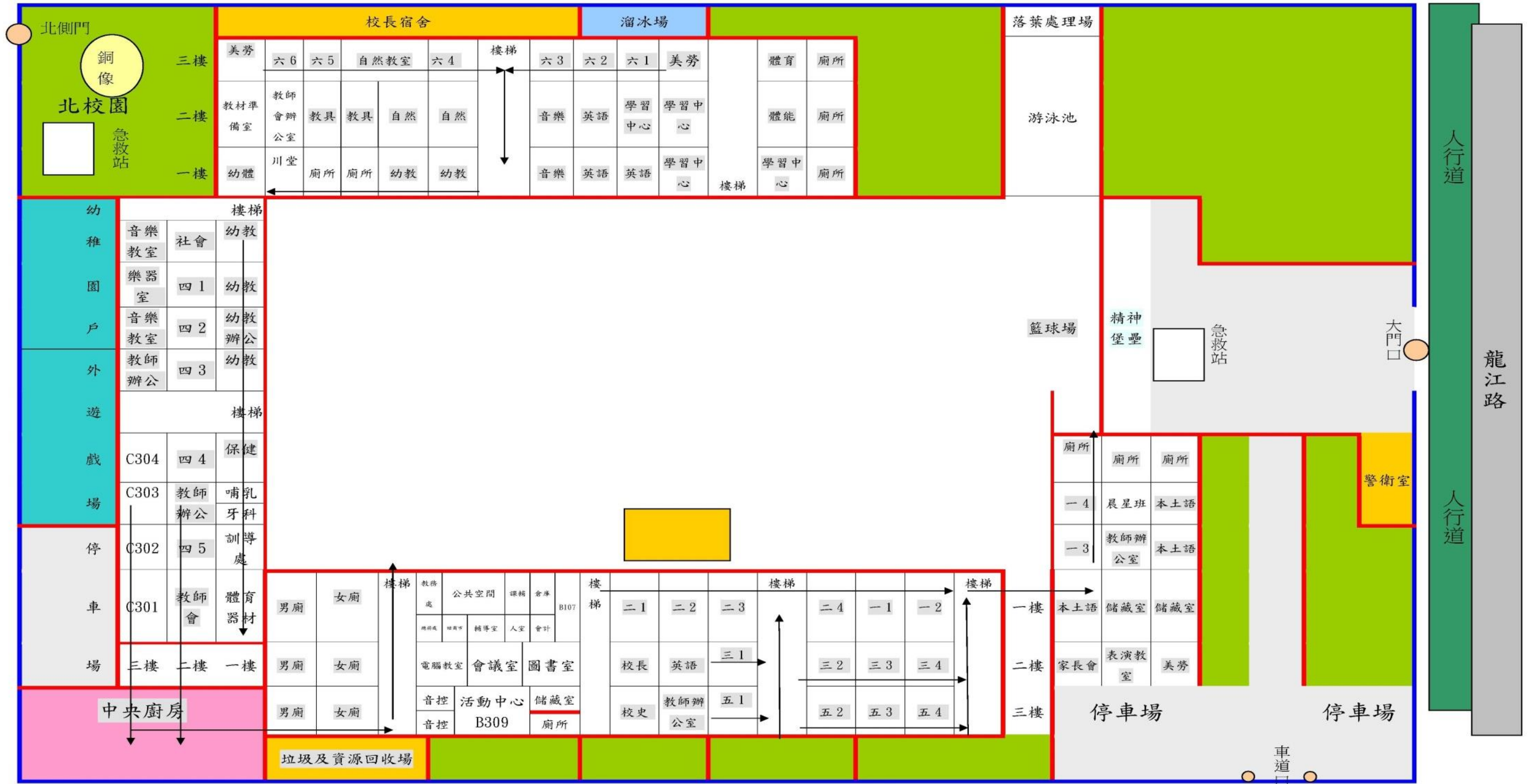
4. 接送人：_____ 關係：父母 _____

教師核章：_____【核准後送警衛室方可外出】





六、104 年度中正國民小學放學路隊及雨天路線圖





七、中正國民小學教師輔導與管教學生要點

壹 依據

- 一、教育基本法
- 二、教師法第十七條。
- 三、臺北市教育局九十二年五月二十九日北市教二字第 09244275500 號函。

貳 目的

- 一、鼓勵學生優良表現，培養學生自尊尊人、自治自律之處世態度。
- 二、導引學生身心發展，激發個人潛能，培養健全人格。
- 三、養成學生良好生活習慣，建立符合社會規範之行為。
- 四、確保班級教學及學校教育活動之正常進行。

參 基本原則

- 一、尊重學生人格尊嚴。
- 二、重視學生個別差異。
- 三、配合學生心智發展需求。
- 四、維護學生受教權益。
- 五、發揮教育愛心與耐心。
- 六、啟發學生反省與自制能力。
- 七、不得因個人或少數人錯誤而懲罰全體學生。

肆 範圍

- 一、凡經學校或教師安排之教育活動，教師應負起輔導與管教學生之責任。
- 二、教師應對學生實施生活、學習、生涯、心理與健康等各種輔導。

伍 時機

- 一、學生干擾或妨礙教學活動正常進行，違反校規、社會行為規範或法律，或從事有害身心健康之行為者，教師應施予適當輔導與管教。

陸、處理原則

- 一、教師管教學生，應事先瞭解學生行為動機，並明示必要管教之理由。
- 二、教師不得為情緒性或惡意性之管教。
- 三、教師因實施輔導與管教學生所獲得之個人或家庭資料，非依法規定，不得對外公開或洩漏。
- 四、教師輔導與管教學生，不得因學生之性別、能力或成績、宗教、種族、黨派、地域、家庭背景、身心障礙、或犯罪紀錄等，而為歧視待遇。
- 五、教師應兼秉客觀、平和、懇切之態度，對涉及爭議之學生為適當勸導，並就爭議事件為公正合理處置，力謀學生當事人之和諧。

柒、設立學生獎懲委員會

- 一、組織



- (一) 委員十一人，由訓輔人員代表三人、教師代表三人、家長會代表三人、學生代表二人組成。(每學年度改選，連選得連任)。
- (二) 總幹事由生教組長、輔導組長共同擔任。
- (三) 委員會名單(104學年度)

職 稱	姓 名	職 掌	備 註 欄
召集人	黃正鴻	學生獎懲事件召集及處理	學務主任(任務編組)
副召集人	蕭世原	學生獎懲事件處理	生教組長(任務編組)
副召集人	李坤樺	學生獎懲事件處理	輔導組長(任務編組)
委 員	低年級	學生獎懲事件處理	教師代表(推選)
委 員	中年級	學生獎懲事件處理	教師代表(推選)
委 員	高年級	學生獎懲事件處理	教師代表(推選)
委 員	低年級	學生獎懲事件處理	家長代表(推選)
委 員	中年級	學生獎懲事件處理	家長代表(推選)
委 員	高年級	學生獎懲事件處理	家長代表(推選)
委 員	學生代表	學生獎懲事件處理	學生代表(推選)
委 員	學生代表	學生獎懲事件處理	學生代表(推選)

二、運作方式

- (一) 當事人得聲請獎懲委員會中之關係人迴避。
- (二) 獎懲審議對象為獎懲委員時，當事人及其監護人、教師應迴避之。
- (三) 其他運作方式依學生獎懲委員會訂定。

三、審議原則

審議重大違規事件時，應秉持公正及不公開原則，瞭解事實經過，並應給予學生當事人或家長或監護人陳述意見之機會。

四、決議處理

為重大獎懲決議後，應做成決定書，並記載事實、理由及獎懲依據，通知學生當事人及家長監護人。必要時並得要求家長或監護人配合輔導。

五、核定與執行

- (一) 獎懲決定書，應經校長核定後執行，校長認為決定不當時，得退回再議。
- (二) 學生因重大違規事件經處分，教師應追蹤輔導，必要時會同學校輔導單位協助學生改過遷善。對於必須長期輔導者，學校得要求家長配合並請社會輔導或醫療機構處理。

捌、獎勵

一、教師為鼓勵學生優良表現，得給予嘉勉、榮譽章或其他適當之獎勵。教師對於特殊優良學生，得移請學校為下列獎勵：

- (一) 兒童集會時公開表揚。
- (二) 報請相關單位表揚。
- (三) 綜合本校榮譽制度。



(四) 其他特別獎勵。

玖、管教措施

一、教師管教學生應依學生人格特質、身心健康、家庭因素、行為動機予平時表現等，採取下列措施：

- (一) 勸導改過，口頭糾正。
- (二) 取消參加正式課程以外活動。
- (三) 留置學生於課後輔導或矯正其行為。
- (四) 教師必須在旁指導。
- (五) 留置前應經監護人同意，監護人並應負責到校接回。
- (六) 調整原學習空間內之座位。
- (七) 適當增加額外作業或工作，監護人得斟酌增減之。
- (八) 就實際對象責令道歉或寫悔過書。
- (九) 扣減學生操性成績。
- (十) 責令賠償所損害之公務或他人物品及相關給付。

二、前項措施於必要時，教師除通知家長或監護人外，得會同學務處、輔導室或其他相關單位，就輔導與管教上，進行專業權宜措施磋商、處置。

三、依前款所為管教無效時，或違規情節重大者，教師得移請學校為下列措施：

- (一) 警告。
- (二) 假日輔導。
- (三) 心理輔導。
- (四) 家長或監護人帶回管教。
- (五) 改變學習環境。
- (六) 移送司法機關或相關單位處理。

四、攜帶及使用不當物品處置方法：

- (一) 學生攜帶之物品足以影響學生專心學習或干擾教學活動進行者，教師或學校得保管之，必要時得通知家長或監護人領回。
- (二) 學生攜帶或使用下列物品者，教師或訓輔人員應立即處置，並視其情節移送相關單位處理。
 1. 具有殺傷力之刀械、槍砲、彈藥及其他危險物品。
 2. 毒藥、毒品及麻醉藥品。
 3. 猥褻或暴力之書刊、圖片、影片、磁碟或卡帶。
 4. 煙、酒、檳榔或其他有礙身心健康之物品。
 5. 其他違禁品。

壹拾、救濟

一、學生及監護人對學校有關其個人之管教措施，認為違法或不當置損害其權益者，得以書面向本校申訴評議委員會提出申訴。

二、申訴評議委員會依「臺北市國民小學學生申訴處理要點處理」設置並施行之。

壹拾壹、本要點經校務會議通過後實施，修正亦同。



八、臺北市中山區中正國小學童輔導與管教處理紀錄 (p1)

學生基本資料			
學生姓名		轉介老師簽名	
班級	年 班	記錄日期	
事件處理記錄			
事由			
事件發生時間	年 月 日 上/下午 時 分		
獎懲委員會審議報告			
開會時間	年 月 日 上/下午 時 分		
開會地點			
會議紀錄			



九、臺北市中山區中正國小學童輔導與管教處理紀錄 (p2)

Large empty rectangular box for recording the guidance and discipline process.

生教組長：

學務主任：

家長會長：

輔導組長：

輔導主任：

校 長：

轉介輔導室追蹤輔導簽收：



十、中正國民小學學生申訴處理要點

一、依據：

1. 本校「教師輔導與管教學生辦法」。

二、目的：

1. 培養學生理性解決問題之態度，保障學生權益，促進校園倫理。
2. 建立學生申訴制度，發揮民主與法治的教育功能。

三、實施方式：

1. 學生及其父母或法定監護人，對於學校行政單位或教師，有關學生個人之輔導與管教措施，認為違法或不當，致其權益受損害時，應以書面向學校提出申訴。
2. 已向學校提出申訴，不服申訴之評議決定者，得提起再申訴。

四、組織：

為處理學生申訴事宜，特設立「學生申訴評議委員會」(附件一)，申評會置委員五至十五人，均為無給職任期一年，由校長就下列人員聘任之。

1. 學校行政人員代表，一至三人。
2. 學校教師會代表或教師代表，一至三人。
4. 家長會代表，一至三人。
4. 校外之教育、心理、法律、政治等專家學者、或社會公正人士，一至三人。
5. 學生代表，一至三人。

前項第一款至第三款委員之人數應相等，第四款及第五款委員得依申訴事項或再申訴之需要分別聘任，不受任期之限制。委員因故出缺時，其繼任委員任期至原任期屆滿日止。申評會召集人由校長指定或由委員互選一人擔任，負責召集與主持會議，並推選委員撰寫評議書或再評議書。由評會委員與申訴事項有直接利害關係者，應迴避之。並由校長另聘代理委員，就該申訴事項代行職務。

五、申訴程序：

1. 申訴之提起應於管教或輔導措施之次日起三十日以書面向申評會提出。
2. 不服申訴評議之再申訴，應於接到評議書之次日起十五日內以書面向申評會提出。
4. 申訴及再申訴得於評議確定前申請撤回。
4. 申評會應於收到申訴或再申訴書起十五日內召開會議，並應於會後三十日內作成評議書。

六、申訴書：

1. 申訴書及再申訴書由學校製發(附件二)，由申訴人署名，並應檢附相關資料。若提起再申訴時，並應檢附原申訴書及原評議書。
2. 申訴書不合規定者，受理申訴之申評會應定五日至十日之期限，通知申訴人補正。逾期不補正者，申評會得逕為評議。

七、評議程序：

1. 由評會應依教育本質之考量，本公平公正之原則，就書面資料審議學生申訴事宜。會議之舉行以不公開為原則，但必要時得通知相關人員到會說明。
2. 由評會開會時應有委員三分之二以上出席，出席委員二分之一以上同意，始得作成評



議決議，再評議決議亦同。

4. 由評會作成決議書及再評議書（附件三）經送達校長後，應於三日內核定。
4. 原處分單位或教師認為評議書或再評議書有抵觸法令或窒礙難行者，得於收受後五日內向申評會申請再評議，但以一次為限。評議及再評議確定後應確實執行。

八、退件：

申訴事件有下列情形之一者，學校應附不受理之理由，將申訴書或再申訴書退還申訴人：

1. 提起申訴及再申訴逾法定期間者。
2. 申訴人不適格者。
4. 再評議確定或撤回之申訴事件，就同一事實重新提起者。
4. 申訴事件已進入訴願或訴訟程序者。

九、本要點經校長核定後實施，修正時亦同。



十一、中正國民小學學生申訴評議委員會設置要點

- 一、依據：以下各項規定設置學生申訴評議委員會（以下簡稱申評會）。
 1. 教育部頒訂之學生輔導與管教辦法相關規定。
 2. 本校「輔導與管教學生要點」相關救濟規定。
- 二、目的：為維護學生正當受教權，公平公正妥善處理學生管教與輔導措施之爭議，特設立本委員會。
- 三、申評會為學校行政組織之一部，依法受理當事學生家長申訴案件如下：
 1. 學生獎懲案件。
 2. 學生管教與輔導措施之爭議。
- 四、組織及職掌：

召集人：校長，主持申評會。

秘書：輔導室主任，受理當事人家長申訴案件，辦理申評會行政業務。

委員：行政代表一人，教師代表一人，家長會代表一人，學生代表一人。參加申訴案件討論及決議事項。
- 五、處理原則及程序：
 1. 由當事人家長提出書面申請。
 2. 收到申訴書三日內，召集申評會依據書面報告進行審查，擇期召開申評會。
 3. 申評會應以書面通知當事人或代表列席陳述，其正反意見均應詳實記錄。
 4. 申評會採合議制，出席委員應超過總額二分之一。進行審議過程應對外保密，其決議採不記名多數決方式。
 5. 申評會視需要得邀請駐區督學或相關教育學者一至二人列席諮詢。
 6. 申評會決議後，應以書面通知家長。
- 五、本要點經校長核定後實施，修正亦同。

臺北市中正國民小 104 學年度學生申訴委員會委員名冊

職務	現任職務	姓名	備註
召集人	校長	方芳蘭	
秘書	輔導主任	張曉亭	行政代表
委員	學務主任	黃正鴻	行政代表
委員	教師代表	李菁	教師會會長
委員	家長代表	翁志明	家長會會長
委員	學生代表		六年級學生



十二、中正國民小學學生申訴書

申訴人姓名		性別											
生日	年 月 日	班級	年 班										
住址		連絡電話											
代理人姓名		性別											
生日	年 月 日	身分證字號	<table border="1" style="width: 100%; height: 20px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> </tr> </table>										
住址		與申訴人關係											
壹、申訴之事實及理由：													
貳、希望獲得之補救：													
參、申訴日期：民國 年 月 日													
肆、本申訴案件或相牽連之事件有無提起訴願、訴訟。 <input type="checkbox"/> 有， <input type="checkbox"/> 無													
伍、檢附原措施文書、有關之文件及證據（請列舉於後並裝訂為附件）。													
一、		二、											
三、		四、											

※ 附註：在申訴程序中，申訴人就申訴案件或相牽連之事件，同時或先後另行提起訴願、行政訴訟、民事或行政訴訟者，應即以書面通知申訴評議委員會。



十三、中正國民小學生申訴評議答覆書

壹、申訴評議委員會之決議：

貳、申訴評議委員會之決議理由：

參、決議日期：民國 年 月 日

肆、其他補救措施及建議：

申訴評議委員會戳記：

簽發人：



十四、每週生活教育重點

週次	生活常規輔導重點	衛生習慣輔導重點
一	朝會秩序進退場訓練	掃地訓練—掃地方法指導
二	路隊訓練—服從導護義工及老師指揮	掃地訓練—掃具整理指導
三	路隊訓練—不私自脫隊	含氟漱口及餐後潔牙指導
四	朝會秩序訓練—排隊迅速安靜	愛眼操
五	行止訓練—不在樓梯間與走廊奔跑	廁所整潔
六	輕聲慢步—不在樓梯間與走廊遊戲	午餐禮儀訓練
七	午間靜息訓練—不影響他人午睡	不亂丟紙屑
八	安全訓練—遊戲器材之使用	安靜享用午餐
九	服裝儀容整齊清潔	減少含糖飲料之攝取
十	應對禮節—做個好聽眾	桌椅隨時排好
十一	路隊訓練—乘車要排隊	每天吃早餐
十二	禮節訓練—舉手禮與鞠躬禮	抽屜的整潔
十三	禮節訓練—常說請、謝謝、對不起	玻璃窗台的整潔
十四	安全訓練—通過馬路的安全	樓梯間的整潔
十五	精神訓練—立正、稍息步伐	外掃區域的整潔
十六	行止訓練—靠邊走	不邊走邊吃
十七	輕聲慢步訓練—上下樓梯安靜	不買路邊零食
十八	路隊訓練—排隊上下學不私自散隊	午餐禮儀訓練
十九	應對禮節—做個好觀眾	牆壁黑板的整潔
二十	服裝儀容—樸素大方	隨手撿紙屑
二十一	安全訓練—不做危險遊戲	做好資源回收



十五、檢拾遺失物件處理辦法

一、目的

1. 培養同學拾物不昧，誠實不欺的美德。
2. 養成學童愛物惜福的觀念。
3. 訓練學童對事物負責的態度。

二、拾物管理規定

1. 在校外拾獲財物，若能確定係本校同學所有，可送交學務處，否則，應逕送當地警察機關處理。
2. 在校內拾獲金錢或物品，可交給任何一位老師或學務處，老師在接獲學童繳交的檢拾遺失物後，再將拾獲者的基本資料連同拾獲物一併送交學務處處理。
3. 學務處在接獲檢拾遺失物後需填寫拾遺物登記表，並將檢拾遺失物陳列在學務處前之陳列櫃供全校師生認領。

三、失物招領及保管

1. 遺失物品同學宜隨時注意招領，如有自己失物即向生活教育組辦理具領手續。
2. 具領失物時應就所知說明失物特色、失物地點與時間，核對屬實者，即可具名領回失物。
3. 拾遺物之陳列以**兩星期**為限，若無人認領，隨即收藏於儲藏室妥善保管，如係金錢則存入局作為仁愛基金。
4. 拾遺物中，若有易發臭物，如便當、鞋等，限三日內認領。無人認領時，將發還拾得人處理。
5. 拾獲之泳具（含泳衣、泳褲）交由游泳池管理老師招領。

四、拾遺物之處理

1. 學期末，總結清帳，將拾遺物之品名、數量與處理方式列冊公佈。
2. 拾遺物可作為救濟貧寒之用。

五、獎勵

1. 拾物拾金不昧，其價值輕微者，視狀況口頭獎勵或榮譽卡核章。
2. 拾物拾金不昧，其價值貴重者，呈請校長頒發獎狀，公開表揚。
本辦法呈請校長核可後實施，修正時亦同。



十六、安親班同學調查表

104



「安親班」同學調查表

【 】年【 】班 導師【 】老師

號次	學生姓名	家長聯絡電話	安親班名稱	安親班電話
1				
2				
4				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

請級任老師配合調查放學後至安親班之學生，於9月10日〈四〉上午送回學務處，以利聯絡。若無此類學生，請填寫『無』。謝謝您！



十七、臺北市中山區中正國小推動禮貌微笑運動實施計畫

一、計畫依據：

依據中正願景「中正有愛，愛在中正」、「健康促進校園」、「友善校園」、品德教育之指導原則，訂定本計畫。

二、目的：

為增進祥和有禮的學習環境，特舉辦「微笑有禮」之禮貌運動，以促進各處室、學生班級單位榮譽感及創作力，而達寓教於樂效果，並期能深植活動精神，讓禮貌潤滑人際，讓微笑化解暴戾，使全校教職員工生能於工作、學習中皆廣續充滿愉悅、活力能量。

三、行動目標：

- (一)「禮貌運動」應由個人自身做起，進而融入日常生活之中，並擴大結合各班、學生自治會與社團等各個不同層面，帶動本校營造謙和有禮的風氣，讓校園注入一股不同的氛圍。
- (二)推動與宣傳微笑禮貌運動，鼓勵學校同仁與師生間重視與他人的良好互動，蔚成優良風氣，增進學校和諧，建立友善校園文化。
- (三)鼓勵全校師生養成『以禮待人』、『彬彬有禮』的良好習慣，使校園充滿溫馨和諧氣息，進而陶冶個人氣質與風度。
- (四)藉由老師的主動問好、以身作則，帶動學生養成有禮貌的好習慣。

四、主辦單位：學務處。

五、協辦單位：教務處、總務處、輔導處、幼稚園、家長會。

六、實施期間：104 學年度起

七、實施對象：全校教職員、家長、學生。

八、推行地點：

- (一)校園、(二)家裡、(三)其他各公共場所。

九、推行要項：

- (一)禮貌五元素：正視、點頭、微笑、揮手、問好。
- (二)服裝儀容的禮貌
 1. 穿著合乎規定，並經常保持整齊清潔。
 2. 頭髮經常梳洗保持整潔。



4. 假日到校時應主動出示識別證或學生證。

(三) 日常生活的禮貌

1. 請求別人協助、幫忙的時候，要很誠敬地說「請」。
2. 接受別人幫忙、服務的時候，也要很誠敬地說「謝謝」。
4. 妨礙或影響別人的時候，更要很客氣地說「對不起」。
4. 使用電話找人通知應後客氣地說「請」，如撥錯號碼也要很有禮貌地說「對不起」，對轉達留言的人亦要說「謝謝」。電話問答簡明聲音不可過高，時間不可過長。

(四) 家庭生活的禮貌

1. 每天早起要向父母尊長說「早安」。
2. 用餐時要請父母尊長坐上位。
4. 出門必敬告父母去向，回家必面見父母，父母召喚，應立即答應並趨前承命。
4. 客人造訪要親切問好。

