

## 苗栗縣成功國民小學「推動全校師生飲用白開水」實施計劃

### 一、依據：

1. 本校 100 學年度健康促進學校計畫。
2. 本校 100 學年度環境教育實施計畫。

### 二、實施目的：

1. 為培養學生喝白開水習慣，建立正確飲食觀念。
2. 為促進學生身體健康，並配合環保使垃圾減量。

### 三、實施對象：全校師生。

### 四、實施日期：全學年。

### 五、實施方式：

#### 1、宣導：

- (1) 專題討論：喝白開水的好處？喝碳酸飲料的壞處？
- (2) 朝會宣導：老師利用學生朝會宣導，並於學期中不定期宣導。
- (3) 導師時間：以「多喝白開水，少喝碳酸飲料」為主題加強宣導。
- (4) 專欄宣導：以「多喝白開水，少喝碳酸飲料」為主題張貼加強宣導。
- (5) 請自然教師配合課程內容做適當宣導。

#### 2、利用親師座談日向家長宣導。

#### 3、請總務處隨時檢測飲水設備，維護師生飲水健康。

#### 4、請總務處定期保養飲水機，維護與管理，使學生有乾淨、衛生及安全的飲用水。

### 六、獎勵：

學生的聯絡簿裡附一張「自評表」，一天沒喝含糖飲料且喝足夠的開水，就可以畫一個圈圈，每週集滿五個圈圈加上家長簽名，就可獲得成功好兒童獎章 2 枚。

### 七、本計畫陳 校長核可後實施。

我是( )年甲班 姓名( )

我要做到「一天沒喝含糖飲料且喝足夠的開水」自評表 月份

日	一	二	三	四	五	六	家長簽名
					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	

「完全做到」畫○ 「部份做到」▲

每週集滿五個○加上家長簽名，就可獲得成功好兒童獎章2枚。