(五) 學校生活的禮貌

1. 早上到校，看見師長、導護志工、同學都能說「早安」。
2. 上課時全班同學起立行禮齊聲向師長問好，下課時亦起立齊聲向師長道謝。
4. 在學校裡任何場所看見師長或外賓都要「行禮問好」，並保持微笑。
4. 師長有所詢問或與師長報告談話時應立正對答，保持應有良好姿態。
5. 學生進辦公室先喊「報告」，俟老師或職員示意後進入，報告或請教師長先敬禮，完畢要向師長說「謝謝」。
6. 與師長應答應用「您」。

(六) 接洽公務的禮貌

1. 借用公物，要注意保管使用，不可損壞，要保持完整。用畢歸還，要說「謝謝」。

(七) 公共場所的禮貌

1. 在公共場所，不可高聲喧嘩，妨礙公共安寧。
2. 公共場所設置坐椅不可躺臥，致失體統。
4. 要維護公共場所的設備和清潔。
4. 在公共場所得別人的幫助要說「謝謝」。
5. 參加各種集會、遊藝會、音樂會及其他晚會，不可遲到或提早離座，並保持靜肅以免影響會場秩序。

(八) 搭乘車輛的禮貌

1. 上下車輛要遵守秩序，遇年長者、孕婦、病人或殘障者要禮讓座位並讓其先行。
2. 搭乘公車時不可高聲談笑。



4. 維護車輛清潔，不隨地拋棄紙屑、果皮。

4. 遵守行車規定事項。

(九) 落實學生禮貌微笑運動檢核。

十、實施內容、期程：

編號	項目	實施內容	備註
1	訂定每月第一週為『微笑禮貌週』	由校長、行政人員、老師、家長會於公開場合加強宣導禮貌的重要。	
2	進行禮儀課程	由生教組邀請學校老師或專家學者到校對學生實施禮儀演講、座談等相關課程。	
4	各學年『每月微笑禮貌之星』推選	(1) 各班級推選1名(各班老師填寫推薦表。張貼在每月微笑禮貌之星公告欄。 (2) 各班的微笑禮貌之星由導師自行表揚，並頒發榮譽章。	每月月末繳交推薦表。(如附件一)
4	禮貌小標語(好言佳句)欣賞	(1) 鼓勵各處室及各班老師張貼禮貌小標語於學校公布欄及班級公布欄，達到境教的目的。 (2) 各班老師可將禮貌小標語抄寫於教室黑板上，並和學生分享禮貌小故事。	禮貌小標語如附件二。
5	製作禮貌運動檢核表	(1) 製作禮貌運動每週檢核表，提升禮貌微笑教育成效。	未來結合一生一專長，編入『學生成長手冊』中。
6	製作禮貌微笑運動LOGO(如右圖)。隨時提醒「注意禮貌」。		放置於校門廣場花園中

十一、獎懲措施：

(一) 公開表揚嘉獎各學年「每月微笑禮貌之星」，獲選者公開表揚以資鼓勵，達到楷模學習的效果。

(二) 於學校公告欄公布校內實踐禮貌有具體優良事蹟者。

(三) 校外來函陳述學生禮貌優良事蹟者，公佈週知並給與嘉獎。

(四) 言行失禮者加強個別輔導，導正觀念。



十二、經費

以本校相關經費勻支。

十三、預期成效

(一) 培養學生微笑禮貌的生活習慣及處世態度。

(二) 建立學生良好常規，樹立校園新秩序。

(三) 營造和諧、親切、友善之校園文化。

十五、本實施計畫如有未盡事宜，悉依本校行政決策辦理補充。

十六、本實施計畫提經行政會議通過，陳請 校長公布實施，修正時亦同。



____年____班 禮貌之星

4 月份中正國小品德教育

中正有愛，愛在中正



請貼上生活照片

家長鼓勵的話：

~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~  
~~~~~

姓名：\_\_\_\_\_

獲選感言：

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





## 禮貌微笑小標語

(附件二)

1. 見人一定打招呼，禮貌周到我在行。
2. 小菩薩在一起，常說請、謝謝、對不起。
3. 禮貌待人討歡心，模範學生人人愛。
4. 說話音量放低低，懂事有禮笑嘻嘻。
5. 見到師長要問好，見到同學說聲早。
6. 待人有禮要周到，人人開心心情好。
7. 你有禮，我有禮，人人有禮，社會美麗。
8. 有禮貌，有修養；行禮貌，人讚賞；表示禮貌，身心舒暢。
9. 禮貌待人齊叫好，大聲呼喝沒人理，逢人見面問聲好，師長同學都稱讚。
10. 禮貌學生是個寶，面帶笑容說「早」，鞠躬「再見」更加好。
11. 人人點點頭，見面說早安，進入校園裡，禮貌四處有。
12. 微笑多一點，距離近一點。
13. 見到長輩行個禮，見到師長笑笑口；見到朋友點點頭，見到孩子拉拉手，大家一起樂悠悠。
14. 點頭笑一笑，世界更美妙。
15. 早上對人說聲早，人人讚你好學生。
16. 早晨問句早，一天快樂到，人生多美好。
17. 以禮待人，人人開心。
18. 開心見面笑一笑，大家關係拉近了。
19. 待人有禮好處多，爭執減少笑呵呵。
20. 日常禮貌要注重，人人相處樂融融。
21. 見到熟人就要笑，禮貌對人最重要。
22. 「早安」、「多謝」掛口邊，待人以禮我做先。
23. 做個有禮好學生，別人高興自己好。
24. 禮貌迎人，笑臉可人。
25. 點頭微笑問句好，你我一定做得好。
26. 老師早、同學早，每朝精神更加好。
27. 老師同學說聲早，課室氣氛自然好。
28. 微笑最美，有禮最樂。
29. 禮貌近人，笑臉可人。
30. 天天多說：「您好、請、謝謝、對不起」；時時實踐：「禮讓、排隊、輕聲、微笑」。
31. 禮貌是晴朗的天氣，令人感到舒服。
32. 禮貌是一件時常也可送給別人的無形禮物。
33. 誠懇有禮表愛心，以禮待人態度真，老師同學互敬重，校園歡欣處處生。
34. 每天早上說聲早，天天也說不老套，不管今天幾多號，好有禮貌我做到。





35. 禮多人不怪，多禮人不怪，人不怪多禮，不怪人多禮。
36. 家齊學生重禮貌，見到老師說聲早，見到同學說聲好，上學禮儀齊做到。
37. 朝朝早晨點點頭，人們行過說聲好，欣賞表演拍拍手，尊重別人有禮貌。
38. 日日講聲大家好，尊敬師長齊做到，學生開心師長好，有禮有貌齊快樂。
39. 禮貌待吾師，微笑待吾友，良師益友，融洽歡愉。
40. 古語有人說，禮多人不怪，有禮人人愛，多禮絕無害。
41. 以禮待人互點頭，關係良好沒愁憂。
42. 你有禮時我快樂，我有禮時你亦樂。
43. 朝早講聲早，精神特別好。
44. 見到老師說聲早，見到同學說聲好，我們一定要做到，人人自然讚你好。
45. 禮貌是個寶，你我應做到。
46. 說聲早，你我關係更加好，點點頭，點出世紀新源頭。
47. 待人無禮難合群，學懂禮貌能悅人，切記對人要誠懇，留心聆聽加愛心，注意言行要斯文，儀容不潔亦不能，粗言粗語難服人，以禮待人事必行。
48. 粗言穢語不可行，禮貌待人易親近。
49. 儀態優美人人愛，容貌清潔日日新，整齊莊重人讚好，潔淨心靈享和諧。
50. 叫聲早安好提神，加個笑容更可人。
51. 粗言穢語乞人憎，禮貌待人討歡心。
52. 做個有禮中國人，見人問候好醒晨；聆聽別人要留心，粗言粗語失斯文，儀容整潔得滿分；以禮待人最要緊，發揮禮貌的精神。
53. 早晨大家說聲早，愉快一天齊展步；彬彬有禮學養高，以禮待人心情好。
54. 禮貌是修養，禮貌是尊重。禮貌是一個微笑、一個點頭。  
禮貌是一句溫柔的說話、一個合宜的儀容。
55. 清早起來說聲早，衣服整潔人讚好，上課留心成績高，與人交談不說粗，舉止溫文不暴躁，做個禮貌好學生。
56. 粗言穢語最可恥，待人接物有禮儀；微笑點頭好開始，禮貌運動要堅持。
57. 笑笑口，點點頭，禮儀態度人人守。
58. 看見老師點點頭，遇到同學笑笑口。
59. 路逢師長，微笑點頭說聲好；毋須害羞，禮儀應守。
60. 粗言穢語令人哀，尊重禮儀使人愛。
61. 見到老師說聲早，人人讚你禮貌好。
62. 早上說聲早，整天心情好。
63. 多一分禮貌，少一句爭拗。
64. 對人真誠則禮，待人真心則友。



上學期第一週 禮貌教育檢核表 (附件三) - - - 樣張

|           |                                                                                  |          |          |          |          |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|
| 中正之星 (1)  | 與大人應對，要有禮貌，有分寸                                                                   |          |          |          |          |
| 我可以做到     | 遇到大人，要主動稱呼。大人問你話，你一定要清楚回答：「是/不是/好/不好/有/沒有」，或說「我不知道」。不可以光是點點頭或搖搖頭，也不可以含糊答「哦」或「嗯」。 |          |          |          |          |
| 各年級檢核通過用印 |                                                                                  |          |          |          |          |
| 一年級       | 二年級                                                                              | 三年級      | 四年級      | 五年級      | 六年級      |
| 家長<br>檢核  | 家長<br>檢核                                                                         | 家長<br>檢核 | 家長<br>檢核 | 家長<br>檢核 | 家長<br>檢核 |
| 老師<br>檢核  | 老師<br>檢核                                                                         | 老師<br>檢核 | 老師<br>檢核 | 老師<br>檢核 | 老師<br>檢核 |

上學期第二週 禮貌教育檢核表

|           |                                           |          |          |          |          |
|-----------|-------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|
| 中正之星 (2)  | 與人互動，眼睛要看著對方的眼睛                           |          |          |          |          |
| 我可以做到     | 當別人在講話，你的眼睛要一直看著他。如果旁邊有人發言，你就轉頭去面對那個說話的人。 |          |          |          |          |
| 各年級檢核通過用印 |                                           |          |          |          |          |
| 一年級       | 二年級                                       | 三年級      | 四年級      | 五年級      | 六年級      |
| 家長<br>檢核  | 家長<br>檢核                                  | 家長<br>檢核 | 家長<br>檢核 | 家長<br>檢核 | 家長<br>檢核 |
| 老師<br>檢核  | 老師<br>檢核                                  | 老師<br>檢核 | 老師<br>檢核 | 老師<br>檢核 | 老師<br>檢核 |



## 十八、臺北市中正國民小學人權法治品德教育實施計畫

### 壹、依據：

- 一、教育部與法務部頒訂『加強學校民主法治教育計畫』。
- 二、臺北市國民中小學推動學務及人權法治教育工作實施計畫。
- 三、臺北市國民中小學推動品德教育教育實施計畫

### 貳、目的：

推動法治教育，以期達成本校人權法治教育品德教育實施要點所訂定之目標，奠定良好法治與健全品德社會基礎。

### 參、實施內容：

- 一、項目-辦理時間-辦理方式-辦理人員-備註
- 二、成立人權法治品德教育推行委員會-全學年-於學期開始，成立人權法治品德教育推行委員會，並召開人權法治品德教育宣導工作會議，以利工作執行。-學務處
- 三、生教組-學校行政組織及章則
- 四、訂定人權法治教育實施計畫-全學年-由訓育組研擬草案，經人權法治教育推行委員會成員共同訂定，並經校長同意後實施。-人權法治品德教育推行委員會-法治教育計畫及目標
- 五、成立學生申訴委員會及學生獎懲委員會-全學年-由生教組研擬草案，經人權法治教育推行委員會成員共同訂定，並經校長同意後實施。以期讓學生學習解決衝突與糾紛，培養法治觀念與態度。-人權法治品德教育推行委員會-法治教育計畫及目標
  1. 成立學生自治組織、訂定班級公約-全學年-於開學初利用集會時間由各班師生共同訂定，由各班級師生利用級用共同研討，訂定校規、班級公約……等規定，並確實遵守。
  2. 成立學生自治組織，培養自治守法之精神。
- 六、利用集會時間進行人權法治品德相關活動。-全體師生-人權法治品德相關活動  
設置人權法治品德教育圖書區-經常辦理-圖書室設置人權、法治、品德教育資料專櫃，以提供師生借閱、參考及學習之用。  
-教務處圖書室管理人員-人權法治品德教育資源
- 七、結合社區及社會人力資源-遇宣導週  
辦理-邀請社區有法學專長人士、警察治安機關或與法治相關的團體到校實施法治教育專題講座及提供法律諮詢。-訓育組  
高年級師生-人權法治品德宣導活動
- 八、人權法治品德教育影片欣賞-遇宣導週  
辦理-播放人權法治品德教育影片，導師時間再進行經驗分享或全班共同討論。-生教組  
訓育組-法治教育資源
- 九、相關人權法治品德宣導教育活動-經常辦理-
  1. 配合相關課程隨機教學。
  2. 常發生之校園事件或社會重大案件利用兒童朝會時間隨機宣導。
  3. 利用導師時間隨機宣導。
  4. 並透過學務週報及兒童朝會加強宣傳。-生教組
  5. 訓育組
  6. 各班導師-人權法治品德宣導活動



十、 向家長及學生宣導法律知識-經常辦理-配合家長會、愛心義工隊、新生座談、親師座談會、班親會及各項親職教育等活動，向社區家長宣導生活法律知識。並透過學務週報及兒童朝會加強宣傳。-生教組

訓育組-人權法治品德宣導活動

辦理人權法治宣導專書研讀-每學期-每學期結束前辦理小執法專書研讀，並提交心得報告。-訓育組中、高年級-人權法治品德宣導活動

十一、 肆、本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。

學務主任：

校長：



## 【衛生組】

### 一、104 學年度第一學期掃具分發注意事項暨掃除區域分配

up

| 工作分配表       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|-----|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------------------|-----|---------------------|-----|---------------------|-----|---------------------|----|------|------|------|------|-------|
| 工作項目        | 工作人員                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 1. 總策畫      | 黃正鴻                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 2. 擬訂計畫     | 蔡孟珊                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 3. 掃具分發工作說明 | 蔡孟珊                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 4.          | <p>老師：</p> <p>您好！以下是掃具領取時段，為便於開學當天掃除用具的發放，請老師填寫目前班級內現有的和缺少的掃具數量，於安排的時間派數名學生至掃具室憑「掃具申領表」領取掃具！<br/>學務處 衛生組 104.08.28</p> <p>一、地點：掃具室前</p> <p>二、時間：104 年 8 月 28 日（一）上午 8：40 - 10：10</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 2px; display: inline-block;">若掃具龐大且重，建議 6-8 名為佳。</div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>年級</th> <th>時間</th> <th>備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>六年級</td> <td>08：40 - 08：50（第一大節）</td> <td rowspan="5">1. 三、五年級新編班級，請六、四年級先領掃具。<br/>2. 若各學年的領取時間與科任課衝突，請老師於當天 11：10 前利用時間至派學生至掃具室領取。<br/>4. 科任老師於當天 11：10 前可自行安排領取時間，請學生至掃具室領取。<br/>4. <u>一年級老師開學後另找時間派導生至衛生組申領掃具。</u></td> </tr> <tr> <td>四年級</td> <td>08：50 - 09：10（第一大節）</td> </tr> <tr> <td>五年級</td> <td>09：10 - 09：40（第一大節）</td> </tr> <tr> <td>三年級</td> <td>09：40 - 10：50（第二大節）</td> </tr> <tr> <td>二年級</td> <td>10：50 - 10：10（第二大節）</td> </tr> </tbody> </table> <p>@ 請老師依時段憑「掃具申領表」領取（掃具申領表如附件）。</p> <p>三、場地規畫：</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%;">樓梯</td> <td style="width: 33%;">● 室內</td> <td style="width: 33%;">音樂教室</td> </tr> <tr> <td>廁所掃具</td> <td>教室掃具</td> <td>外掃區掃具</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">●</p> <p style="text-align: center;">入口（蔡老師）<b>等待區〔走廊〕</b><br/>廣播，控管班級與秩序</p> <p>四、掃具領取說明：</p> <p>（一）在入口處簽到後，排隊靜候老師招呼後才憑單入內領取掃具。</p> <p>（二）再至保健中心領取漱口水。</p> <p>（三）安靜、迅速、正確</p> |                                                                                                                                                              | 年級 | 時間 | 備註 | 六年級 | 08：40 - 08：50（第一大節） | 1. 三、五年級新編班級，請六、四年級先領掃具。<br>2. 若各學年的領取時間與科任課衝突，請老師於當天 11：10 前利用時間至派學生至掃具室領取。<br>4. 科任老師於當天 11：10 前可自行安排領取時間，請學生至掃具室領取。<br>4. <u>一年級老師開學後另找時間派導生至衛生組申領掃具。</u> | 四年級 | 08：50 - 09：10（第一大節） | 五年級 | 09：10 - 09：40（第一大節） | 三年級 | 09：40 - 10：50（第二大節） | 二年級 | 10：50 - 10：10（第二大節） | 樓梯 | ● 室內 | 音樂教室 | 廁所掃具 | 教室掃具 | 外掃區掃具 |
| 年級          | 時間                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 備註                                                                                                                                                           |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 六年級         | 08：40 - 08：50（第一大節）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1. 三、五年級新編班級，請六、四年級先領掃具。<br>2. 若各學年的領取時間與科任課衝突，請老師於當天 11：10 前利用時間至派學生至掃具室領取。<br>4. 科任老師於當天 11：10 前可自行安排領取時間，請學生至掃具室領取。<br>4. <u>一年級老師開學後另找時間派導生至衛生組申領掃具。</u> |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 四年級         | 08：50 - 09：10（第一大節）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 五年級         | 09：10 - 09：40（第一大節）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 三年級         | 09：40 - 10：50（第二大節）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 二年級         | 10：50 - 10：10（第二大節）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 樓梯          | ● 室內                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 音樂教室                                                                                                                                                         |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |
| 廁所掃具        | 教室掃具                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 外掃區掃具                                                                                                                                                        |    |    |    |     |                     |                                                                                                                                                              |     |                     |     |                     |     |                     |     |                     |    |      |      |      |      |       |

up



## 二、期初掃除用具申領表

| 編號   | 掃具名稱 | 單位      | 現有數量 | 申領數量 | 清點老師 | 備註            |
|------|------|---------|------|------|------|---------------|
| 外掃區  | 1    | 竹掃把     | 支    |      |      |               |
|      | 2    | 竹耙      | 支    |      |      |               |
|      | 4    | 竹畚箕     | 個    |      |      |               |
| 各班教室 | 4    | 塑膠掃把    | 支    |      |      |               |
|      | 5    | 塑膠畚箕    | 個    |      |      |               |
|      | 6    | 布拖把     | 支    |      |      |               |
|      | 7    | 擰乾器     | 個    |      |      |               |
|      | 8    | 窗戶刷     | 支    |      |      |               |
|      | 9    | 水桶（班級）  | 個    |      |      |               |
|      | 10   | 垃圾桶（班級） | 個    |      |      |               |
| 廁所掃具 | 11   | 吸水拖把    | 把    |      |      | 未打掃<br>廁所班級免填 |
|      | 12   | 小圓刷     | 支    |      |      |               |
|      | 14   | 長柄刷     | 支    |      |      |               |
|      | 14   | 垃圾桶（廁）  | 個    |      |      |               |
|      | 15   | 水桶（廁）   | 個    |      |      |               |
| 其他   | 16   | 垃圾夾     | 支    |      |      |               |
|      | 17   | 漱口水     | 瓶    |      |      | 保健室           |

班級：\_\_\_年\_\_\_班 導師：\_\_\_\_\_

| 編號   | 掃具名稱 | 單位      | 現有數量 | 申領數量 | 清點老師 | 備註            |
|------|------|---------|------|------|------|---------------|
| 外掃區  | 1    | 竹掃把     | 支    |      |      |               |
|      | 2    | 竹耙      | 支    |      |      |               |
|      | 4    | 竹畚箕     | 個    |      |      |               |
| 各班教室 | 4    | 塑膠掃把    | 支    |      |      |               |
|      | 5    | 塑膠畚箕    | 個    |      |      |               |
|      | 6    | 布拖把     | 支    |      |      |               |
|      | 7    | 擰乾器     | 個    |      |      |               |
|      | 8    | 窗戶刷     | 支    |      |      |               |
|      | 9    | 水桶（班級）  | 個    |      |      |               |
|      | 10   | 垃圾桶（班級） | 個    |      |      |               |
| 廁所掃具 | 11   | 吸水拖把    | 把    |      |      | 未打掃<br>廁所班級免填 |
|      | 12   | 小圓刷     | 支    |      |      |               |
|      | 14   | 長柄刷     | 支    |      |      |               |
|      | 14   | 垃圾桶（廁）  | 個    |      |      |               |
|      | 15   | 水桶（廁）   | 個    |      |      |               |
| 其他   | 16   | 垃圾夾     | 支    |      |      |               |
|      | 17   | 漱口水     | 瓶    |      |      | 保健室           |

本聯領取掃具時，交回各班老師。本聯領取掃具時，交給發放人員。



# 臺北市中正國小 104 學年度垃圾處理暨資源回收實施計畫

壹、依據：北市環五字第 09744484800 號

貳、目的

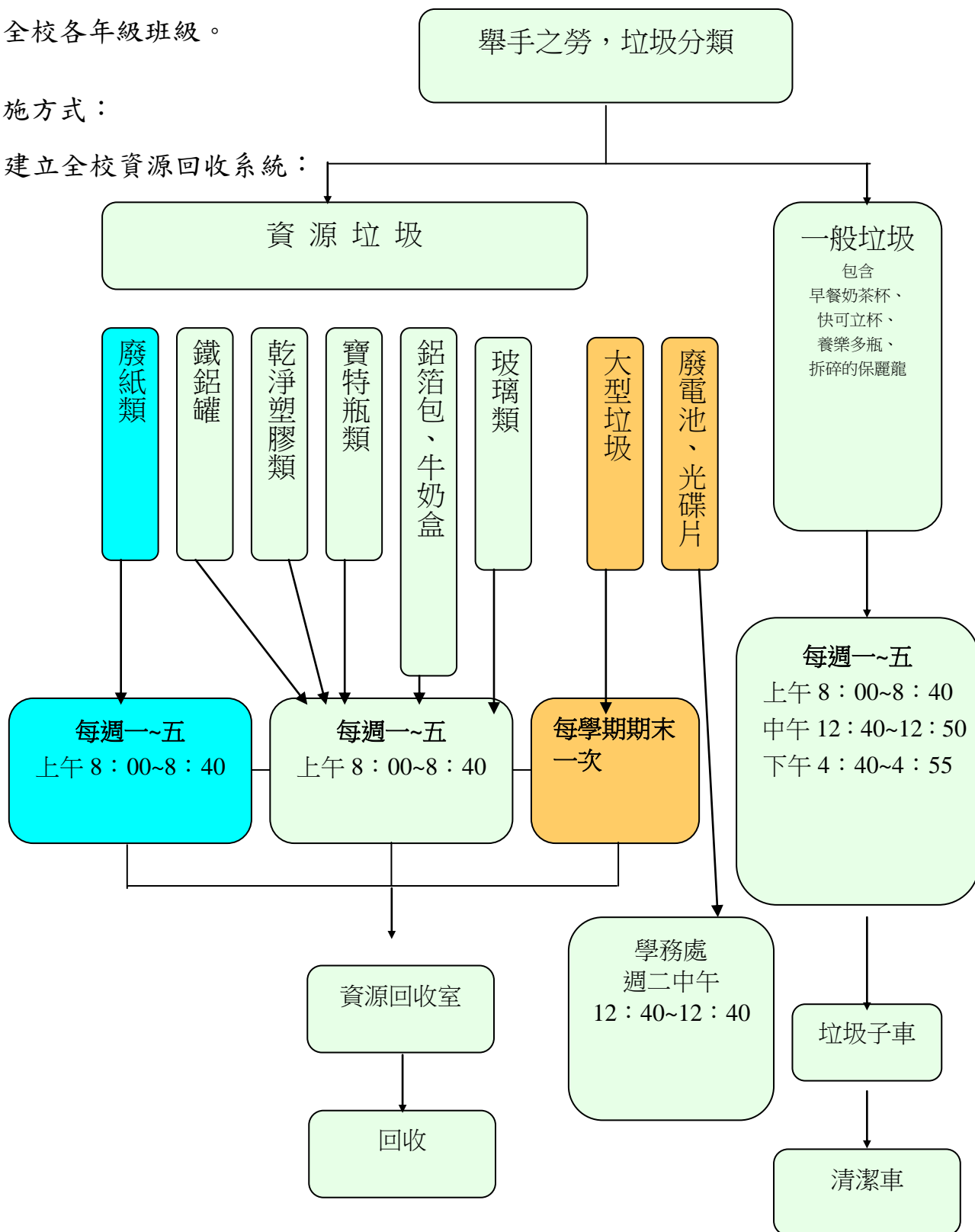
- (一) 建立全校師生環保認知及正確垃圾分類常識。
- (二) 落實垃圾減量、分類、資源回收工作。
- (三) 養成舉手之勞做環保的習慣，並培養環境維護由自己做起的態度。

參、實施對象：

- (一) 全校教職員工。
- (二) 全校各年級班級。

肆、實施方式：

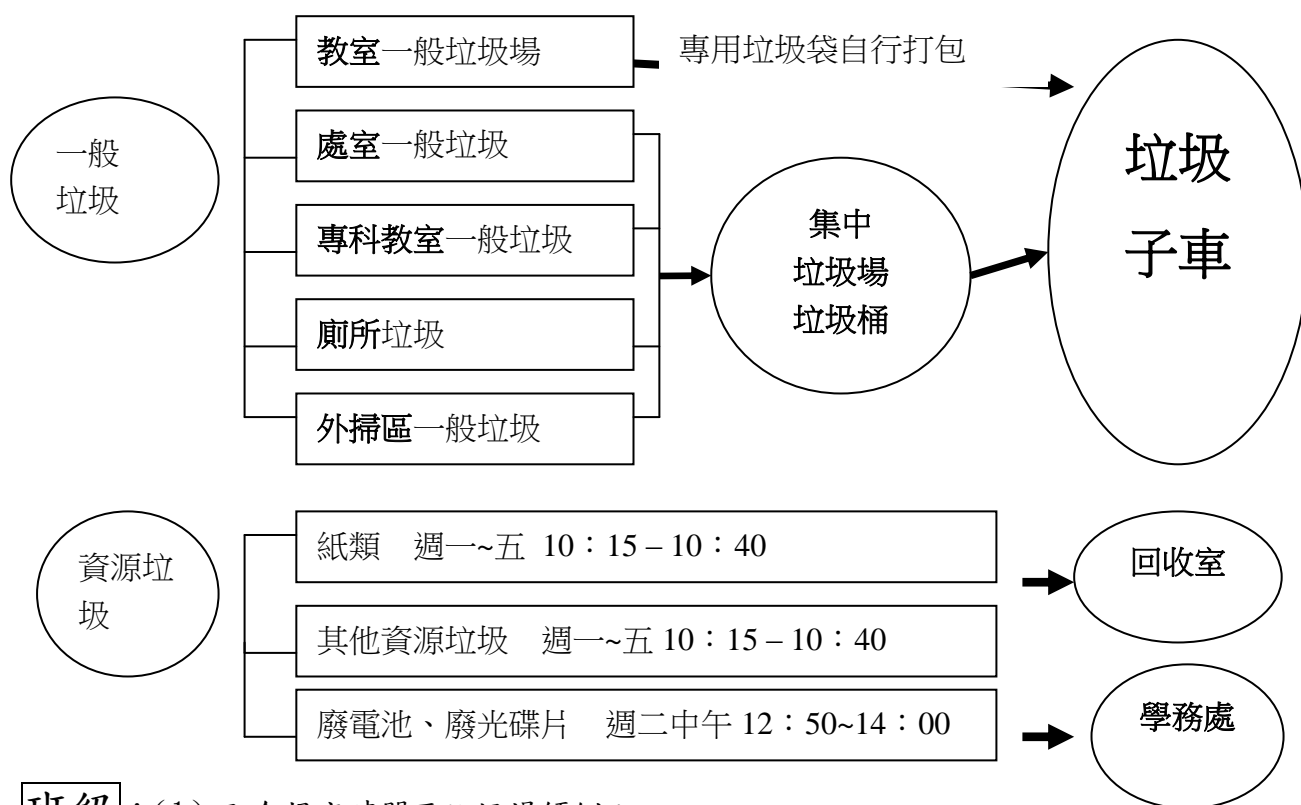
(一) 建立全校資源回收系統：







(二) 垃圾處理方式：**以嚴格進行資源垃圾分類為原則**



- 班級**：(1) 配合規定時間至垃圾場傾倒：
  - ①紙類和其他資源垃圾→每週一~五上午10：15~10：40
  - ②一般垃圾→每週一~五  
上午10：15~10：40；中午12：40~12：50
  - ③大型回收物→衛生組公佈時間。(2) 廢電池、廢光碟片→每週二中午12：50~14：00 至學務處  
(4) 廚餘請依規定時間、地點，由便當廠商回收。  
(4) 若垃圾場關閉，需傾倒垃圾，請至學務處登記與借用鑰匙，使用完畢，立即歸還。
- 行政處室**、**專科教室**：請協助清掃的班級配合時間傾倒。
- 廁所**：廁所垃圾（衛生紙、衛生棉…）各廁所自行匯集於一個或多個小垃圾袋後，再集中於**垃圾場的垃圾桶**後，再打包傾倒於垃圾子車內。
- 外掃區**：(1) 樹葉集中於落葉袋，拿至垃圾場子母車丟棄。  
(2) 一般垃圾，集中於**垃圾場的垃圾桶**後，再打包傾倒於垃圾子車內。



#### 伍、廢電池及廢光碟片回收之獎勵辦法：

(一) 第一階段 (104.09)：公佈回收時間、地點及獎勵。

1. 回收時間：104.09.8 (二) 始，每週一至週五午休時間 (12:50~14:00)。

2. 回收地點：學務處辦公室前。

4. 回收獎勵：不計電池大小，每次集滿 5 顆廢電池或 5 張廢光碟片，可獲得 1 個榮譽章。

(二) 第二階段 (104.09~105.06)：實施回收階段

1. 週一廠商定期來校回收。

2. 致力於回收廢電池的學生給予以下獎勵：

(1) 凡回收至學務處者予以口頭嘉獎。

(2) 回收滿 5 顆即給 1 個榮譽章。配合輔導室的榮譽張制度，集滿一面榮譽章，即可兌換一張撲克牌。

(三) 第三階段 (105.04)：舉辦節約能源暨資源回收宣導講座，宣導資源回收與電池回收的重要性。


(四) 第四階段 (105.04、105.06)：回報上下學期廢電池回收成果至台北市政府環保局。

#### 陸、資源回收簡易分類表

| 類 別  | 可 列 入                  | 不 可 列 入                        | 處 理 方 式                                                 |
|------|------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 紙類   | 紙箱 (拆開並平放)             | 衛生紙、衛生棉、 <u>護背過的紙</u>          | * 紙張回收要平整放好，不要揉捏成團或撕成碎屑。<br>* 不可混入另類材質如膠帶，並儘量攤平 (紙箱則可)。 |
|      | 廢紙類：報紙、影印紙、報表紙、書籍、其他廢紙 |                                |                                                         |
|      | 紙盒、紙杯                  |                                |                                                         |
| 鐵鋁罐  | 鐵罐、鋁罐 (鐵製品皆可)          | 壓縮罐 (瓦斯罐、噴漆罐、殺蟲劑罐)、<br>吸管      | 倒空內容物後壓扁。                                               |
| 塑膠類  | 乾淨塑膠袋                  | 用過之髒塑膠類、太厚的塑膠袋 (如教具袋)、尼龍繩不可放入。 | 塑膠袋儘量沖洗後，攤平並放整齊。                                        |
|      | 塑膠製品、塑膠杯               |                                |                                                         |
| 寶特瓶類 | 寶特瓶、優酪乳瓶、養樂多瓶          | 吸管                             | 倒空內容物                                                   |



|      |                                   |         |                 |
|------|-----------------------------------|---------|-----------------|
| 鋁箔包  | 鋁箔包（內為鋁）                          | 吸管      | 倒空內容物並稍加沖洗後壓扁   |
| 牛奶盒  | 飲料盒（內為紙）、牛奶盒                      | 吸管      | 倒空內容物並稍加沖洗後壓扁   |
| 玻璃   | 玻璃瓶                               |         |                 |
| 廢光碟片 | VCD & DVD 片                       |         | 放置學務處裡廢光碟片專用回收桶 |
| 廢電池  | 廢乾電池                              | 水銀等鉛蓄電池 | 放置學務處裡廢電池專用回收桶  |
| 大型垃圾 | 桌椅、書櫃、壞掃具、壞雨傘                     |         | 大型回收日時，再統一回收    |
| 一般垃圾 | 各類沾有油脂，難清洗之餐具、紙杯、紙餐盤等、用過之髒塑膠袋、衛生紙 |         | 請放於專用垃圾袋內       |

註：有資源回收標誌之物品，請勿放入專用垃圾袋內，以免受罰。

（四）教室垃圾袋配發方式：以 4 天使用 1 個 44 公升中型垃圾袋為原則，

每 7 週配發一包 44 公升的中型垃圾袋或，兩包 14 公升的小型垃圾

袋請班級節省使用。

柒、本辦法經呈請校長核可後實施，修正後亦同。



## 臺北市中山區中正國民小學 104 學年度校園環境清潔實施計畫

### 壹、實施目的：

- 一、使全校掃除工作能在確保學生安全下進行。
- 二、由督導老師協助，讓學生能在規定的時間內完成掃除工作，不至影響學生上課。
- 三、讓導師能掌握學生在其他掃區的表現情形。

### 貳、實施方式：

- 一、一年級教室前十週由三年級派人支援打掃，二年級外掃區督導老師即為導師。  
三至六年級之打掃廁所由導師來督導，三至六年級之外掃區與督導人員已詳細列於科任老師及行政人員掃除區域督導表上(如附件一)，外掃區域(如附件二、三)。督導人員應於規定時間前往督導，將問題反映到訓導處衛生組。
  - 二、由二至六年級各班衛生股長(掃區負責學生)，於掃地結束後交由督導老師簽章並評比。
  - 三、每學期開學，由訓導處衛生組召集各負責班級擔任打掃的同學或廁所所長，觀看環保局所提供的清掃公廁之影片，並統一說明廁所清潔維護要點(附件四)。學期初，衛生組長亦輪流指導各打掃廁所之班級，亦請各班導師實地指導打掃。
  - 四、外掃區(專科教室)如不是每天安排打掃，請督導老師填寫於督導單上以便紀錄。
  - 五、督導老師請假或不克前往督導，請委託之代理人前往督導、簽章評比。
  - 六、督導單一維護清潔巡視登記表(如附件五)每隔一個月統一由衛生組換發。
  - 七、衛生組將每天打掃時間至各掃區作第一層督導與評比，並填寫掃區巡視紀錄表(見附件六)。
  - 八、全校掃除區域分配一覽表(見附件七)。
- 參、本辦法經由校長核可後實施之，修正亦同。

衛生組長：

學務主任：

校長



## 附件一 臺北市中山區中正國小 104 學年度

### 級科任老師及行政人員掃除區域督導表

- 一、各督導人員確定督導區域及掃除時間後簽名。如果表定時間沒有學生到場打掃，請督導人員自行和打掃班級聯絡，確定掃除時間。掃除區域督導表圖示如附件。
- 二、原則上為導師負責指導各外掃區、廁所及各班教室，因為導師分身乏術，為顧及學生安全，請行政人員在以上時間到場指導，與導師共同維護校園整潔與學生安全。
- 三、呈校長核示公布實施，修正時亦同。

| 督導人員 |        | 督導區域              | 表定<br>掃除時間  | 打掃<br>班級 |
|------|--------|-------------------|-------------|----------|
| 姓名   | 職稱     |                   |             |          |
| 李瑞欣  | 導師     | 停車場及圍牆花圃(1)、操場(1) | 10:15~10:30 | 201      |
| 李菁   | 導師     | 停車場及圍牆花圃(2)、操場(2) | 10:15~10:30 | 202      |
| 李惠芬  | 導師     | 停車場及圍牆花圃(3)、操場(3) | 10:15~10:30 | 203      |
| 黃韻蓉  | 導師     | 停車場及圍牆花圃(4)、操場(4) | 10:15~10:30 | 204      |
| 陳雅君  | 導師     | 司令台、B棟遊戲區(1)      | 10:15~10:30 | 301      |
| 周真真  | 出納組長   | 辦公室1樓走廊           | 10:15~10:30 | 302      |
| 簡郁慈  | 導師     | 辦公室前廣場(含B3樓梯)     | 10:15~10:30 | 302      |
| 孫淑琴  | 導師     | 廁所(A2)(含A棟2樓走廊)   | 10:15~10:30 | 303      |
| 林珮錡  | 訓育組長   | 表演教室              | 12:30~12:50 | 303      |
| 林蕙淇  | 導師     | B棟遊戲區(2)、A棟遊戲區    | 10:15~10:30 | 304      |
| 蕭世原  | 生教組長   | 北校園(含穿堂)          | 10:15~10:30 | 401      |
| 曾薺萱  | 導師     | 廁所(B1)            | 10:15~10:30 | 401      |
| 許文貞  | 英文科任教師 | 英文教室(D108)        | 12:30~12:50 | 401      |
| 楊曼姿  | 專任輔導教師 | 樓梯(B4)            | 10:15~10:30 | 402      |
| 劉慧芬  | 教學組長   | 樓梯(B5)            | 10:15~10:30 | 402      |
| 李坤樺  | 設備組長   | 樓梯(B6)            | 10:15~10:30 | 402      |
| 王懷寧  | 導師     | 廁所(D3)            | 10:15~10:30 | 402      |
| 劉惠如  | 幼兒園園長  | 幼兒園教室(3間)         | 12:30~12:50 | 402      |
| 黃玟鳳  | 輔導組長   | 樓梯(C1)            | 10:15~10:30 | 403      |
| 林育雅  | 導師     | 廁所(C2)            | 10:15~10:30 | 403      |
| 林永超  | 體育科任教師 | 樓梯(C2)            | 10:15~10:30 | 403      |
| 龐郁玥  | 自然科任老師 | 自然教室(D206)        | 12:30~12:50 | 403      |
| 張子龍  | 註冊組長   | C棟遊戲區(1)          | 10:15~10:30 | 404      |





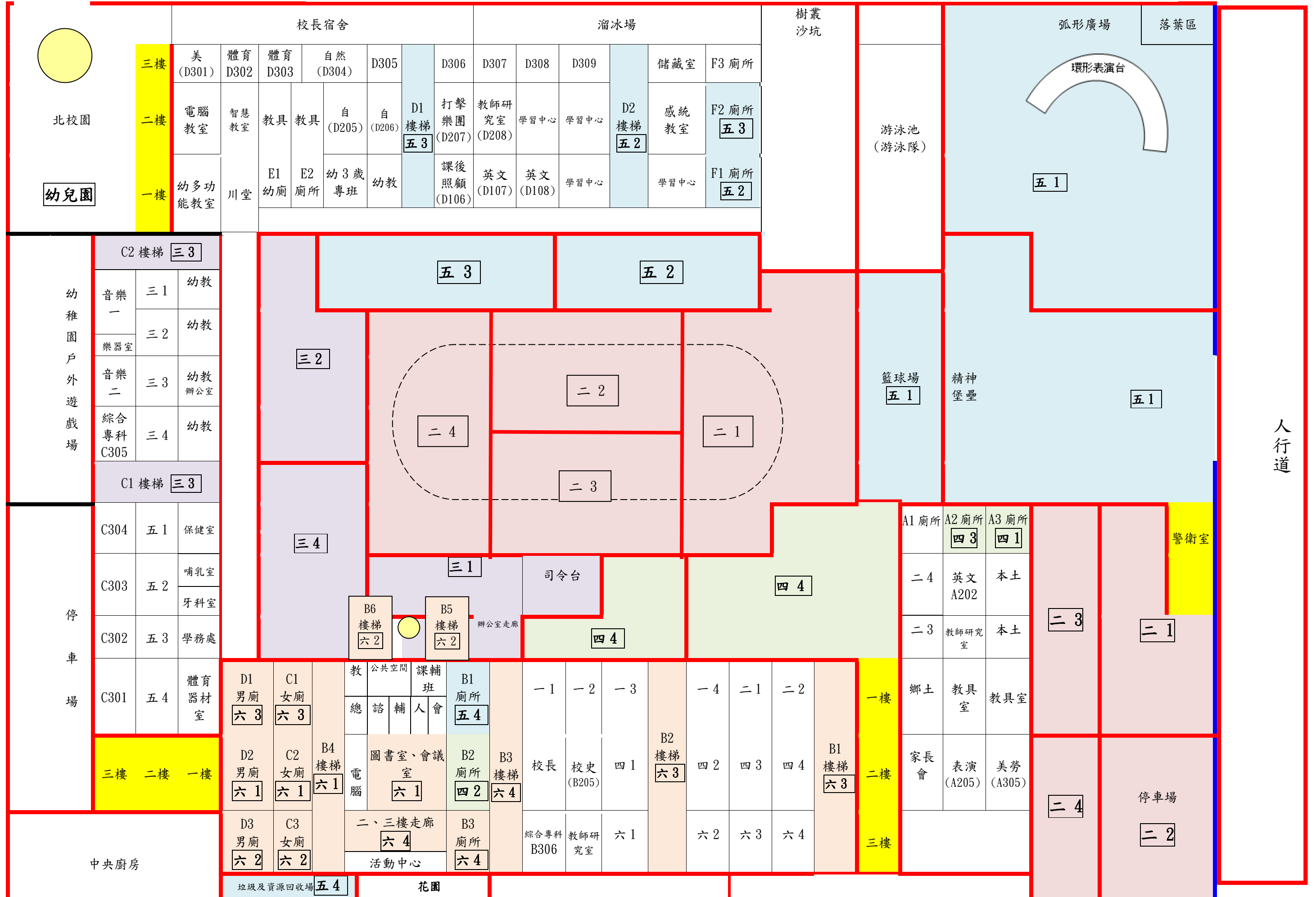
| 督導人員 |        | 督導區域               | 表定<br>掃除時間                 | 打掃<br>班級 |
|------|--------|--------------------|----------------------------|----------|
| 姓名   | 職稱     |                    |                            |          |
| 吳麗英  | 導師     | 廁所(D2)             | 10:15~10:30                | 404      |
| 黃惠琪  | 英文科任教師 | 英文教室(D208)         | 12:30~12:50                | 404      |
| 龍湘宜  | 導師     | 廁所(C3)             | 10:15~10:30                | 405      |
| 周佳音  | 營養師    | C棟遊戲區(2)           | 10:15~10:30                | 405      |
| 陳亭君  | 英文科任教師 | 英文教室(B205)         | 12:30~12:50                | 405      |
| 吳曉旻  | 導師     | 廁所(B2、B3)          | 10:15~10:30                | 501      |
| 潘芝慧  | 自然科任老師 | 自然教室(D205)         | 12:30~12:50                | 501      |
| 郭美壽  | 資料組長   | 樓梯(B2)             | 10:15~10:30                | 502      |
| 呂菁馨  | 導師     | 操場、籃球場、沙坑          | 10:15~10:30                | 502      |
| 郭瓊玲  | 音樂科任教師 | 音樂教室(D207)         | 12:30~12:50                | 502      |
| 蔡孟珊  | 特教組長   | 樓梯(B1)             | 10:15~10:30                | 503      |
| 吳淑婷  | 導師     | 校門口廣場、弧形廣場(含落葉堆積區) | 10:15~10:30                | 503      |
| 張馥梅  | 文書組長   | 校史室(B306)          | 12:30~12:50                | 503      |
| 黃麗玲  | 事務組長   | 校長室                | 12:30~12:50                | 503      |
| 郭淑茵  | 導師     | 廁所(A3)(含A棟3樓走廊)    | 10:15~10:30                | 504      |
| 賴婷妤  | 衛生組長   | 資源回收室              | 10:15~10:30<br>12:30~12:50 | 504      |
| 盧泱汀  | 美勞科任教師 | 美勞教室(A305)         | 12:30~12:50                | 504      |
| 尤姿涵  | 導師     | 廁所(F1)             | 10:15~10:30                | 601      |
| 徐國章  | 體育科任教師 | D棟遊戲區(1)           | 10:15~10:30                | 601      |
| 葉怡君  | 英文科任教師 | 英文教室(D107)         | 12:30~12:50                | 601      |
| 簡瑄媛  | 學習中心教師 | 樓梯(D2)             | 10:15~10:30                | 602      |
| 陳建震  | 導師     | 廁所(C1)             | 10:15~10:30                | 602      |
| 徐範臻  | 自然科任老師 | 自然教室(D304)         | 12:30~12:50                | 602      |
| 林珮錡  | 訓育組長   | 活動中心2、3樓走廊         | 10:15~10:30                | 603      |
| 石怡人  | 導師     | 廁所(E2)             | 10:15~10:30                | 603      |
| 許苑君  | 音樂科任教師 | 音樂教室(D106)         | 12:30~12:50                | 603      |
| 林珮君  | 導師     | 廁所(F3)             | 10:15~10:30                | 604      |
| 林士傑  | 體育組長   | D棟遊戲區(2)           | 10:15~10:30                | 604      |
| 待聘   | 系統師    | C棟三樓走廊             | 12:30~12:50                | 604      |
| 溫裕揚  | 學習中心教師 | 樓梯(D1)             | 10:15~10:30                | 605      |
| 王品嫻  | 導師     | 廁所(F2)             | 10:15~10:30                | 605      |
| 林阿生  | 資訊組長   | 電腦教室               | 12:30~12:50                | 605      |
| 黃意婷  | 幹事     | 圖書室、會議室            | 10:15~10:30                | 606      |
| 賴俊華  | 導師     | 廁所(D1)             | 10:15~10:30                | 606      |



| 督導人員 |        | 督導區域              | 表定<br>掃除時間  | 打掃<br>班級 |
|------|--------|-------------------|-------------|----------|
| 姓名   | 職稱     |                   |             |          |
| 郭芳村  | 美勞科任教師 | 美勞教室(D301 或 D309) | 12：30~12：50 | 606      |

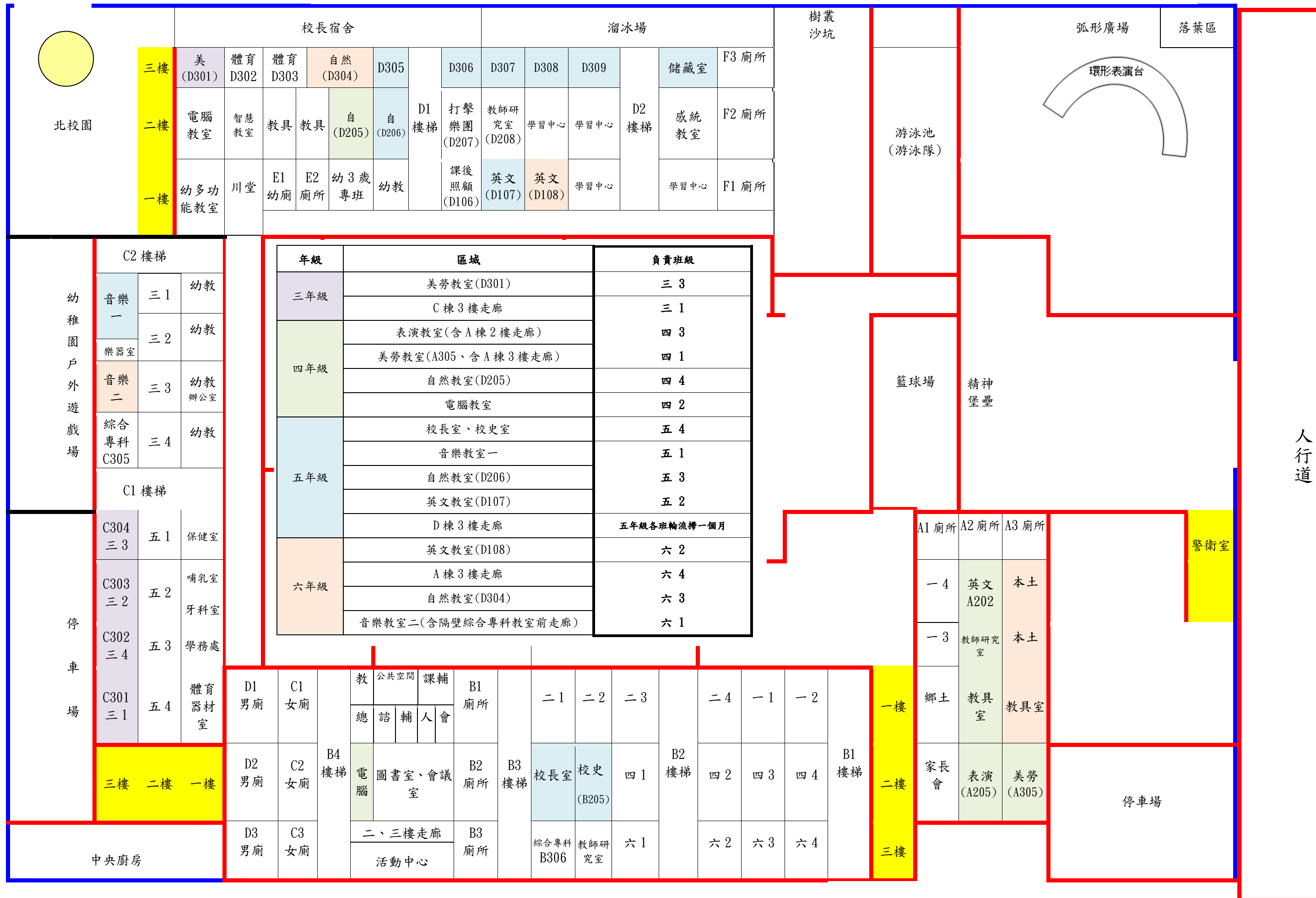


# 104 學年度清掃區塊(早晨 10:15~10:30)





# 104 學年度清掃區塊(中午 12:30~12:50)





## 附件四 廁所清掃流程

- 一、首先清理大小便池：一般尿、糞垢只需用小圓刷或垃圾夾用力刷完後沖水即可清除，視情形都可在 2 至 3 分鐘之內即可完全清除；若有水垢及頑垢時，在用清潔劑或洗白水對準噴抹五分鐘後，再用小圓刷或垃圾夾刷完後沖水即可清除，須注意清潔劑若沾上皮膚請立即用水清洗即無大礙。
- 二、垃圾桶內加裝垃圾袋，天天夾取垃圾桶的紙屑、衛生紙及垃圾集中於一垃圾袋內，打掃完簡單綁好即可，再換裝新的垃圾袋，其他垃圾桶隔兩或三天後換裝新的垃圾袋；每天將垃圾集滿後，請扎實綁好後至垃圾場丟置。
- 三、將排水孔和便器之紙屑、渣物清除，以免阻塞。
- 四、以菜瓜布或抹布擦拭洗手檯及拖把槽之污漬、大小便池之其上平台和矮隔牆上之灰塵，必要時可加洗衣粉（清潔液）刷洗，再以水沖淨。
- 五、鏡子：以布或報紙擦乾淨，莫留水痕；必要時可加窗戶或浴室清潔液刷洗。
- 六、廁所門板：以濕布抹淨即可。
- 七、地板：以掃帚掃除泥沙灰塵，再用拖把（微溼不滴水為原則）將地面拖乾淨並拖乾。務必保持地板乾燥，以不弄濕地板為前提。（要訣：地面若髒，濕拖把先拖過，再以乾拖把拖乾；地面若只有水滴，逕以乾拖把拖乾。）
- 八、廁所前走廊：用掃把掃過二次即可。
- 九、廁所內盆栽：每天澆二次水即可。
- 十、打掃完將掃具整齊擺放掃具間。
- 十一、最後請廁所所長或導師檢查二次方可離開。
- 十二、打掃班級請隨時檢查廁所，以發現有無異狀或損壞，並立即報請總務處加以處理；並請校長、學務主任、總務主任及衛生組長等定期巡查，發現有不潔或損壞情形，應立即請負責班級加強或請學校技工修繕，使每間廁所均隨時保持清潔與堪用的狀況。



# 附件五 臺北市中正國小 104 學年度掃除區域督導檢核表

督導區域名稱：\_\_\_\_\_ 清掃班級：\_\_\_\_\_ 督導教師：\_\_\_\_\_

| 日期  | 情形(表現優良者可註明於「其他」欄)                                                                                                                                                                                                         | 督導者 |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |
| 月 日 | <input type="checkbox"/> 優秀 <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 垃圾或污物堆積未清<br><input type="checkbox"/> 掃具未放好 <input type="checkbox"/> 沒人清理<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |     |



臺北市中正國小掃區 104 學年度  
掃區巡視紀錄（日期：\_\_\_\_\_）

| 日期 | 掃區 | 打掃班級 | 巡視紀錄 |
|----|----|------|------|
|    |    |      |      |
|    |    |      |      |
|    |    |      |      |
|    |    |      |      |
|    |    |      |      |

衛生組長：

學務主任：

校長：



## 掃除區域分配一覽表

一、以班級附近的掃除區域為分配原則。

二、以學生年紀與打掃能力來分配掃除區域的多寡。

【一年級】教室為主，不加外掃區。

【二年級】教室 + 二個外掃區（早晨）。

【三年級】

教室 + 一個外掃區（早晨）+ 第一學期前十週需協助一年級（中午）。

【四年級】

教室 + 一個外掃區（早晨）+ 專科教室（中午）。

【五年級】

教室 + 廁所（早晨）+ 一個外掃區（早晨）+ 專科教室（中午）。

【六年級】

教室 + 廁所（早晨）+ 一個外掃區（早晨）+ 專科教室（中午）。

五、六年級因畢業的空窗期，故不排門面之掃除區域。

六、六年級畢業後，其負責之掃區（該班教室除外）由五年級代為打掃。



## 附件七之二 各年級掃區分配表

### ➤ 六年級

| 班級  | 廁所            | 室外掃區                   | 專科教室                   | 本班教室 |
|-----|---------------|------------------------|------------------------|------|
| 六 1 | 廁所<br>(C2、D2) | 圖書室、會議室                | 音樂教室二<br>(含 C305 教室走廊) | 本班教室 |
| 六 2 | 廁所<br>(C3、D3) | 樓梯(B5、B6)              | 英文教室(D108)             | 本班教室 |
| 六 3 | 廁所<br>(C1、D1) | 樓梯(B1、B2)              | 自然教室(D304)             | 本班教室 |
| 六 4 | 廁所(B3)        | 樓梯(B3)<br>活動中心 2、3 樓走廊 | A 棟 3 樓走廊              | 本班教室 |

### ➤ 五年級

| 班級  | 廁所     | 室外掃區                       | 專科教室          | 本班教室 |
|-----|--------|----------------------------|---------------|------|
| 五 1 |        | 校門口廣場、弧形廣場(含<br>落葉堆積區)、籃球場 | 音樂教室一         | 本班教室 |
| 五 2 | 廁所(F1) | 樓梯(D2)、D 棟遊戲區(1)           | 英文教室(D107)    | 本班教室 |
| 五 3 | 廁所(F2) | 樓梯(D1)、D 棟遊戲區(2)           | 自然教室(D206)    | 本班教室 |
| 五 4 | 廁所(B1) | 資源回收室                      | 校長室、校史室(C303) | 本班教室 |

❖ D 棟 3 樓走廊：4 個班級輪流掃，每班掃一個月。

### ➤ 四年級

| 班級  | 廁所     | 室外掃區          | 專科教室                        | 本班教室 |
|-----|--------|---------------|-----------------------------|------|
| 四 1 | 廁所(A3) |               | 美勞教室(A305)<br>(含 A 棟 3 樓走廊) | 本班教室 |
| 四 2 | 廁所(B2) |               | 電腦教室                        | 本班教室 |
| 四 3 | 廁所(A2) |               | 表演教室(A205)<br>(含 A 棟 2 樓走廊) | 本班教室 |
| 四 4 |        | B 棟遊戲區(1)、(2) | 自然教室(D205)                  | 本班教室 |





➤ 三年級

| 班級  | 室外掃區          | 專科教室                 | 本班教室 |
|-----|---------------|----------------------|------|
| 三 1 | 司令台、辦公室前廣場、走廊 | 美勞教室(D301)、C301 教室走廊 | 本班教室 |
| 三 2 | C 棟遊戲區(2)     | C303 教室走廊            | 本班教室 |
| 三 3 | 樓梯(C1、C2)     | C304 教室走廊            | 本班教室 |
| 三 4 | C 棟遊戲區(1)     | C302 教室走廊            | 本班教室 |

➤ 二年級

| 班級  | 室外掃區              | 本班教室 |
|-----|-------------------|------|
| 二 1 | 停車場及圍牆花圃(1)、操場(1) | 本班教室 |
| 二 2 | 停車場及圍牆花圃(2)、操場(2) | 本班教室 |
| 二 3 | 停車場及圍牆花圃(3)、操場(3) | 本班教室 |
| 二 4 | 停車場及圍牆花圃(4)、操場(4) | 本班教室 |



### 三、臺北市中山區中正國民小學 104 學年度第一學期營養午餐暨乳品供應計畫

#### 參與意願調查表

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 姓名：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_號

#### 【營養午餐部分】

1. 是否清寒補助戶?(需檢附證明：104 年低收入戶卡或 104 年中低收入戶卡)  
是 (請直接填寫第 4 題)  
否 (請填第 2 或第 4 題即可)
2. 整學期參加營養午餐者(半天課不供餐)  
餐食類別：葷食  
繳費方式：整學期繳費(納入四聯單繳交)  
每個月繳費(請於前個月底至總務處繳交)
3. 不參加營養午餐者  
家人送餐  
自行蒸飯
4. 請問訂餐的方式為何? (僅清寒補助戶者填寫)  
週一至五均訂餐  
依照學生上整天課的時間訂餐  
週一至五均不訂餐

#### 中正國小營養午餐退費須知

\* 學生辦理營養午餐退費，請依以下規定向級任老師或學務處提出申請：

一、事假：連續超過三日(含三日者)，請於五日前(五個上班日)提出申請。

二、病假：連續請假三日以上(含三日)者得以退費，惟須於復課後三個上課日內提出申請。

三、不接受全月停餐或單一月份訂餐。

#### 【乳品供應部分】

為了提升臺北市國小學童鈣質攝取，補充優質的營養來源，臺北市政府推動「臺北市國小學童乳品供應計畫」。藉由提供國小學童每週 1 次牛奶的方式，提升學童鈣質攝取，並配合體育及運動教學的推廣，使學童有良好的體格，讓孩子贏在起跑點。

◎本校供應時間：以每週四晨光時間為原則。

請勾選是否願意成為臺北市公私立國民小學 104 年度乳品供應計畫的對象，每週免費提供一次牛奶供應。

- 願意喝牛奶
- 因特殊原因(如、乳糖不耐症、過敏、無法接受其風味…等)無法飲用乳品,但願意以下列產品替代供應【豆漿、優酪乳擇一勾選】
- 豆漿(低糖)
- 優酪乳(無糖)
- 謝謝，不願意參加

學生家長：\_\_\_\_\_ (簽章)

\* 請於 9/1 (二) 交給導師，收齊後送至學務處衛生

組。



### 臺北市中正國小營養午餐退費補充說明

- 一、全學年活動或校外教學退費，請於備課日或開學前提出，併於四聯單收費扣除。
- 二、各班退費需知：請於每月月底前提出下個月的退餐申請(需於退餐日前五個工作日提出)。
- 三、相關費用於四聯單入庫後會計程序完備後一併退費，上學期退費日 105.1.11 前、下學期退費日 105.6.15 前。





## 四、臺北市中山區中正國民小學 104 學年度健康促進學校實施計畫

### 壹、前言

為落實推動學校衛生法暨相關子法，促進本校全面評估學生(含教職員工)衛生與健康促進需求，結合社區資源，透過健康教育與活動及健康服務之實施，引導學生自發性及自主的建立健康管理，共同營造衛生健康之校園。促進學生身體健康，特訂定本計畫。

貳、依據：104.8.4 北市教體字第 10448681400 號函

### 參、背景說明

#### 一、簡介：

103 學年度臺北市國小共計 150 所，班級數約為 4800 班，學生人數為 122,490 人；本校共計 27 班，學生數為 731 人。

#### 二、本校與本市、全國學生健康資料統計分析比較

##### (一) 視力保健：

依據「學生健康資訊管理系統」資料顯示，本市國小學生平均視力不良率逐年下降，惟仍高於全國平均，顯示學生視力保健工作為本市亟需加強改善議題之一。本市國小視力不良率雖有下降之趨勢，仍高於全國平均，應加強此階段之控度工作，避免高度近視學生增加。如表 1 所示，視力不良情況隨著年級增加，比率亦逐漸增加，顯示視力保健預防工作應從低年級開始做起。

表 1 本校與臺北市 101~103 學年度國小學生視力不良率比較表(單位：%)

| 學年度 | 來源   | 一年級   | 二年級   | 三年級   | 四年級   | 五年級   | 六年級   | 平均    | 全國平均  |
|-----|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 101 | 本校   | 35.57 | 36.8  | 60.95 | 65.67 | 78.57 | 77.58 | 59.19 | 49.28 |
|     | 本市國小 | 28.00 | 47.66 | 48.44 | 56.64 | 64.26 | 68.81 | 51.97 |       |
| 102 | 本校   | 34.3  | 51.5  | 51.4  | 62    | 66.7  | 73    | 56.4  | 48.06 |
|     | 本市國小 | 27.65 | 45.99 | 46.44 | 56.14 | 64.94 | 68.87 | 50.74 |       |
| 103 | 本校   | 20.2  | 42.2  | 65.3  | 54.8  | 66.7  | 73.5  | 53.7  | 尚未公布  |
|     | 本市國小 |       |       |       |       |       |       |       |       |

此外，就本校學生視力不良率之比較分析，如圖1、圖2、圖4所示：

1. 追蹤本校101~103學年度三學年度視力不良率的平均皆高於本市及全國(如圖1)；
2. 本校100學年度後各學年三年的表現，發現隨著年級增加，裸視視力不良比率也隨之增加。而亦發現第二學期的視力不良率大部分均比第一學期高，此也支持隨著年級(年齡)增加，視力不良率亦隨之提升(如圖2)。
3. 本校視力不良就診率隨著年齡增加而下降，顯示越高年級家長積極度較低，導致就診率較低。年級越低，經學校宣導，家長較為積極，主動關注學生視力保健工作，因而達成的比率較高。102學年度第一、二學期在健康中心及老師的努力下，全校平均視力不良就診率幾乎皆在95%以上，此表示老師協助及叮嚀家長帶學生複檢的效用較高，但102學年度第二學



期六年級就醫率明顯偏低，需加強衛教，提醒家長及學童注意視力保健的重要性。

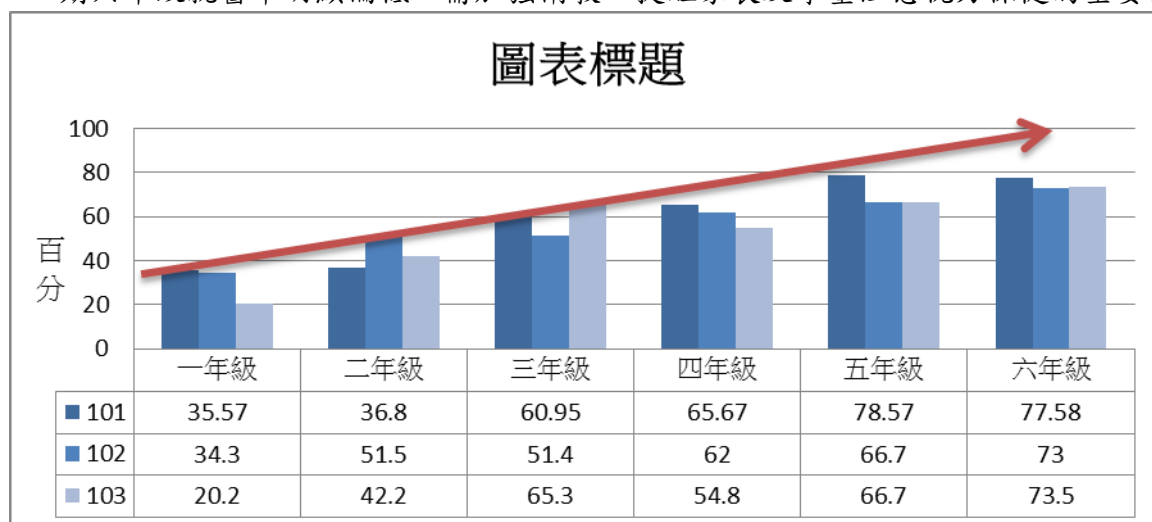
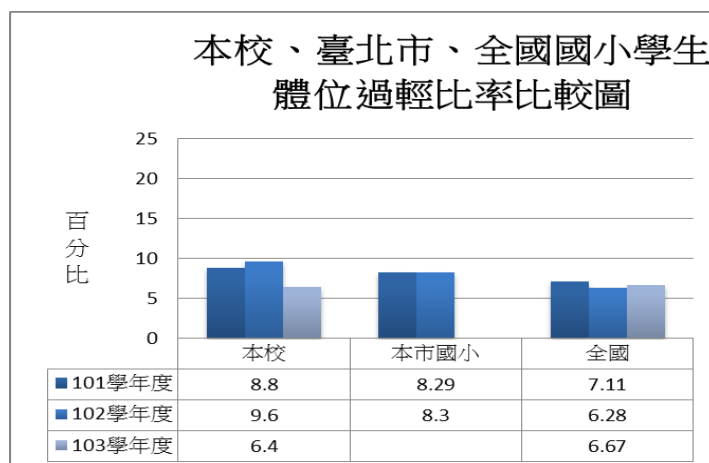


圖1 100~102學年度本校、臺北市、全國國小學生視力不良率圖



## (二) 健康體位：

依據「學生健康資訊管理系統」資料顯示，本校101、102、103學年度國小學生於體位過重及肥胖之比率低於全國平均比率，顯示本校於健康體位之推動有一定之成效。另本校101、102、103學年度體位過輕比率高於臺北市及全國平均比率(如圖2)，推測本校學生受同儕風氣及社會審美觀之影響，應注意過度減重造成之學生健康問題。學校應落實營養教育課程，加強學生均衡飲食知能。另持續針對體位不佳之學生個案管理及輔導，提升本校體位適中之比率。

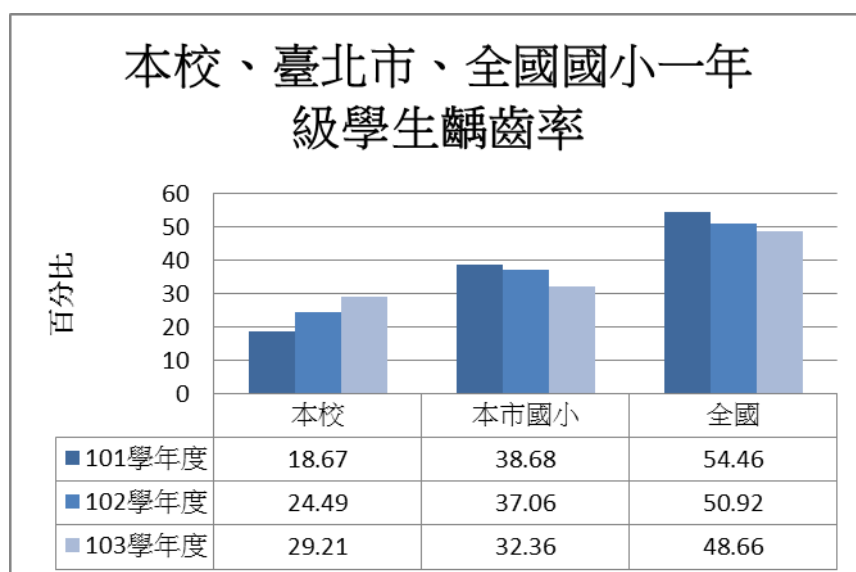


## (三) 口腔保健：

依據「學生健康資訊管理系統」資料顯示，本校國小一、四年級齲齒率及齲齒就醫率逐年改善且優於臺北市、全國平均甚多(如表1、表2)，顯示本校口腔保健工作成效良好。依年級齲齒率比較顯示，國小四年級齲齒率高於一年級，顯示高年級口腔保健觀念仍需加強。

表2 本市100~102學年度國小一年級齲齒率比較表(單位：%)

| 學年度 | 101   |       |       | 10    |       |       | 102   |       |       |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|     | 本校    | 本市    | 全國    | 本校    | 本市    | 全國    | 本校    | 本市    | 全國    |
| 齲齒率 | 18.67 | 48.68 | 54.44 | 24.49 | 47.06 | 50.92 | 29.21 | 32.36 | 48.66 |







進一步觀察本校 101、102 學年度一至六年級齲齒複檢比較，可發現各學年度複檢率皆可達到 90%以上，除了 103 學年度因駐校牙醫師口腔檢查時間較晚，故學童複檢未全數完成，學童仍陸續回診就醫中。此顯示**學校老師能重視口腔複檢的話，學生與家長亦重視之**。反之，若未叮嚀、提醒，學生齲齒複檢率就會有偏低的狀況。

#### 肆、臺北市104學年度選定必選議題

- 一、視力保健
- 二、健康體位
- 三、口腔保健
- 四、菸害防制
- 五、性教育（愛滋防治）
- 六、全民健保
- 七、正確用藥

#### 伍、推動策略

臺北市 102 學年度視力不良率、體位過輕比率皆高於全國平均，將列為 104 學年度全市重點推動之議題。依「教育部學生健康資訊系統」本市

102

學年度學

生健康檢查資料統計分析，列出本市視力保健及健康體位等高關懷學校，並列為優先推動之學校。學校依 102 學年度健康檢查結果，評估校內健康問題，選定重點推動議題，本校重點推動議題為-視力保健及口腔保健，於學期初召開衛生保健會議，研訂推動具體措施。

#### ◎國小學童防齲減度專案：

1. 實施對象：國小二、三、四年級學生。
2. 具體措施
  - (1) 編印高度近視/防齲問卷、同意書及護照，發放本市國小各目標學童。
  - (2) 由家長攜護照帶學童至本市合約醫療院所，進行散瞳後驗光完整視力檢查/口腔檢查與窩溝封填。
  - (4) 建置本市國小學童視力/口腔檢查資料庫；合約醫療院所於檢查後，將學童檢查結果鍵入資料庫。
  - (4) 每月針對合約醫療院所申報之統計表，於系統進行核對工作。
  - (5) 完成學童高度近視防治/口腔調查問卷資料統計分析。



### 陸、臺北市年度指標

| 議 題  | 年度指標項目                                                                                                                                                                                                                                                              | 年度指標值                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 視力保健 | <p>1-1 本市高中職以下學校追蹤學生視力 0.6-0.8 族群。</p> <p>1-2 國中小學校執行護眼操。</p> <p>1-4 追蹤高度近視學生視力不惡化。</p> <p>1-4 高中職以下學校追蹤輔導視力檢查結果異常學生矯治。</p> <p>1-5 提升學生視力保健知能。</p> <p>1-6 提升國中小學生戶外活動時間及規律用眼 4010 比率。</p>                                                                           | <p>1-1 學生裸視不良率下降 1%，裸視篩檢視力不良就醫複檢率提升 1%</p> <p>1-2 本市國中小學校學生視力 0.6-0.8 族群比率不惡化或減少。</p> <p>1-4 本市國中小學校每日至少執行護眼操 1 次學校數達 90%。</p> <p>1-4 本市國中小學校學生高度近視學生族群比率不增加或減緩。</p> <p>1-5 輔導及回收學生複檢矯治回條率學生數達 95%。</p> <p>1-6 提高達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼 40 分鐘，休息 10 分鐘視力保健行動目標之學生人數比率達 90% 以上(規律用眼 4010)。</p> <p>1-7 提升每校學生每天戶外活動時間 120 分鐘比率達 90%。</p> |
| 健康體位 | <p>2-1 推動晨間或課間健身運動，各校依場地、設施、時間規劃健身運動，培養學生規律運動習慣。提升學生每週課間運動 4 次人數比率。</p> <p>2-2 學校每月追蹤肥胖學生生活管理。學校實施體位篩檢，針對體位不良學生實施專案管理，包含諮詢、教育及轉介等，減少學生肥胖及過輕比率。</p> <p>2-4 指導國中小學校正確健康飲食教育認知及行為。</p> <p>2-4 提升本市國中小學校學生體位正常學生比率。</p> <p>2-5 結合各區營養師，協助各校辦理營養教育及宣導，並由各校辦理多元活動或競賽。</p> | <p>2-1 肥胖學生比率降低 1%；學校過輕學生比率降低 1%。(部定指標)</p> <p>2-2 體位正常學生比率至少維持原幅度或提升 2%。</p> <p>2-4 每校每學年度至少辦理宣導教育 1 場次。學生正確認知率達 90% 以上。</p> <p>2-4 學生每週累積運動量 210 分鐘平均達成率 90%。</p> <p>2-5 每天睡足 8 小時目標之學生比率達 90%。</p> <p>2-6 每天在校午餐蔬菜一份半目標之學生比率達 90%。</p>                                                                                             |
| 口腔衛生 | <p>4-1 提高本市國中小學生每日潔牙次數。</p> <p>4-2 國小學校指導學生使用貝氏刷牙法潔牙技巧，並於每學年辦理潔牙比賽。</p> <p>4-4 降低本市高中職以下學生齲齒率。</p> <p>4-4 提高本市高中職以下學校追蹤輔導口腔檢查結果異常學生矯治比率。</p>                                                                                                                        | <p>4-1 學生初檢齲齒率下降 1%；提高口腔檢查結果異常學生矯治率提升 1%。</p> <p>4-2 本市國中小學生每日潔牙次數至少達 2.5 至 4 次達 90%。</p> <p>4-4 學生午餐餐後潔牙比率達 90%。</p> <p>4-4 國小學校每學年於校內辦理潔牙活動至少 1 場達 95%。指導學生會使用貝氏刷牙法之學生數達 90% 以上。</p> <p>4-5 本學年度降低本市高中職以下學生齲齒率 2%。</p>                                                                                                              |



|      |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                   |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 性教育  | <p>4-1 校園師生對性教育防治教育訓練場次(課程內容含愛滋防治教育)。</p> <p>4-2 性教育防治教育教師研習時數(針對健康教育老師、輔導教師、護理人員及教官)。</p> <p>4-4 本市高中職學校配合『世界愛滋病日』辦理校園愛滋病預防教育週宣導活動。</p>                | <p>4-1 每校每學年度至少辦理愛滋病教育或性教育宣導 2 場次,正確認知率及性態度正向率達 90% 以上。</p> <p>4-2 每人每學年度達 8 小時以上,正確認知率達 90% 以上。</p> <p>4-4 每校每學年度至少辦理宣導 1 場次。</p>                                                                                                |
| 菸害防制 | <p>5-1 本市高中職以下學校辦理菸害防制宣導教育。</p> <p>5-2 充實相關課程中有關菸害之防制教育</p> <p>5-4 辦理吸菸學生成功戒菸獎勵措施</p> <p>5-4 落實教職員工於校園內 0 吸菸率。</p> <p>5-5 輔導未滿 18 歲青少年學生吸菸學生進行戒菸教育。</p> | <p>5-1 本市無菸校園率及無檳校園率達 100 %。</p> <p>5-2 每學期至少 1 次。本市國中小學校學生正確認知率達 90% 以上。</p> <p>5-4 吸菸學生參與戒菸率達 90%。</p> <p>5-4 學生吸菸率 4% 以下。</p> <p>5-5 校園二手菸暴露率 4% 以下。</p> <p>5-6 稽查教職員工生之吸菸行為,做成紀錄並就有吸菸行為之教職員工生進行戒菸教育。</p> <p>5-7 持續辦理春暉專案。</p> |
| 全民健保 | <p>6-1 宣導「全民健保」永續經營概念,</p> <p>6-2 建立學生利用全民健保之正確態度。</p>                                                                                                  | <p>6-1 對全民健保有正確認知比率達 85%。</p> <p>6-2 珍惜全民健保行為比率達 85%。</p> <p>6-4 每校每學年度至少辦理宣導 1 場次。</p>                                                                                                                                           |
| 正確用藥 | <p>7-1 遵醫囑服藥率。</p> <p>7-2 不過量使用止痛藥比率。</p> <p>7-4 學生家庭具有用藥諮詢電話比率。</p>                                                                                    | <p>7-1 遵醫囑服藥率達 90%。</p> <p>7-2 不過量使用止痛藥比率達 95%。</p> <p>7-4 學生家庭具有用藥諮詢電話比率達 90%。</p>                                                                                                                                               |



## 柒、本校具體實施策略

### 一、視力保健

| 內容向度                                                                                                                                                                                   | 實施策略                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. 持續推動「臺北市國民中小學校視力保健操推動實施計畫」。</p> <p>2. 每學期辦理學生視力檢查，發送檢查結果通知書，由學校指派專人於2個月內完成紀錄追蹤矯治情形，針對高度近視及0.6-0.8學生進行追蹤。</p> <p>4. 推動「國小學童健康起步4年計畫」-「防齲減度專案計畫」</p> <p>4. 完成全面汰換本校普通教室照明設備計畫。</p> | <p>1. 優先追蹤學生視力0.6-0.8之學生族群，以減緩高度近視之發生。</p> <p>2. 學校定期檢測教室燈光照度，每學期至少檢測乙次，並作成紀錄。</p> <p>3. 學期初進行學生視力篩檢，並在檢查後一個月內通知家長篩檢結果，並登錄學生視力初、複檢資料庫，及不定期實施視力保健親職教育。</p> <p>4. 加強綠化校園，指導學生確實下課至戶外活動，<b>每天至少戶外活動120分鐘。</b></p> <p>5. 學校依據新型課桌椅對號入座原則，訂定課桌椅更新及維修計畫，按學生身高配置正確型號之課桌椅，班級張貼正確新型課桌椅使用對照表。</p> <p><b>6. 教師指導規律用眼4010習慣。</b></p> <p>7. 參加校長、衛生組長及校護視力保健共識會議。</p> <p><b>8. 推動愛眼健康操：</b>(附件一)<br/>(1) 全校利用週五兒童朝會及每日11:10下課時間實施愛眼健康操。<br/>(2) 期初發放班級愛眼健康操統計表，請班級導師登錄每日實施次數，於期末回收。</p> <p><b>9. 針對高度近視學生個案列管，追蹤學童達到控度防盲目地。</b></p> |

### 二、健康體位

| 內容向度                                                                                                                                                 | 實施策略                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. 每學期辦理實施體位篩檢，針對體位不良學生實施專案管理，包含諮詢、教育及轉介等，減少學生肥胖、過輕比率。</p> <p>2. 推動晨間或課間運動。</p> <p>4. 落實相關課程教學正常化，並將「營養教育」、「健康體位」、「健康飲食」等議題融入教學活動中，培養學生正確之認知。</p> | <p>1. 針對體位過輕學生，指導正確健康飲食及營養教育，提昇正確認知。</p> <p><b>2. 學校推動85210策略：每天睡足8小時、每天5蔬果、每天使用電子產品不超過2小時、學生每天喝水達1500cc、每天運動40分鐘以上。</b></p> <p>3. 針對各年級學生辦理各項營養教育宣導活動。</p> <p>4. 教師將「營養教育」、「健康體位」、「健康飲食」等議題融入班級教學活動中，培養學生正確之認知。</p> |



### 三、口腔衛生

| 內容向度                                                                                                                                                                                                       | 實施策略                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. 持續與社區牙醫師簽約進行學生牙齒檢查，每學期牙醫師駐校檢查至少 1 次。</p> <p>2. 訂定口腔保健推動計畫（含指導貝氏刷牙法、餐後潔牙及使用含氟水漱口等措施），並列入行事曆辦理。</p> <p>4. 每學期辦理學生口腔檢查，發送檢查結果通知書，由學校指派專人於 2 個月內完成紀錄追蹤矯治情形，針對檢查結果異常學生進行追蹤。</p> <p>4. 推動國小學童口腔保健防齲專案。</p> | <p>1. 持續推動「潔牙 444」活動（4 餐飯後要刷牙、每次刷牙至少 4 分鐘、餐後 4 分鐘內要刷牙）</p> <p>2. 實施含氟漱口水：每週二午餐飯後潔牙實施，請導師將班級學生實施情形登錄於紀錄表。</p> <p>3. 運用口腔保健教育教材，落實潔牙技巧教學活動。</p> <p>4. 選拔潔牙小天使，協助推動正確刷牙、牙線使用、檢視潔牙用具是否適用。</p> <p>5. 學校於學期初進行學生口腔檢查，並於檢查後一個月內通知家長篩檢結果；<b>利用家長聯絡簿進行睡前潔牙行為檢視。</b></p> <p>6. 落實學生健康個案管理，登錄牙齒檢查紀錄並追蹤矯治情況。</p> <p>7. 針對嚴重齲齒學生個案列管，追蹤矯治以提高矯治率。</p> <p>8. 公開獎勵口腔保健生活習慣優良學生，樹立良好學習典範。</p> <p>9. 訂定口腔保健推動計畫(附件一)。</p> |

### 四、性教育（含愛滋防治）

| 內容向度                                                                 | 實施策略                                              |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <p>推動性教育宣導教育，包括兩性青春期生理變化、身體界線、戀愛交往互動、愛滋病及常見性病防治、安全性行為（保險套）、網路色情等</p> | <p>1. 融入相關領域課程，提升學生性教育知能。</p> <p>2. 辦理相關競賽活動。</p> |

### 五、菸害防制

| 內容向度                                                                                                                                                       | 實施策略                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. 與衛生局合作，協助落實推動菸害防制法、戒菸教育實施辦法暨相關法規，預防及降低菸害發生以維護教職員工生之健康。</p> <p>2. 結合社區資源，透過教學活動及健康服務之實施，引導學生、教職員工遠離菸害。</p> <p>4. 營造無菸校園環境。</p> <p>4. 劃設校園「無菸人行道」。</p> | <p>1. 針對吸菸之教職員工生提供戒菸相關服務及資源(如：設置戒菸資訊站)、或轉介至專業戒菸機構(如：戒菸門診、戒菸治療團體、戒菸專線、戒菸網站等)。</p> <p>2. 落實無菸環境，加強稽查及取締教職員工生之吸菸行為。</p> <p>3. 持續運用相關資源，如志工家長團隊、學生社團、教職員社團等，合力推動無菸校園活動，並邀請校園周邊之社區團體及商家加入無菸社區營造活動（如：推動無菸商店、無菸家庭）</p> <p>4. 規劃校園緊鄰人行道之學校，劃設「無菸校園人行道」。</p> |





## 六、全民健保

| 計畫內容                                | 實施策略                                               |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 宣導「珍惜健保、正確就醫、正確用藥、自助互助及照顧弱勢等」概念正確認知 | 1. 印發宣導單張。<br>2. 利用家庭聯絡簿、作業簿，印製宣導短語，提醒學生及家長珍惜健保資源。 |

## 七、正確用藥

| 向度                  | 實施策略                                               |
|---------------------|----------------------------------------------------|
| 推動用藥安全教育，以養成學生健康行為。 | 1. 印發宣導單張。<br>2. 利用家庭聯絡簿、作業簿，印製宣導短語，提醒學生及家長珍惜健保資源。 |

八、本計畫經本校 104 學年度衛生保健會議討論，俟 鈞長核可後實施。

護理師：

學務主任：

校長：

營養師：

衛生組長：



## 附件一

# 臺北市國民中小學校視力保健操推動實施計畫

## 一、依據

- (一) 教育局第 9904 次局務會議局長指示。
- (二) 99 年議會總質詢議員建議。
- (三) 98 學年度國民中小學校長會議市長指示。
- (四) 本校 104 學年度健康促進學校實施計畫。

## 二、目的

- (一) 加強教師與學生了解視力保健的重要性，並能每日力行實踐視力保健操。
- (二) 建構教師與學生，對於視力保健自主管理的行為與習慣。
- (三) 提升家長對於學生視力保健的重視，配合教育宣導與生活指導。
- (四) 強化國民中小學對於學生視力保健之積極性規劃措施與執行績效。

三、實施對象：本市公私立國中、小學校學生。

四、實施期程：每學年分上、下學期執行。

## 五、實施方式

### (一) 行政規劃

1. 本市國中、小學校訂定愛 eye 元氣護眼操實施計畫，成立視力保健執行推動小組。
2. 本市國中、小學校納入學期行事曆並落實執行。
3. 訂定校內推動愛 eye 元氣護眼操獎勵辦法。

### (二) 執行策略

1. 每日播放由本局所研發之愛 eye 元氣護眼操 DVD 乙次，並指導學生做護眼操，包含穴道按摩、眼球運動、趣味律動護眼念謠等部分。
2. 國民小學學生每學期填寫「護眼金頭腦」(附件一-1) 知識性試題，學校經常性於兒童朝會辦理「護眼金頭腦」有獎徵答活動以強化學生視力保健之認知層次。
3. 定期辦理視力檢查以及追蹤視力改善情形。
4. 校定期舉辦視力保健相關學藝活動或競賽。

### (三) 教育訓練

1. 定期辦理學生視力保健宣導活動(每學期至少 1 次)
2. 定期辦理教師視力保健相關研習活動(每學期至少 1 次)

## 六、獎勵措施

- (一) 每學期執行愛 eye 元氣護眼操 80 次以上之班級，指導教師核予記功乙次；達 60 次以上之班級，指導教師核予嘉獎 2 次；達 40 次以上之班級，指導教師核予嘉獎 1 次。前開指導教師係指實際執行人員，不侷限於班級導師。
- (二) 每學期全校各班執行愛 eye 元氣護眼操平均次數達 40 次以上之學校，校長、承辦業務主管 1 人各核予嘉獎 2 次，衛生組長(或承辦人員)核予記功 1 次。

八、本計畫經核定後實施，修訂時亦同。





附件一-1

## 護眼金頭腦

年 班 姓名：

家長簽名：\_\_\_\_\_

### 是非題：

1. ( ) 長時間、近距離用眼不當，是造成視力不良的原因。
2. ( ) 均衡的飲食和眺望遠山綠樹，對眼睛健康會有幫助。
4. ( ) 小蟲或異物掉入眼睛時應該用力揉一揉。
4. ( ) 視力不良不需要追蹤檢查，只要多做護眼操就可以矯正。
5. ( ) 眼睛出現酸、疼、澀、麻...時，表示用眼過度了!

### 選擇題：

1. ( ) 下列哪一項是導致視力不良的原因？  
①充足的睡眠 ②適量的室內外體能活動  
③長時間持續用眼 ④看電視時利用廣告時間閉眼休息
2. ( ) 選出可以放鬆眼球肌肉的動作...  
①眼球繞圈 ②用力眨眼 ③望遠凝視  
④以上皆是
4. ( ) 請選出對視力保健有幫助的方式...  
①躺著或趴著看書 ②閱讀時光線要充足  
③在搖搖晃晃的車上看書 ④視力正常的人不用做護眼操
4. ( ) 戴眼鏡矯正視力有許多不方便的地方，請找出不正確的敘述...  
①比較省錢 ②吃熱食鏡面會起霧氣  
③戴著眼鏡運動或打球時 ④鼻樑和耳朵有壓迫感

我的護眼真心話~~請用 20 字以上寫下自己對保健眼睛的想法或承諾：

|  |
|--|
|  |
|--|



## 附件二

### 臺北市中山區中正國民小學 104 學年度口腔保健推動計畫

#### 一、依據：

- 一、104.8.4 北市教體字第 10448681400 號函。
- 二、臺北市學童健康起步計畫~防齲減度專案。
- 三、本校 104 學年度健康促進學校實施計畫。

#### 二、目的：

- (一) 培養學童、教師、家長正確認知口腔保健之重要性及防治法。
- (二) 培養學童正確的口腔衛生態度及內化成自發性習慣。
- (三) 降低學童齲齒率，提高就診率，並落實預防勝於治療。

#### 三、實施內容：

| 活動項目         | 實施對象                 | 實施內容                                                                                        | 預定實施日期                                            | 地點           |
|--------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------|
| 1. 餐後快樂潔牙    | 全校學生<br>(導師督促學生自備牙刷) | 12:20 播放「快樂潔牙」音樂，如洗手台設施不足在原位採乾刷，效果一樣好。                                                      | 開學後                                               | 各班教室<br>或洗手台 |
| 2. 潔牙指導      | 全校學生                 | 健體教師配合課程指導學生潔牙正確步驟                                                                          | 104.09~105.06                                     | 各班教室         |
| 4. 「含氟漱口水」使用 | 全校學生<br>(家長不同意者不實施。) | 1. 請導師協助各班漱口水使用並登記沒做的學生於含氟水記錄卡上。<br>2. 播放含氟漱口水教學影片。<br>4. 健康中心於學期初播放推廣教學帶 2 次後實施;期末彙整各班記錄卡。 | 104.09~105.06<br>原則上於每週二中午午餐飯後實施。當天不在校內，當週另覓時間補做。 | 各班教室         |
| 4. 居家潔牙輕鬆作   | 全校學生                 | 鼓勵家長督促孩子餐後睡前刷牙習慣並在聯絡簿打√(如聯絡簿上有「潔牙欄」請導師參考打√情形做為學生居家潔牙參考，於期末時給予表現優異學生鼓勵。)                     | 104.09~105.06                                     | 居家           |
| 5. 齲齒檢查及矯治追蹤 | 上學期五、六年級<br>下學期二、三年級 | 1. 導師:提醒齲齒學生一個月內作矯治並交回條至健康中心。<br>2. 健康中心:彙整矯治率並了解低矯治率原因。矯治率提                                | 每週四上午牙醫師到校 <b>檢查 2 個班級</b>                        | 健康中心與牙醫診所    |



|             |         |                                                      |                    |      |
|-------------|---------|------------------------------------------------------|--------------------|------|
|             |         | 升至八成。<br>◎一、四年級配合健康檢查<br>(11/14)實施。                  |                    |      |
| 6. 融入學校課程教學 | 全校      | 請各學年將口腔保健議題融入學期教學計畫中，並於教學中實施之。                       | 104.09~105.06      | 各班教室 |
| 7. 藝文競賽     | 全校學生    | 1. 結合校內多語文競賽舉辦繪畫、書法等學藝競賽。將學生作品張貼於校園公布欄，以便宣導口腔保健的重要性。 | 104.12~105.01      |      |
| 8. 潔牙有獎徵答   | 全校學生    | 學務處提供獎品以用於抽獎。                                        | 105.04             |      |
| 9. 本校口腔保健網  | 一般民眾    | 將相關成果上傳網頁上作資源分享與溝通橋樑。                                | 經常辦理               |      |
| 10. 學童護齒門診  | 一、二年級學生 | 配合宣導並追蹤學童完成窩溝封填之情形。                                  | 104.9.16~104.12.20 |      |

#### 四、預期成效：

- (一) 盼望加強口腔保健的知識與習慣，鼓勵學生身體力行。
- (二) 提高對口腔保健的認識，進而培養自發性習慣。
- (三) 藉著網頁使家長、學生更加了解口腔保健的重要性，更藉此加強各校的交流，提升全校對健康飲食的重視。

#### 五、本辦法經校長核准後實施，修正時亦同。



## 【訓育組】

### 一、臺北市中正國小 104 學年度「小執法說故事」實施計畫

一、實施依據：臺北市中小學法治教育實施要點

二、實施目的：

- 1、經由「小執法說故事」中的故事，解析法律常識。
- 2、藉由講解、演練、討論及分享的方式，將法治觀念落實於日常生活行為上。

4、為落實法治教育，培養師生民主法治素養。

三、實施對象：三~六年級學生（※上下學期可擇一次辦理）

三年級使用第 1、2 冊；四年級使用第 4、4 冊；

五年級使用第 5、6 冊；六年級使用第 7、8 冊。

四、實施方式：

1、班導師老師可利用綜合活動時間教授討論小執法說故事。

2、小執法說故事採用巡迴書箱方式(每箱 40 冊)，每次借閱以 2 天為限，由導師或班長每週或不定期至學務處訓育組借閱，使用完畢清點數量後歸還學務處，以利下一班學生借閱使用。

4、心得寫作表格上傳至 up\各學年處 供參考。

五、成效報告：

配合相關課程進行法治教育，進行心得寫作、繪畫、戲劇、演說等活動並以稿紙、學習單、測驗紙、圖畫紙等方式呈現皆可，由各班老師評選 2 件優良作品於期末結業式前送至學務處訓育組處。

六、獎勵：優選同學作品，導師於榮譽簿蓋榮譽章獎勵。

七、本計劃敬陳校長核可後實施，修正時亦同。

訓育組長：

學務主任：

校長：



## 小執法說故事讀後心得寫作

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班 姓名：\_\_\_\_\_

看完小執法說故事這本書後，我對於\_\_\_\_\_故事印象深刻。

故事內容大意：

我的感想及學到的法治觀念是：

插圖



## 二、臺北市中山區中正國小 104 學年度兒童朝會實施辦法

壹、依據：北市公私立各級學校升降旗典禮實施要點。

貳、目的：

- 一、藉由莊嚴肅穆、簡單隆重之升旗典禮，培養學生愛國旗愛國家之精神。
- 二、培養學生良好群性，發揮團隊精神。
- 三、配合各處室宣導事項，充實生活教育內容。
- 四、養成規律運動習慣，鍛鍊強健體格。

參、升旗典禮：

一、時間：星期二、五上午 7：50 ~ 8：15 舉行。

1、當天早上若天氣炎熱，基於學生的健康考量及學習效果，改在各班走廊，學生面對操場進行兒童朝會，行政處室人員列席於司令台旁。獲獎學生則至司令台接受頒獎表揚。

2、逢雨天則取消，各班直接進行打掃工作

二、地點：操場

三、進場：

- (一) 隊伍之集合、行進、停止等除必要號令外，盡量以音樂代替。
- (二) 2 至 6 年級在教室排成縱隊，依指定路線進入操場，並配合音樂依序行進，步伐整齊、抬頭挺胸。(一年級同學於下學期始參加兒童朝會)
- (三) 進場之音樂由學務處負責撥放。

四、典禮程序：

- (一) 升旗典禮儀式
- (二) 向師長行早安禮
- (三) 頒獎
- (四) 師長指導(總導護老師宣導重點項目)
- (五) 早操(週二：健康操；週五：愛眼操)
- (六) 禮成(到外掃區進行打掃工作)

肆、其他注意事項：

- 一、擔任典禮之司儀、旗手、播放音樂的學生，由學務處遴選並培訓。
- 二、班導師老師利用課堂向學生講解國旗及國歌之歌詞的意義。
- 三、各班利用藝術與人文領域教唱國歌，並注意歌詞清晰、聲音宏亮整齊。

伍、本辦法敬陳校長核可後實施，修正時亦同。

訓育組長：

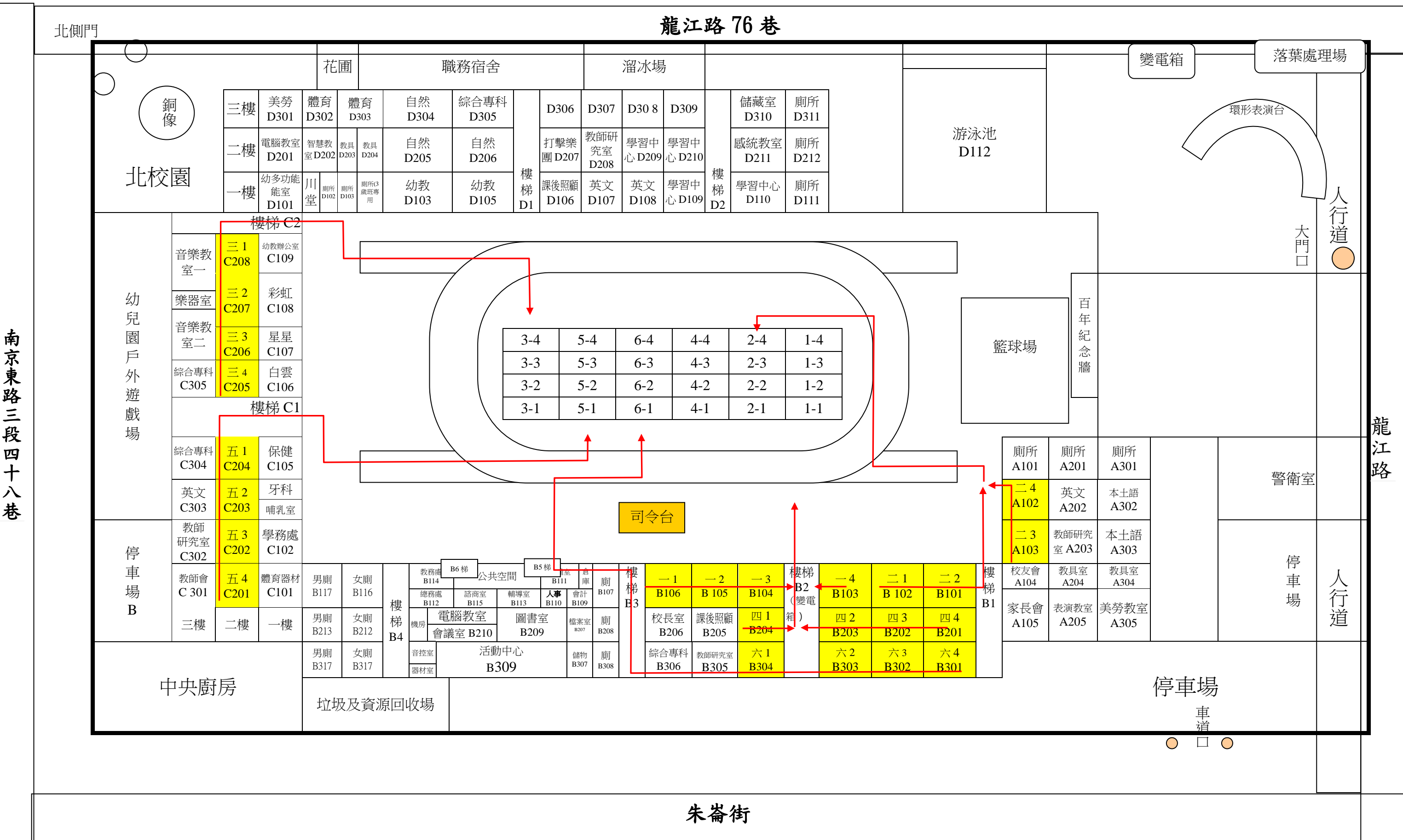
學務主任：

校長：



三、兒童朝會動線及位置圖

三、兒童朝會動線及位置圖







#### 四、104 學年度第一學期班級幹部名冊

| 班 級   | 年 班  |     |
|-------|------|-----|
| 幹部名稱  | 學生姓名 | 備 註 |
| 班 長   |      |     |
| 副 班 長 |      |     |
| 學藝股長  |      |     |
| 康樂股長  |      |     |
| 總務股長  |      |     |
| 風紀股長  |      |     |
| 服務股長  |      |     |
| 衛生股長  |      |     |
| 民政股長  |      |     |
| 股長    |      |     |
| 股長    |      |     |
|       |      |     |

班級幹部電子檔在 up\學務處\班級幹部名冊。

也可以電子檔的方式上傳至 up\學務處\班級幹部名冊。

級任老師簽章：\_\_\_\_\_



## 五、臺北市中正國小兒童才藝發表街頭秀實施計畫

一、依據：北市教國字第 09440745200 號文辦理。

二、目的：

(一)提供學生相互觀摩，提昇欣賞能力。

(二)鼓勵學生勇於發表，展現學習成果。

(三)培養學生創造能力，體現多元風貌。

三、實施對象：本校全體學生。

四、承辦單位：本校學務處。

五、協辦單位：家長會愛心志工團(下學年度成立表演活動志工團)

六、實施時間：104 學年度開始實施

《每週五早上課間活動時間 10:15-10:40》

七、發表地點：本校戶外表演台或任一適合群眾觀賞之場地。

八、發表項目：不拘。〈樂器演奏、聲樂、說唱藝術、戲劇、舞蹈、體育表演等適合於舞台發表之表演節目。〉

九、實施方式：

(一) 自由登記，於表演前二星期向學務處登記(以便安排表演間)。

(二) 主辦單位僅提供場地、燈光、音響設備，其餘道具、樂器等，請表演者自行準備。

(三) 可自行指定主持人〈由自己或親朋好友擔任〉。

(四) 表現優秀者，可於學期末參加兒童才藝成果發表會。

十、獎勵：

(一)報名表演者，皆可獲得精美小禮物一份。

(二)於學期末參加”兒童才藝成果發表會”者，頒發才藝表演優良獎狀一紙。

十一、經費

(一) 由學校相關經費勻支。

(二) 家長會經費贊助。

十二、本計畫陳 校長核准後實施，修正時亦同。



## 附件- - 兒童才藝發表報名表

班級：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

| 項次 | 表演人     | 節目名稱 | 節目類別                                                                                                                                                           | 節目長度 | 主持人 | 日期 |
|----|---------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|----|
| 1  |         |      | <input type="checkbox"/> 演奏<br><input type="checkbox"/> 說唱藝術<br><input type="checkbox"/> 話劇<br><input type="checkbox"/> 舞蹈<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |      |     |    |
|    | 節目說明與介紹 |      |                                                                                                                                                                |      |     |    |
| 項次 | 表演人     | 節目名稱 | 節目類別                                                                                                                                                           | 節目長度 | 主持人 | 日期 |
| 2  |         |      | <input type="checkbox"/> 演奏<br><input type="checkbox"/> 說唱藝術<br><input type="checkbox"/> 話劇<br><input type="checkbox"/> 舞蹈<br><input type="checkbox"/> 其他_____ |      |     |    |
|    | 節目說明與介紹 |      |                                                                                                                                                                |      |     |    |



## 【體育組】

### 一、104 學年度體育組重要行事

| 月份                  | 重要行事               | 協助單位            |
|---------------------|--------------------|-----------------|
| 八月                  | 1. 104-1 常年泳訓班報名   | 各相關人員           |
|                     | 2. 體育器材檢查（每天實施）    | 體育組長            |
|                     | 4. 召開校內網路體委會（開學前）  | 各相關人員           |
|                     | 4. 104-1 體育器材申購    | 體育組長            |
|                     | 5. 暑期泳訓班成果報局（8/41） | 體育組長            |
| 九月                  | 1. 游泳池開放，實施游泳教學    | 體育教師            |
|                     | 2. 第二代健康操種子小老師儲訓   | 體育組長            |
|                     | 4. 早操活動、新式健康操示範教學  | 體育組長            |
|                     | 4. 代表隊報名、徵選（另訂）    | 各隊指導老師          |
|                     | 5. 實施防溺水宣導         | 體育組長            |
|                     | 7. 常年泳訓班開辦         | 各隊指導老師          |
|                     | 8. 代表隊集訓（經常性）      | 各隊指導老師          |
|                     | 9. 體育器材檢修（每天實施）    | 體育組長            |
|                     | 10. 體育表演會第一次籌備會    | 體育教師            |
|                     | 十月                 | 1. 校內田徑賽        |
| 2. 田徑隊員選拔           |                    | 體育組長            |
| 4. 田徑隊集訓開始          |                    | 體育組長            |
| 4. 體育器材檢修（每天實施）     |                    | 體育組長            |
| 5. 四、五、六年級體適能檢測     |                    | 級、科任老師          |
| 十一月                 |                    | 1. 體育器材檢修（每天實施） |
|                     | 2. 西區游泳比賽          | 各相關人員           |
|                     | 4. 西區運動會           | 各相關人員           |
|                     | 十二月                | 1. 體育表演會（11/21） |
| 2. 體育表演會預演（11/17）   |                    | 全校師生            |
| 4. 加強體育表演會節目練習。     |                    | 全校師生            |
| 4. 體育表演會檢討會。        |                    | 各相關人員           |
| 5. 體育器材檢修（每天實施）     |                    | 體育組長            |
| 6. 體育表演會檢討會（11/27）。 |                    | 各相關人員           |
| 一月                  | 1. 體育器材檢查、清點       | 體育組長            |
|                     | 2. 五年級三對三籃球賽       | 各相關人員           |
|                     | 4. 寒假泳訓班籌劃、招生      | 相關工作人員          |
|                     | 4. 游泳、籃球、田徑隊寒假集訓   | 代表隊教練           |
|                     | 5. 體育器材檢查（每天實施）    | 相關老師            |
| 二月                  | 1. 104-2 體育器材申購    | 體育組長            |
|                     | 2. 104-2 常年游泳訓練班報名 | 相關老師            |





## 二、體育課場館分配表

### 一、宗旨：

- (一) 體育課多元化教學、授課項目多樣化，方便教師編排課程。
- (二) 充分使用本校體育設施（場館），平均分配各年級使用運動場館。

### 二、建議場館上課項目：

- (一) 田徑場（含草地）：田徑、排球、足球、民俗（踩高翹、扯鈴、跳繩）、飛盤、器械（墊上、跳箱、徒手體操）、舞蹈、遊戲教學...等。
- (二) 躲避球場：排球、足球、民俗（踩高翹、扯鈴、跳繩）、飛盤、器械（墊上、跳箱、徒手體操）、躲避球、舞蹈、遊戲教學...等。
- (三) 籃球場：籃球、遊戲教學...等。
- (四) 溜冰場：溜冰、排球、足球、遊戲教學...等。
- (五) 活動中心：民俗（踩高翹、扯鈴、跳繩）、器械（墊上、跳箱、徒手體操）、舞蹈、遊戲教學、羽球...等。
- (六) 週邊遊戲區：單槓、平衡木、遊戲教學...等。

### 三、場館分配表：

| 週次 | 一年級   | 二年級   | 三年級   | 四年級   | 五年級   | 六年級   |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1  | 週邊遊戲區 | 躲避球場  | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 田徑場   |
| 2  | 週邊遊戲區 | 躲避球場  | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 田徑場   |
| 4  | 田徑場   | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 躲避球場  |
| 4  | 田徑場   | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 躲避球場  |
| 5  | 躲避球場  | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 籃球場   |
| 6  | 躲避球場  | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 籃球場   |
| 7  | 籃球場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 溜冰場   |
| 8  | 籃球場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 溜冰場   |
| 9  | 溜冰場   | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 籃球場   | 活動中心  |
| 10 | 溜冰場   | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 籃球場   | 活動中心  |
| 11 | 活動中心  | 田徑場   | 躲避球場  | 籃球場   | 溜冰場   | 週邊遊戲區 |
| 12 | 活動中心  | 田徑場   | 躲避球場  | 籃球場   | 溜冰場   | 週邊遊戲區 |
| 14 | 週邊遊戲區 | 躲避球場  | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 田徑場   |
| 14 | 週邊遊戲區 | 躲避球場  | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 田徑場   |
| 15 | 田徑場   | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 躲避球場  |
| 16 | 田徑場   | 籃球場   | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 躲避球場  |
| 17 | 躲避球場  | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 籃球場   |
| 18 | 躲避球場  | 溜冰場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 籃球場   |
| 19 | 籃球場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 溜冰場   |
| 20 | 籃球場   | 活動中心  | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 溜冰場   |
| 21 | 溜冰場   | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 籃球場   | 活動中心  |
| 22 | 溜冰場   | 週邊遊戲區 | 田徑場   | 躲避球場  | 籃球場   | 活動中心  |

四、本表經校長核可後實施，修正亦同。



### 三、慢跑記錄表

臺北市\_\_\_\_\_學年度第\_\_\_\_\_學期\_\_\_\_\_區\_\_\_\_\_國小 國  
中 高中職(請圈選)班級活動次數統計表

|                 |        |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |
|-----------------|--------|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----------|-----|--------|--|
| 班級承<br>辦人       | 姓名     |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 職稱       |     |        |  |
|                 | 電話     |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 班級       |     |        |  |
| 班級總人數(人)        |        |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 活動日<br>期 | 第一次 | 年 月    |  |
| 不適跑步者人數<br>(人)  |        |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          | 最終次 | 年 月    |  |
| 學期跑步者次數<br>(次)A |        |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |
| 實施<br>週次        | 範<br>例 | 範<br>例 | 1 | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 14 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19       | 20  | 總<br>數 |  |
| 週一              |        | ○      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |
| 週二              | ○      | ○      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |
| 週三              | ○      |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |
| 週四              | ○      | ○      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |
| 週五              | ○      |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |
| 總次<br>數         | 4      | 4      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |     |        |  |

導師：

體育組長：

學務主任：

校長：





## 四、體育表演會實施計劃

一、依據：本校 104 學年度學務處工作行事辦理

二、目的：

- (一) 培養群性：發揮團隊精神及創造才能。
- (二) 統整學習：充實教育及生活內容。
- (三) 鍛鍊體能：增進生理及心理健康。

三、實施原則：

- (一) 符合教育目標。
- (二) 配合各科教學。
- (三) 培養團體觀念。
- (四) 全體師生參與。

四、104 年 11 月 23 日正式演出 (星期六)

五、籌備會：

- (一) 第一次 09/21 (星期一) 8:10 會議室(暫定)
- (二) 第二次 10/19 (星期一) 8:10 會議室(暫定)
- (三) 第三次 11/17 (星期二) 8:10 會議室(預演檢討會)

六、節目說明：

- (一) 體育表演會系列活動「校內田徑賽」提前於 10 月中、下旬舉行
- (二) 化妝遊行嘉年華：以學年為單位，每班全班參與為原則。以遊行方式展現學年特色，通過司令台時每學年以五至八分鐘之特色演出，主題另訂。
- (三) 大會操：以奧運運動項目之創意動作運動操內容，加上兒童可愛裝扮的造型，編輯成運動操，揭開體育表演會的序幕 (表演年級為四、五年級)
- (四) 全校體能大考驗：以年級為單位，分別設計一項可全班參與之體育競賽活動；設計之原則以趣味性及體能性兼顧之表演節目。
- (五) 社團表演：本校運動社團表演發展特色項目舞蹈、跆拳道... 等列入節目之演出。
- (六) 徑賽總決賽：低年級 60 公尺、中年級 80 公尺、高年級 100 公尺個人總決賽。
- (七) 大隊接力：實施年段為三、四、五、六年級男、女生各十名混合大隊接力。
- (八) 親師聯誼運動項目：
- (九) 歡歡喜喜：由校長主持頒獎典禮獎勵各表演及競賽節目表現優異班級。
- (十) 閉幕典禮

七、工作分配：工作人員職掌分配及工作內容詳如附件 (草案)。

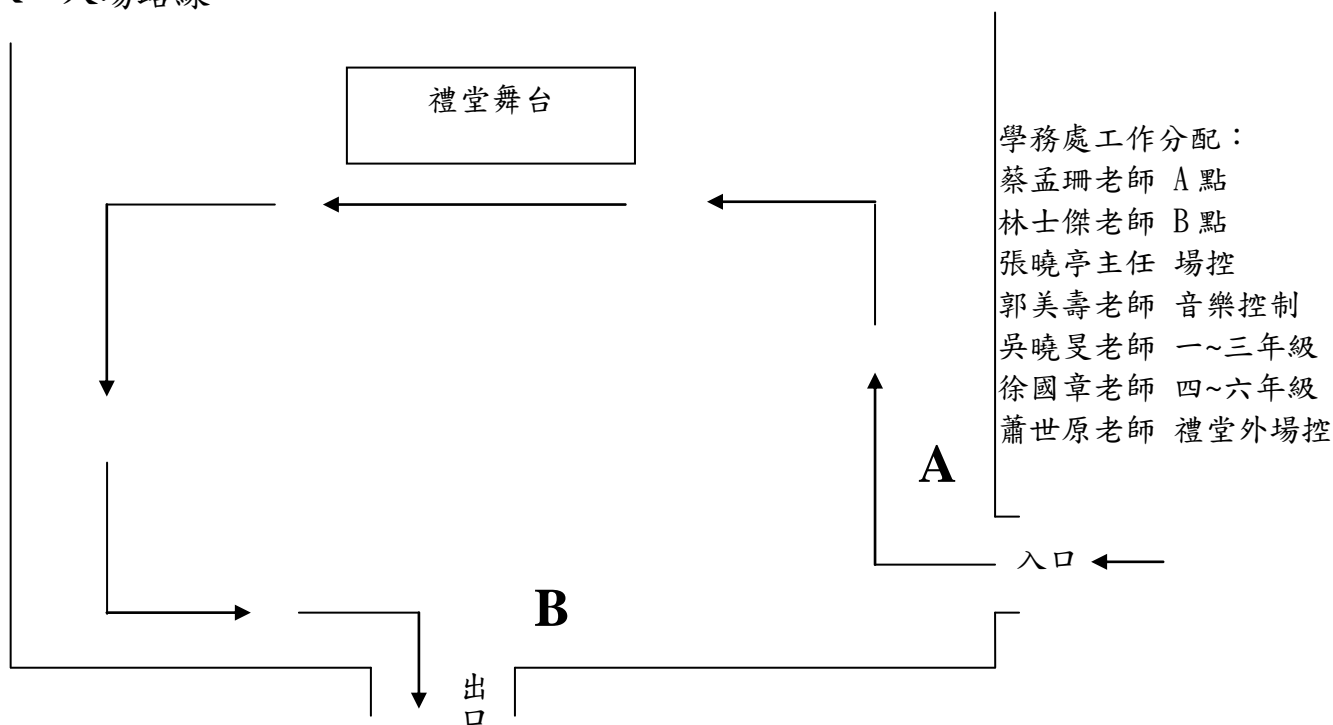
八、經費：由本校編列之相關經費勻支。

九、本實施計劃呈校長核可後實施，修正時亦同。



## 五、體育表演會兩天備案實施計畫

- 一、主旨：為使本活動能更有彈性的順利進行。
- 二、原則：風雨無阻，照常舉辦。
- 三、本案管制程序：當天遇雨時，由校長依狀況通知學務處採行方案，再由學務處通知各工作單位及各班採因應措施。
- 四、因應方案原則：因應方案依雨勢大小分為下列兩種。
  - (一) 雨勢不大：各項活動照常於戶外舉行，惟請各班學生攜帶雨具(衣)、帽子，並特別注意安全。
  - (二) 雨勢較大時：由學務處通報停止戶外活動，部份競賽移至活動中心進行。
    1. 繞場方式改由學年為單位，依下列順序、路線行進：司令台改為禮堂。義工家長→幼稚園→一年級→二年級→三年級→四年級→五年級→六年級
    2. 六年級彩妝遊行後，於禮堂參加開幕典禮。
    3. 繩操表演以一個學年為代表(六年級)。
    4. 社團表演節目照常進行(例如：扯鈴、跆拳道、熱舞等)。
    5. 各學年競賽項目與大隊接力擇日舉行(綜合活動課)。
    6. 各班於彩妝繞場結束後於教室進行同樂會。
    7. 中午十二點統一放學。
- 五、管制通報時間：視天氣狀況，於星期六上午 7:40 前廣播通知。
- 六、如通報決定於室內進行，請佈置組於星期六上午 7:40 至 8:40 進行活動中心之佈置，活動於 9:00 正式開始。
- 七、本案經校長核准後實施，修正時亦同。
- 八、入場路線：





## 六、體育表演會工作時程表

| 編號 | 項 目                 | 預定日期 | 負責單位與協助人員            | 備註    |
|----|---------------------|------|----------------------|-------|
| 1  | 實施計畫完成<br>(初稿)      |      | 體育組                  |       |
| 2  | 健康操練習<br>(四~六年級)    |      | 體育組、籃球隊、扯鈴隊、游泳隊      | 每週二、五 |
| 4  | 第一次籌備會              |      | 學務主任、體育組、學年主任、相關工作人員 |       |
| 4  | 各學年<br>操場開始練習       |      | 體育組、總務處、各學年          |       |
| 5  | 完成各項調查<br>(彩妝、趣味競賽) |      | 體育組、學年主任、相關工作人員      |       |
| 6  | 第二次籌備會              |      | 學務主任、體育組、學年主任、相關工作人員 |       |
| 7  | 體表會系列活動<br>【校內田徑比賽】 |      | 體育組、相關體育老師           |       |
| 8  | 進場繞場練習              |      | 體育組、全體師生             |       |
| 9  | 體育表演會預演             |      | 學務主任、體育組、相關工作人員、家長代表 |       |
| 10 | 預演檢討會               |      | 學務主任、體育組、相關工作人員、家長代表 |       |
| 11 | 體育表演會佈置             |      | 總務處、相關工作人員           |       |
| 12 | 體育表演會               |      | 全體親師生                |       |
| 14 | 檢討會                 |      | 相關工作人員、家長代表          |       |
| 14 | 相關資料整理造冊            |      | 體育組                  |       |

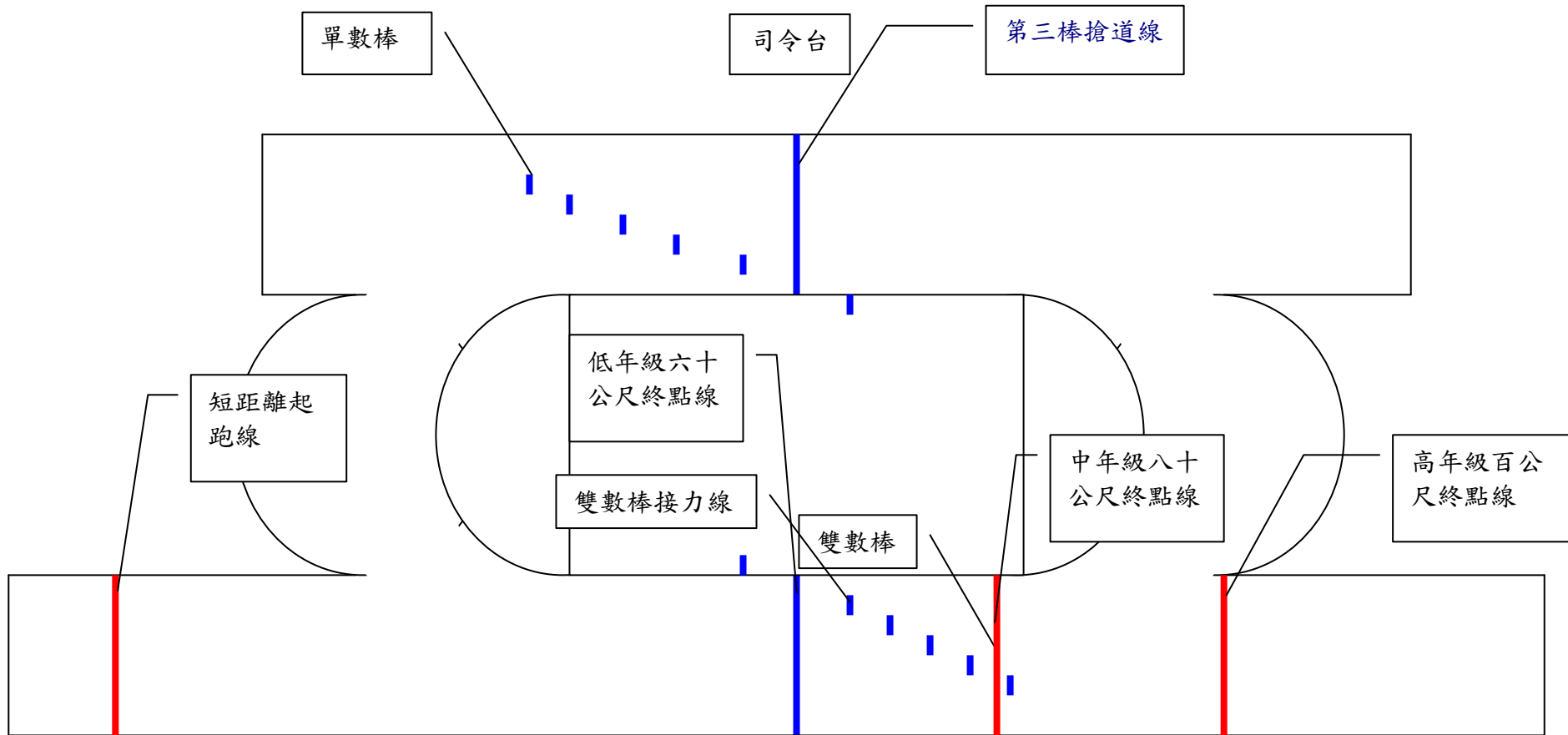
體育組：

學務主任：

校長：



## 七、體育表演會校內田徑賽相關規定



### 比賽規則：

1. 接力賽第三棒搶跑道。
2. 起跑及接力區以藍色線標示。(如圖示)
3. 個人賽：低年級六十、中年級八十、高年級一百公尺，終點如圖示。
4. 個人賽不得超越他人跑道。

### 比賽日期

1. 低年級/(日期另訂)
2. 中年級/(日期另訂)
3. 高年級/(日期另訂)
4. 總決賽 11/21(星期六)

上午 8:10



## 八、體育表演會操場練習時間排程表

| 日期 \ 時間 | 星期 | 08:45~10:15    | 10:40~12:00 | 14:20~14:50 | 15:00~15:40 |
|---------|----|----------------|-------------|-------------|-------------|
| 10月26日  | 一  |                |             |             |             |
| 10月27日  | 二  |                |             |             |             |
| 10月28日  | 三  |                |             |             |             |
| 10月29日  | 四  |                |             |             |             |
| 10月30日  | 五  |                |             |             |             |
| 11月2日   | 一  |                |             |             |             |
| 11月3日   | 二  |                |             |             |             |
| 11月4日   | 三  |                |             |             |             |
| 11月5日   | 四  |                |             |             |             |
| 11月6日   | 五  |                |             |             |             |
| 11月9日   | 一  |                |             |             |             |
| 11月10日  | 二  |                |             |             |             |
| 11月11日  | 三  |                |             |             |             |
| 11月12日  | 四  |                |             |             |             |
| 11月13日  | 五  |                |             |             |             |
| 11月16日  | 一  |                |             |             |             |
| 11月17日  | 二  |                |             |             |             |
| 11月18日  | 三  | <b>體育表演會預演</b> |             |             |             |
| 11月19日  | 四  |                |             |             |             |
| 11月20日  | 五  |                |             |             |             |
| 11月21日  | 六  | <b>體育表演會</b>   |             |             |             |

注意事項：各學年練習時間前與學務處聯繫，由學務處同仁協助操作播音系統，以防影響其它班級教學。

體育組長：

學務主任：

幼稚園：

學年主任

一年級：

二年級：

三年級：

四年級：

五年級：

六年級：

校長：

[up](#)



## 九、彩妝遊行簡介說明

說明：

- 一、希望各學年彩妝遊行主題能配合校慶主題而設計。
- 二、本次彩妝遊行將以學年為單位，每學年預計五至八分鐘的表演時間。
- 三、煩請詳填簡介說明（含圖示），並交回學務處體育組會整。

|                     |  |
|---------------------|--|
| 年 級(單位)             |  |
| 彩妝主題名稱              |  |
| 背景音樂名稱              |  |
| 器 材                 |  |
| 協助人員<br>【例如家長、科任老師】 |  |
| 特色簡介                |  |



## 十、個人田徑賽實施計劃

一、依據：學務處年度工作計劃

二、目的：

- (一) 提昇學生運動體適能。
- (二) 引發學生對田徑運動的愛好。
- (三) 選拔代表隊參加西區田徑賽。

三、比賽日期：

(一) 預賽：

1. 低年級：上午 8：10 (日期另訂)
2. 中年級：上午 8：10 (日期另訂)。
3. 高年級：上午 8：10 (日期另訂)。

(二) 總決賽：(星期六- -體育表演會)。

四、報名日期：自 104 年 10 月日起至 104 年 10 月日中午 12：00 截止 (日期另訂)。

五、報名地點：學務處體育組。

六、比賽項目：

- (一) 低年級 (一、二年級)：六十公尺。
- (二) 中年級 (三、四年級)：八十公尺。
- (三) 高年級 (五、六年級)：一百公尺。

七、裁判人員：由學務處聘請體育老師協助擔任。

八、獎勵：各組前四名頒給獎狀以茲鼓勵。

九、本計劃呈校長同意後實施，修正時亦同。





# 十一、田徑個人賽跑報名表

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

| 男生組 |   |   |   |    |
|-----|---|---|---|----|
| 座號  | 一 | 二 | 三 | 備註 |
|     |   |   |   |    |
| 姓名  |   |   |   |    |
| 女生組 |   |   |   |    |
| 座號  | 一 | 二 | 三 | 備註 |
|     |   |   |   |    |
| 姓名  |   |   |   |    |

※ 報名表請於 10 月日 12:00 前送至體育組

導師簽名：\_\_\_\_\_



## 十二、學生游泳能力指標及測驗標準參考一覽表【海豚家族】

### 一、主旨：

- (一)提升學童游泳能力、培養學童終身運動。
- (二)發展本校本位課程。

### 二、依據：

- (一)中正國小本位課程發展本校游活動。
- (二)94.09.04 行政會議決議事項。
- (三)教育局體育發展白皮書。
- (四)103年1月15日課程發展委員會議決。

### 三、實施對象：

本校二至六年級學生。

### 四、認證方法：

- (一)以領域小組召集人召集開會，共同訂定進階標準、認證卡、認證時間及獎勵辦法。
- (二)授權任課老師進行定期檢測及不定期檢測。
- (三)本校認證標準遵照教育部檢測標準。
- (四)認證卡如附件。(定名為：臺北市中正國小海豚家族游泳認證卡)

### 五、獎勵

- (一)達到標準，可請任課師長簽名認證。
- (二)完成十級運動者，經通過後蓋章頒認證可獲得海豚小勇士獎牌。
- (三)獲得海豚小勇士獎牌同學可至家長會『中正 sport shop』換取自己所想要的運動禮物。
- (四)獲得海豚小勇士獎牌金牌同學，除了公開表揚外，更列入中正海豚家族名人榜，永久記載。

### 六、經費：

- (一)相關認證費用由學校相關經費勻支。
- (二)家長會經費支援。

七、本計劃經校長核可後實施，修正亦同。

體育組長：

校 長：

學務主任：

家長會長：





### 十三、多元課間活動實施計劃

## 台北市中山區中正國民小學課間活動實施計劃

103.08.24

#### 壹、 依據：

- 一、 本校校務學務工作發展計劃。
- 二、 配合教育部「校園快活計畫」。
- 三、 臺北市國民中小學實施課間運動注意事項。
- 四、 北市教體 103 年 2 月 12 日北市教體字第 010342614500 號函。
- 五、 北市教體 103 年 8 月 20 日北市教體字第 010347755400 號函。

[up](#)

#### 貳、 目的：

- 一、 增進學生健康，增強學生體能。
- 二、 提高規律運動風氣並累計運動時間。

#### 參、 實施要項：

時間管理方面：確實按照本校作息時間表上下課，課間活動時間如下表：

中正國小課間活動時間表

| 項次 | 名稱           | 時間          | 分鐘數 | 備註              |
|----|--------------|-------------|-----|-----------------|
| 1  | 上學時間         | 07:20~07:50 | 40  | 到校後一律在教室內從事靜態活動 |
| 2  | 下課時間         | 08:45~08:40 | 5   |                 |
| 4  | 下課時間         | 09:25~09:45 | 10  |                 |
| 4  | 中正運動<br>下課時間 | 10:15~10:40 | 15  | 整潔活動            |
|    |              |             |     | 四、五、六<br>年級     |
| 5  | 下課時間         | 11:10~11:20 | 10  |                 |
| 6  | 午餐時間         | 12:00~12:40 | 40  |                 |
| 7  | 下課時間         | 14:15~14:20 | 5   |                 |



|    |      |             |    |                        |
|----|------|-------------|----|------------------------|
| 8  | 下課時間 | 14:00~14:10 | 10 |                        |
| 9  | 下課時間 | 14:50~15:00 | 10 |                        |
| 10 | 放學時間 | 16:00~16:20 | 20 | 一律放學回家，勿逗留校園（課後班同學除外）。 |

實施時間：第三週起每天兒童朝會時間與課間活動時間。

愛演操：每週五兒童朝會時間實施愛眼操，請老師督導孩子確實進行。

新式健康操：每週二的兒童朝會結束與中正運動時間，由總導護老師執行全校進行新式健康操運動。

慢跑：各年級每週一~五次慢跑活動，學期初一年級一圈、二年級二圈、三年級三圈、四年級三圈、五年級四圈；視學生體能狀況調整圈數。

自由活動：除各年級每週一~五次慢跑活動、愛演操、新式健康操時間外，學生可自行運用其他時段進行建議性運動。（各班老師可鼓勵學生至戶外進行活動。如下表所示）

中正國小課間活動實施概況表

| 星期     | 星期一       | 星期二                               | 星期三       | 星期四                 | 星期五       |
|--------|-----------|-----------------------------------|-----------|---------------------|-----------|
| 朝會後時間  | 1. 慢跑     | 1. 慢跑<br>2. 全校進行新式健康操<br>4. 舊式健康操 | 1. 慢跑     | 1. 慢跑<br>2. 全校進行愛眼操 | 1. 慢跑     |
| 中正運動時間 | 新式健康操     | 新式健康操                             | 新式健康操     | 新式健康操               | 新式健康操     |
| 其他時間   | 遊戲與球類體育活動 | 遊戲與球類體育活動                         | 遊戲與球類體育活動 | 遊戲與球類體育活動           | 遊戲與球類體育活動 |

活動管理方面：分為靜態、動態兩部分。

（一）靜態：在教室內從事閱讀、寫作、聽音樂、交談、美勞及棋藝等靜態活動。

（二）動態：在操場、綜合球場、遊戲區及其他戶外空間，可從事遊戲、球類等體育活動，各類活動場地如下表：



中正國小課間活動場地分配表

| 項次 | 場地             | 建議從事活動     | 注意事項                                   |
|----|----------------|------------|----------------------------------------|
| 1  | 操場草地內          | 足球         | 不可將球故意踢高、踢向人                           |
| 2  | 操場跑道           | 跑步活動       | 按照跑道線的劃分，勿隨意橫跨跑道。                      |
| 4  | 籃球場            | 籃球         | 不可攀爬籃球架                                |
| 4  | 綜合球場           | 各項球類       | 1. 不可將球故意丟擲頭部<br>2. 不可攀爬籃球架            |
| 5  | 溜冰場            | 溜冰、遊戲、體育活動 | 溜冰時請注意配戴護具                             |
| 6  | 國小學童遊戲區        | 遊戲活動       | 1. 國小學童不可到幼稚園遊樂區玩耍。<br>2. 正確、安全使用遊戲器材。 |
| 7  | 希望廣場<br>(游泳池前) | 舞蹈、遊戲、體育活動 | 注意斜坡與階梯障礙之危險                           |

(三) 注意事項：

1. 雨天一律從事靜態活動。
2. 每日安排有警衛、導護老師及糾察隊負責巡視課間活動情形，遇狀況立即適當處理及回報。
3. 學童應於學校規劃之場地內，從事相關之活動，未按照規定使用場地及器材之同學，予以口頭訓誡，並由學務處沒收保管器材一日，於放學前歸還，屢犯者依情節輕重適度處以勞動服務，情節嚴重者告知導師，並交由家長帶回處理。
4. 課間活動一律禁止從事棒球類活動。
5. 教室、樓梯及走廊嚴格禁止追逐、奔跑嬉戲。
6. 跳遠沙坑非由老師帶領，禁止學童入內玩沙。
7. 上課鐘響時，學童應暫停所有活動；鐘響後，請迅速安全回教室，勿留於遊戲場。

8 場地、設備及器材管理方面：

- (一) 運動器材、遊戲器材及其他建築物等各項設備經常維護及檢修。



- (二) 危險場地及進行工程之工地，加設安全圍籬，予以關閉、上鎖並停止使用。
- (三) 充實健康中心之設備，以應急需，安排護士及全體教職員工定期接受急救訓練，並能正確救護傷者，避免傷勢擴大。

安全教育宣導方面：

- (一) 以講解、角色扮演或運用各種視聽器材向師生宣導有關安全規定及常識。
- (二) 利用各種集會及綜合活動、自然與生活科技、健康與體育領域等融入相關課程傳授安全教育知識，培養學生之警覺性，使學生具有處理意外事件之能力。
- (一) 利用各種親職教育活動機會，溝通家長觀念，重視學生生活安全，並配合學校各項安全措施，妥善安排放學後之生活學習活動。

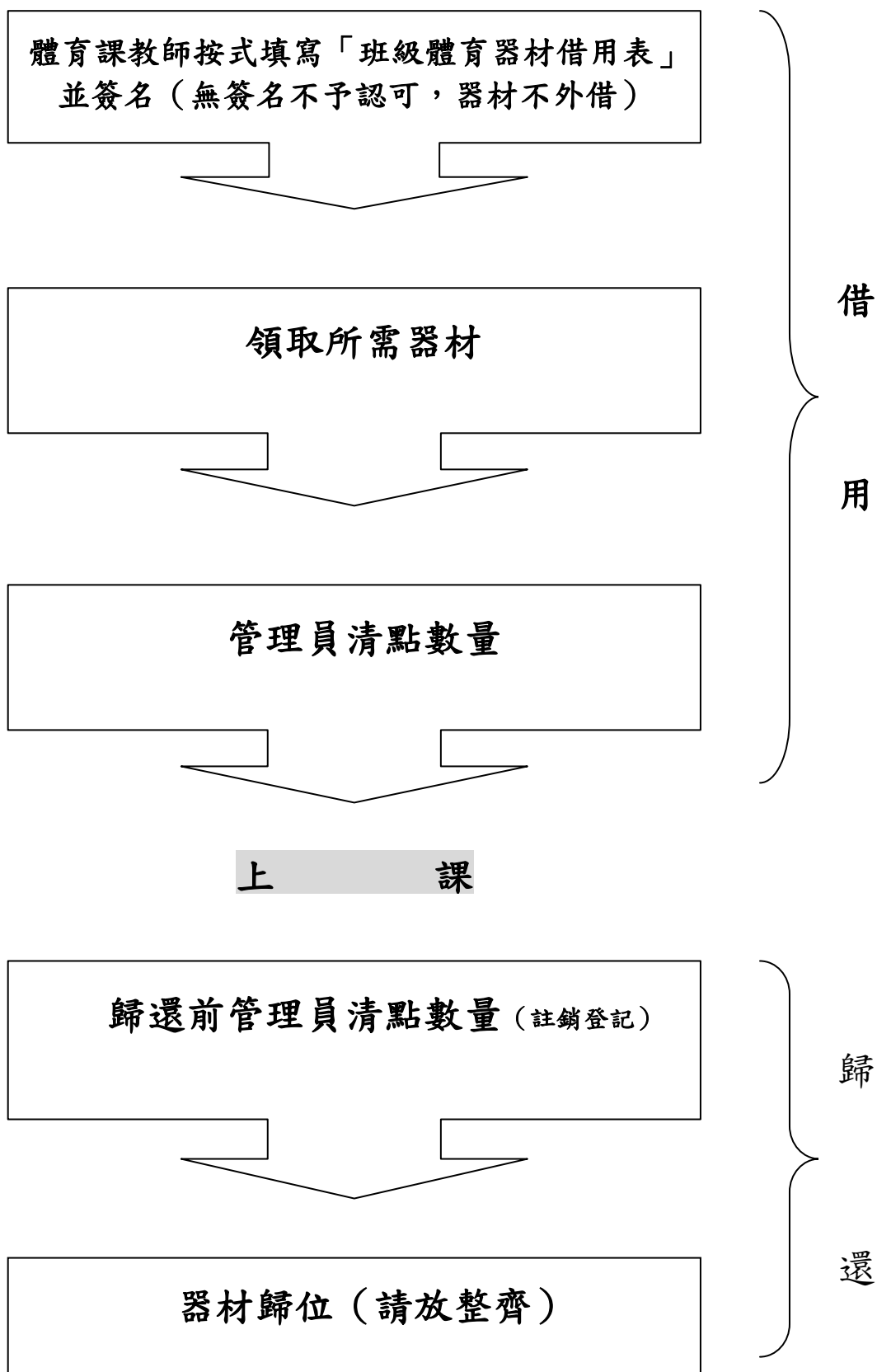
肆、 實施經費：本計劃所需經費，由本校各相關經費項下支應。

本實施計劃經處務會議、行政會報討論，陳校長核可後公佈實施，修正時亦同。





#### 十四、班級體育器材借用與歸還流程圖







## 十六、體育器材一覽表

### 臺北市中正國小體育器材一覽表(104.08.21止)

| 項目編號 | 器材名稱       | 現有總量 | 項目編號 | 器材名稱      | 現有總量 |
|------|------------|------|------|-----------|------|
| 1    | 躲避球(顆)     | 24   | 27   | 樂樂棒球(組)   | 2    |
| 2    | 排球(顆)      | 41   | 28   | 畫線筒(組)    | 4    |
| 4    | 軟式排球(顆)    | 22   | 29   | 石灰(包)     |      |
| 4    | 足球(顆)      | 18   | 40   | 壘球三角旗插(支) | 44   |
| 5    | 巧固球(顆)     | 18   | 41   | 壘球(顆)     | 17   |
| 6    | 籃球(顆)      | 54   | 42   | 壘包(個)     | 4    |
| 7    | 羽球拍(副)     | 0    | 44   | 木製高蹺(副)   | 24   |
| 8    | 體前彎測量器(組)  | 4    | 44   | 排球架(副)    | 2    |
| 9    | 跳高竿(副)     | 1    | 45   | 巧固球架(副)   | 4    |
| 10   | 跳高架(副)     | 2    | 46   | 體操墊(組)    | 6    |
| 11   | 跳高墊(組)     | 2    | 47   | 平衡木(組)    | 2    |
| 12   | 跳高薄墊(組)    | 1    | 48   | 班旗(支)     | 44   |
| 14   | 跳高丈量尺(副)   | 1    | 49   | 碼錶(組)     | 5    |
| 14   | 電動充氣機(組)   | 1    | 40   | 手提擴音器(副)  | 2    |
| 15   | 發令槍(支)     | 2    | 41   | 拔河繩(組)    | 2    |
| 16   | 發令槍子彈(盒)   | 1    | 42   | 拔河繩架(組)   | 1    |
| 17   | 哨子         |      | 44   | 呼拉圈(個)    | 91   |
| 18   | 黃色搶道旗(副)   | 1    | 44   | 大鼓(組)     | 4    |
| 19   | 接力服(組)     | 12   | 45   | 扒水器(支)    | 4    |
| 20   | 接力棒(支)     | 21   | 46   | 跳繩(條)     | 27   |
| 21   | 終點線架(副)    | 1    | 47   | 陀螺(個)     | 44   |
| 22   | 終點線        | 1    | 48   | 飛盤(個)     | 44   |
| 24   | 104公尺皮尺(副) | 2    | 49   | 鍵球        | 17   |
| 24   | 20公尺皮尺(副)  |      | 50   | 扯鈴        | 5    |
| 25   | 紅白旗(支)     | 10   | 51   | 角座        |      |
| 26   | 黃白旗(副)     | 2    | 52   | 裁判工作服(件)  | 15   |

### 體育器材需求表

| 申請教師 | 器材名稱 | 數量 | 申請日期 | 建議廠商 | 備註 |
|------|------|----|------|------|----|
|      |      |    |      |      |    |
|      |      |    |      |      |    |
|      |      |    |      |      |    |

填寫完畢請交回學務處體育組



## 十七、體適能檢測工作分配表

| 月 份                                                                                                                                                                                                                                                                       | 週次 | 檢 測 項 目       | 負 責 檢 測 人 員           | 備 註                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 9                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1  | 發放學生健康篩檢表     | 班導師 (9/4 回收至體育組作檢測依據) | 1. 器材部分由體育組準備於學務處。<br>2. 檢測日期由任課老師隨堂檢測。<br>3. 請於 12 月 1 前完成檢測工作並將檢測紀錄表交至體育組。 |
| 9                                                                                                                                                                                                                                                                         | 4  | 學生 BMI 值檢測及登錄 | 護理師 (健康中心測量身高體重)      |                                                                              |
| 10                                                                                                                                                                                                                                                                        | 8  | 一分鐘仰臥起坐       | 體育任課教師                |                                                                              |
| 11                                                                                                                                                                                                                                                                        | 9  | 坐姿體前彎         | 體育任課教師                |                                                                              |
| 11                                                                                                                                                                                                                                                                        | 11 | 立定跳遠          | 體育任課教師                |                                                                              |
| 11                                                                                                                                                                                                                                                                        | 13 | 800 公尺跑走      | 體育任課教師 (12/1 回收檢測單)   |                                                                              |
| 11                                                                                                                                                                                                                                                                        | 30 | 資料彙辦統計        | 體育組長                  |                                                                              |
| <p>★ 本學期檢測依項目依教育局規定辦理，計有(1)量身高、體重 (2)坐姿體前彎 (4)立定跳遠 (4)一分鐘屈膝仰臥起坐 (5)800 公尺跑走，本共五項。</p> <p>★ 第(1)項請級任導師負責，(2)、(4)、(4)、(5)項請該班體育任課老師負責，資料上網評估及統計由體育組統一負責。</p> <p>★ 檢測截止日期：104 年 12 月 18 日</p> <p>★ 檢測完畢，請將檢測表格交回學務處體育組。</p> <p>★ <u>設備：坐姿體前彎測量器兩組，皮尺 10 個，請至學務處登記借用。</u></p> |    |               |                       |                                                                              |



## 十八、期初健康調查表

### 中正國小學生期初健康調查表

姓名：\_\_\_\_\_

填表日期： 年 月 日

緊急聯絡人：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_

就讀班級：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

1. 本表為提供健康中心與體育教師參考用之調查表，請家長填寫完交給級任老師彙整後轉交給學務處體育組。
2. 您現有或曾有下列病症嗎？（請在適合之內打√）

| 影響學生上課之疾病        | 無                        | 現有在                      | 現有但                      | 說明 |
|------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|----|
|                  |                          | 治療中                      | 未治療                      |    |
| (1) 心臟病          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (2) 小兒麻痺         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (4) 傷害造成之殘障與異常   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (4) 先天性骨骼系統疾病    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (5) 運動機能障礙       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (6) 盲（含單盲）       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (7) 精神疾病         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (8) 癲症           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (9) 腦部病變（腦震盪等）   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (10) 嚴重肌肉傷害      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (11) 高血壓         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (12) 糖尿病         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (14) 肝病          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (14) 胃病          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (15) 關節炎         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (16) 氣喘病         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (17) 肺病          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (18) 腎臟疾病        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (19) 貧血或其他血液疾病   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (20) 醫師指示過不宜激烈運動 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |
| (21) 其他<br>_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |    |

監護人簽名：\_\_\_\_\_中正國小體育組製發



## 十九、學生健康調查班級統計表

班級 \_\_\_\_\_

導師簽名 \_\_\_\_\_

|  | 姓名 | 疾病編號 | 情況                                                           | 說明 |
|--|----|------|--------------------------------------------------------------|----|
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |
|  |    |      | <input type="checkbox"/> 治療中<br><input type="checkbox"/> 未治療 |    |

**【疾病編號】**

- (1) 心臟病 (2) 小兒麻痺 (4) 傷害造成之殘障與異常 (4) 先天性骨骼系統疾病  
 (5) 運動機能障礙 (6) 盲 (含單盲) (7) 精神疾病 (8) 癲症 (9) 腦部病變 (腦震盪等)  
 (10) 嚴重肌肉傷害 (11) 高血壓 (12) 糖尿病 (14) 肝病 (14) 胃病 (15) 關節炎  
 (16) 氣喘病 (17) 肺病 (18) 腎臟疾病 (19) 貧血或其他血液疾病  
 (20) 醫師指示過不宜激烈運動 (21)其他 \_\_\_\_\_ 。



## 二十、臺北市中山區中正國民小學一年級呼拉圈比賽辦法

- 一、宗旨：提倡體適能活動，提昇學童運動能力及技巧。
- 二、參加年級：本校一年級全班同學。
- 三、主辦：學務處體育組。
- 四、協辦：一年級學年主任及學年體育、級任老師。
- 五、比賽日期：(日期另訂)
- 六、比賽地點：本校籃球場。
- 七、比賽方式：
  - (一) 團體賽：各班級每一位學生以雙腳站立方式搖一分鐘(中途失敗即告失敗)，累計學年各班通過檢驗人數多者為優勝，前四名班級頒發獎狀以茲鼓勵。
  - (二) 個人賽：各班級先行舉行預賽推選出三位男同學及三位女同學進行學年男、女生組寶座爭奪戰，方式為一分鐘搖搖比賽，以次數多者為優勝；取各組前四名頒發獎狀以茲鼓勵。
- 八、獎勵：
  - (一) 團體：頒發獎狀並與校長合照。
  - (二) 個人：頒發獎狀並與校長合照。
- 九、本辦法陳校長核可後實施，修正時亦同。

體育組長：

學務主任：

校長：

一年級學年主任：

科任主任：





臺北市中山區中正國民小學呼拉圈比賽報名表

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

| 男生組 |   |   |   |    |
|-----|---|---|---|----|
| 座號  | 一 | 二 | 三 | 備註 |
|     |   |   |   |    |
| 姓名  |   |   |   |    |
|     |   |   |   |    |
| 女生組 |   |   |   |    |
| 座號  | 一 | 二 | 三 | 備註 |
|     |   |   |   |    |
| 姓名  |   |   |   |    |
|     |   |   |   |    |

※ 報名表請於12月日前送至體育組

導師簽名：\_\_\_\_\_



## 二十一、臺北市中山區中正國民小學二年級爆炸頭接力比賽辦法

- 一、宗旨：提倡體適能活動，提昇學童運動能力及技巧。
- 二、參加年級：本校二年級全班同學。
- 三、主辦：學務處體育組。
- 四、協辦：二級學年主任及學年體育、級任老師。
- 五、比賽日期：(日期另訂)
- 六、比賽地點：本校田徑場。
- 七、比賽方式：各班級排出二十個棒次，每棒跑 100 公尺，學生跑步時頭戴爆炸頭帽，接棒以拿給下一位跑者爆炸頭帽為接棒。
- 八、獎勵：頒發獎狀並與校長合照。
- 九、本辦法陳校長核可後實施，修正時亦同。

體育組長：

學務主任：

校長：

二年級學年主任：

科任主任：



## 二十二、臺北市中山區中正國民小學中年級跳繩比賽辦法

一、宗旨：發揚民族文化提倡民俗體育活動，提昇學童跳繩興趣及技巧。

二、參加年級：本校三、四年級全班同學。

三、主辦：學務處體育組。

四、協辦：三、四年級學年主任及學年體育、級任老師。

五、比賽日期：

(一) 三年級 (日期另訂)

(二) 四年級 (日期另訂)

六、比賽地點：本校籃球場。

七、比賽方式：

(一) 團體賽：各班級每一位學生以【一跳一迴旋】方式跳 1 分鐘 (中途失敗即告失敗)，

累計學年各班通過檢驗人數多者為優勝，前四名班級頒發獎狀以茲鼓勵。

(二) 個人賽：各班級先行舉行預賽推選出三位男同學及三位女同學進行學年男、女生組

寶座爭奪戰，方式為一分鐘跳繩比賽，以次數多者為優勝；取各組前四名頒發獎狀以茲鼓勵。

八、獎勵：

(一) 團體：頒發獎狀並與校長合照。

(二) 個人：頒發獎狀並與校長合照。

九、本辦法陳校長核可後實施，修正時亦同。

校長：

學務主任：

體育組長：

三年級學年主任：

四年級學年主任：

科任主任：



臺北市中山區中正國民小學跳繩比賽報名表

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

| 男生組 |   |   |   |    |
|-----|---|---|---|----|
| 座號  | 一 | 二 | 三 | 備註 |
|     |   |   |   |    |
| 姓名  |   |   |   |    |
|     |   |   |   |    |
| 女生組 |   |   |   |    |
| 座號  | 一 | 二 | 三 | 備註 |
|     |   |   |   |    |
| 姓名  |   |   |   |    |
|     |   |   |   |    |

※ 報名表請於4月 日前送至體育組

導師簽名：\_\_\_\_\_



## 二十三、臺北市中正國民小學班際樂樂棒球錦標賽實施辦法暨競賽規程

一、依據：(一) 教育部九十二年四月二十二日台體字第 0920050626 號函辦理。

(二) 教育部「推動國中小學生普及化運動方案」。

(三) 學務處年度工作計畫

二、目的：(一) 提倡學生課餘從事正當休閒活動，培養同學團隊合作增進彼此情誼，養成守法精神鍛鍊強健體魄。

(二) 藉由樂樂棒球活動，重新引起學童對棒球的熱愛，學習棒球的基本常識與技能。

(三) 配合慶祝兒童節活動，列為兒童節系列活動。

三、參加對象：每班實際比賽人數 18 至 25 人，一隊分為兩組，每組 9 人，下場 9 人中男女生人數差異不得超過 4 人。(下場男女比例為 6 男 4 女、4 男 6 女、5 男 4 女或 4 男 5 女等)。

四、報名日期：自即日起至 6 月 19 日中午止

五、比賽日期：預定 6 月 24 日至 6 月 27 日。

六、比賽時間：綜合活動課

七、比賽地點：本校大操場。

八、比賽規則：採用教育部體育署公佈之樂樂棒球規則，餘將比照中華民國樂樂棒球協會比賽規則。

九、教育部體育署新修訂之規則如下：

(一) 比賽採 4 局制，不限時間。

(二) 守備方面：一隊分兩組，每組 9 人，分單、雙數局輪流上場守備及打擊，第 1、4 局由背號 1-9 號上場守備及打擊，第 2、4 局由背號 10-18 號上場守備及打擊；替補隊員至少 2 名至多 7 名。

(三) 打擊方面：第 1、4 局由背號 1-9 號輪流上場打擊 1 次，不論出局數。第 2、4 局由背號 10-18 號輪流上場打擊 1 次，不論出局數。唯開打前第一局若有殘壘，則前一局原先殘壘上之跑壘員，須先上到壘包後，才開始比賽。比賽無提前結束制，一律打完 4 局。

(四) 下場 9 人中，男女生差異不得超過 4 人。



(五)正式比賽打4局，若滿4局雙方相差12分(含)以上，則裁定提前結束。

(六)每一局的最後一棒若被封殺在一壘前，則原壘包位上之跑壘員的紀錄為殘壘，得分不算。

(七)每一局的最後一棒落被封殺在二或三壘前，則壘包上先跑回本壘的跑壘員，得分算。

(八)若4局雙方平手，第4局之殘壘人數多者獲勝，若仍相同，則猜拳決定勝負(派4名球員4戰2勝)。

十、比賽裁判：由學務處招募本校體育科任老師協助擔任。

十一、賽制：採單循環制。

十一、獎勵：各組取前四名頒發獎狀以資鼓勵。

十二、經費：由學校相關預算經費勻支。

十三、本辦法陳校長核可後實施；修正時亦同。

體育組長：

五年級學年主任：

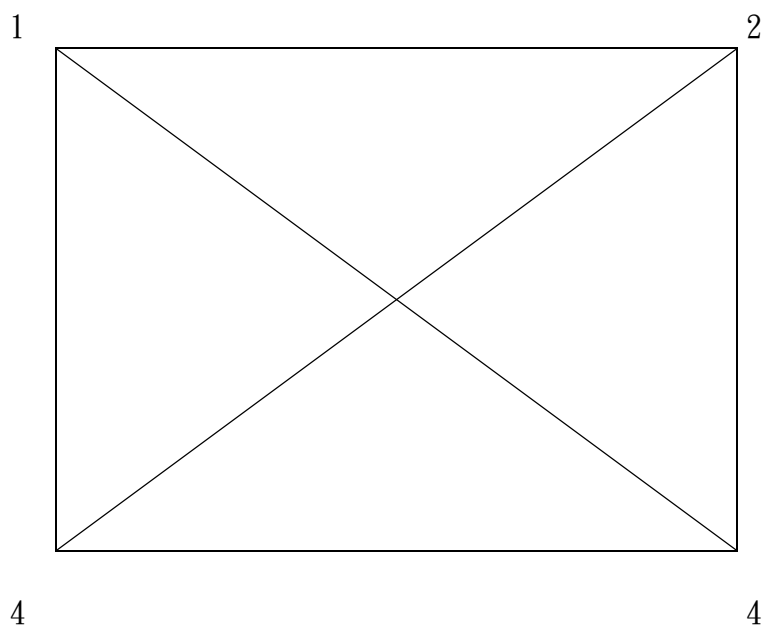
校長：

學務組任：



臺北市中山區中正國小樂樂棒球錦標賽賽制

五年級組







臺北市中山區中正國小樂樂棒球錦標賽報名表

班級： 年 班

隊長：

管理：

| 序號 | 性別 | 姓名 | 序號 | 性別 | 姓名 |
|----|----|----|----|----|----|
| 1  |    |    | 9  |    |    |
| 2  |    |    | 10 |    |    |
| 4  |    |    | 11 |    |    |
| 4  |    |    | 12 |    |    |
| 5  |    |    | 14 |    |    |
| 6  |    |    | 14 |    |    |
| 7  |    |    | 15 |    |    |
| 8  |    |    |    |    |    |

※級任老師姓名：



## 二十四、臺北市中山區中正國小「籃球三對三鬥牛」賽實施計劃

一、目的：為提倡運動風氣，鍛鍊強健體魄，培養運動習慣，增進學生體能，提高籃球技術水準，促進兒童身心均衡發展。

二、參加對象：本校六年級學生

三、比賽時間：【日期另定】

四、比賽地點：本校籃球場

五、比賽制度：採單敗淘汰制

六、報名時間：

七、抽籤日期：

八、比賽辦法及獎勵：

- 1.每班各組成 5 組，每組三人，單數組為男生，雙數組為女生，各組人員不得重複，比賽時以男、女、男、女、男的順序出賽，比賽前各班應提出出賽各組名單，惟提出後不得更改，如有更動以替補規則行之，例：第一組之甲同學在比賽開始前因名單錯誤被換下場，在該場往後各組均不得上場。
- 2.每局比賽時間為七分鐘，進球多者為勝隊，或於時間內先得 5 分者（1 球 1 分）為勝，採五戰三勝制。
- 3.每隊僅有 4 次犯規，超過 4 次犯規後，每次犯規均須罰球。罰球為一次，投中得 1 分，罰球得分交換控球權，不中繼續擁有控球權；如個人犯規累計三次者，判退場，但得由其他隊員遞補。
- 4.比賽開始之控球權由二隊隊長猜拳決定，爭球時亦同，班導師為各該班之發言人。
- 5.每次發球、犯規、違例須先由裁判將球遞給發球員，比賽才開始。
- 6.發球員得將球傳出，不得投籃或運球，違反者以違例（犯規）論。
- 7.每次投籃中球後須交換控球權重新發球。
- 8.防守隊抄截獲球或搶得籃板球後，須回球出三分線外使得進攻。進攻隊不在此限。
- 9.每次交換控球權時均應將球送至三分線外，發球員雙腳立於三分線外發球；在發球前之回球（或稱為摸球）不得超過 2 次，防守發球員之同學亦須於罰球線後準備，亦即不得防守發球員，讓對隊之發球員能將球順利發出去。。
- 10.兩隊於比賽中各有一次三十秒暫停，上場隊員換人僅限於暫停時為之。惟替補出場及上場之球員於往後該場未賽之組，不得再上場比賽。



- 11.比賽時間到而比數相同時採罰球猝死賽，由二隊隊長猜拳贏者決定先罰後罰。
- 12.比賽由一位裁判執法，旁觀之隊員或教練應尊重裁判之判決，不得在旁任意喊犯規或影響比賽之行為。
- 14.比賽時須遵守運動道德及風度，如有惡性犯規或不道德之行為，裁判員得將該名球員驅逐出場，且不得遞補，也就是以剩餘的二人繼續完成比賽。
- 14.錄取前四名頒發獎狀鼓勵。
- 15.如有未盡事宜得隨時補充之。



### 臺北市中正國小三對三籃球賽隊職員報名表

班級：\_\_\_年\_\_\_班

領隊：\_\_\_\_\_老師

管理：\_\_\_\_\_老師

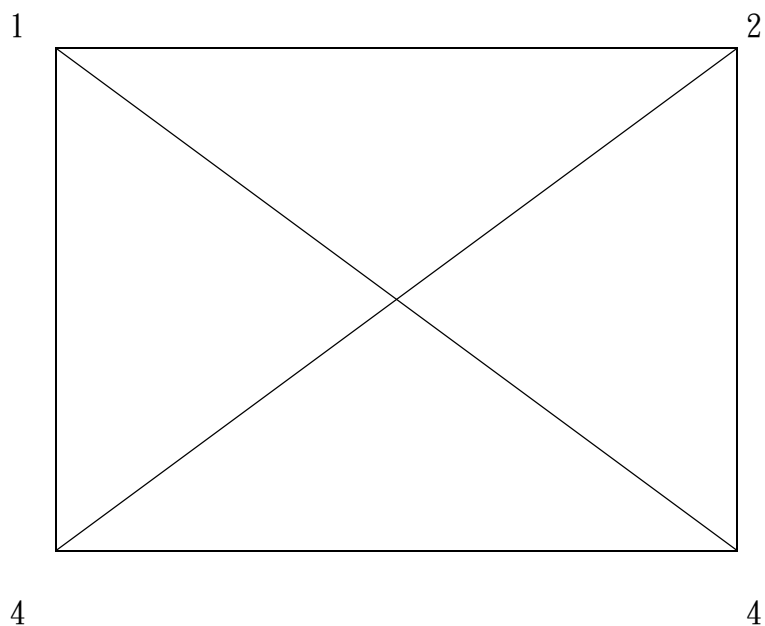
隊員：

| 組別       |                  | 姓名                  |                     |                     |                     |                     |
|----------|------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
|          |                  | 第一位                 | 第二位                 | 第三位                 | 第四位                 | 第五位                 |
| 第一組 (男生) |                  |                     |                     |                     |                     |                     |
| 第二組 (女生) |                  |                     |                     |                     |                     |                     |
| 第三組 (男生) |                  |                     |                     |                     |                     |                     |
| 第四組 (女生) |                  |                     |                     |                     |                     |                     |
| 第五組 (男生) |                  |                     |                     |                     |                     |                     |
| 比賽成績     |                  |                     |                     |                     |                     |                     |
| VS<br>班  | 總比數<br>：<br>□贏□輸 | 第一點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第二點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第三點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第四點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第五點<br>□贏 □輸<br>比數： |
| VS<br>班  | 總比數<br>：<br>□贏□輸 | 第一點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第二點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第三點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第四點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第五點<br>□贏 □輸<br>比數： |
| VS<br>班  | 總比數<br>：<br>□贏□輸 | 第一點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第二點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第三點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第四點<br>□贏 □輸<br>比數： | 第五點<br>□贏 □輸<br>比數： |



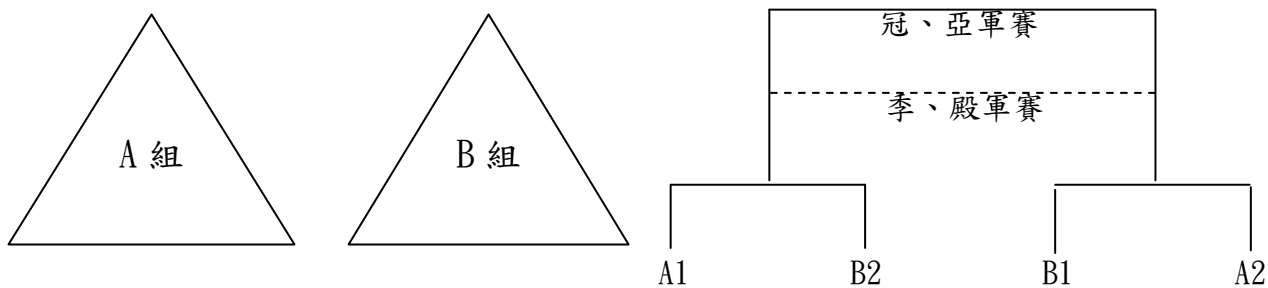
# 臺北市中正國小三對三籃球賽賽程表

## 五年級組



## 六年級組

### 中正國小校長盃校內五年級「籃球三對三鬥牛」賽賽程





## 二十五、班際水上嘉年華實施計劃

### 一、目的：

為提倡運動風氣，鍛鍊強健體魄，培養運動習慣，增進學生體能，增進游泳技術水準，促進兒童身心均衡發展。

### 二、參加對象：本校國小部學生

### 三、比賽時間及項目：（日期另訂），早上 8:00~8:40

（一）三、四、五、六年級腳打水比賽

（二）四、五、六年級大隊接力賽(每人游 25 公尺)

### 四、比賽地點：本校游泳池

### 五、比賽制度：採不分組計時決賽

### 六、報名時間：即日起至 105 年 5 月日中午 12:00（日期另訂）止。

### 七、比賽辦法及獎勵：（各年級競賽規程及報名表如附件）

#### （一）比賽項目

1.三~六年級 20 人腳打水比賽。【可參閱本校影音網示範影片】

2.四~六年級每班派 5 名男生、5 名女生接力賽，以每人游 25m 接力方式進行。

（二）腳打水與接力賽部份以班級為單位前三名發予獎狀以茲鼓勵。

（三）活動如有未盡事宜得隨時補充之。

### 九、經費：本活動經費由學校相關相關經費勻之。

### 十、本活動陳校長核可後實施，修正後亦同。

體育組長：

校長：

學務主任：



## 中正國民小學 104 學年度班際水上嘉年華接力賽報名表

年級：                      班級：

| 棒次 | 姓名 | 備註 | 棒次 | 姓名 | 備註 |
|----|----|----|----|----|----|
| 1  |    |    | 6  |    |    |
| 2  |    |    | 7  |    |    |
| 4  |    |    | 8  |    |    |
| 4  |    |    | 9  |    |    |
| 5  |    |    | 10 |    |    |

\*每人游 25 公尺。

\*比賽年級四、五年級。

## 中正國民小學 100 學年度班際水上嘉年華腳打水比賽報名表

| 左 邊 |   |   |   |   |   |   |   |   |    | 右 邊 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|----|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1   | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 10  | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 4 | 2 | 1 |
|     |   |   |   |   |   |   |   |   |    |     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |

\*三、五年級各班各 20 名學生參加(男女不拘)；四年級各班各 15 名學生參加。

\*20 公尺腳打水比賽規則:

- 1.不得划手。
- 2.每班兩次腳打水，取最優一次評比。

級任老師簽章：

游泳老師簽章：

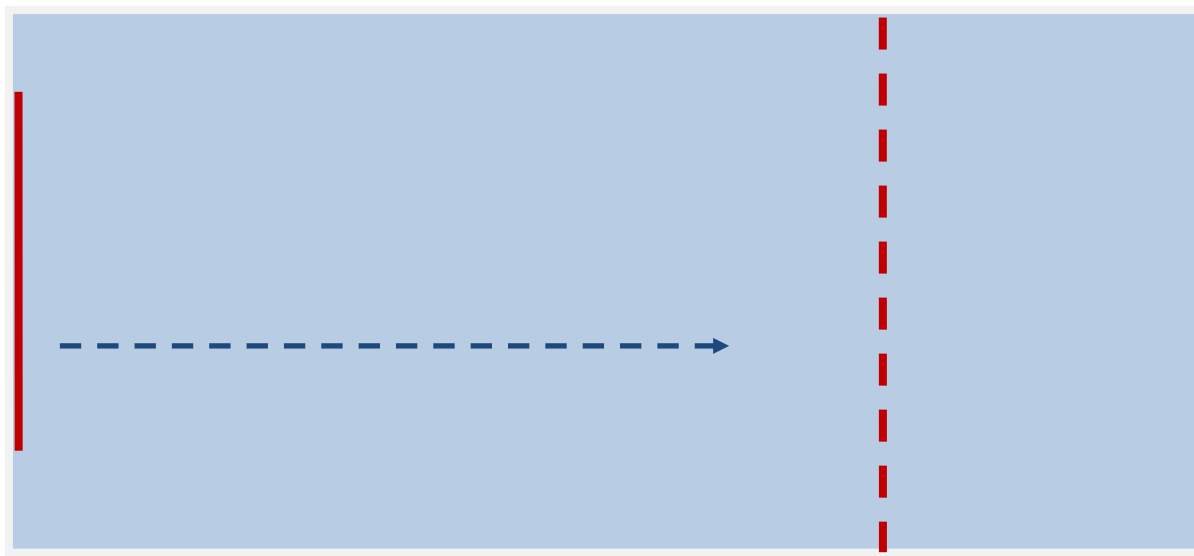
\*報名截止日期（日期另訂）。





## 104 學年度班際水上嘉年華

### 【腳打水比賽圖示】



### 【10 人接力比賽圖示】

