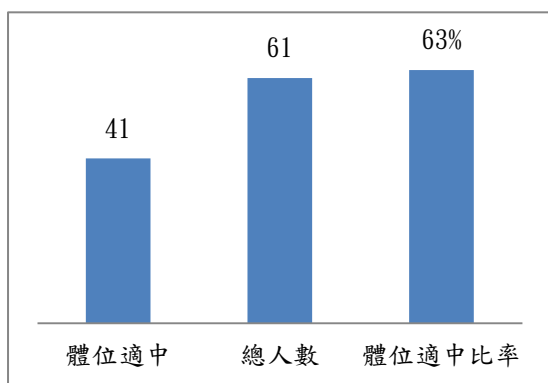


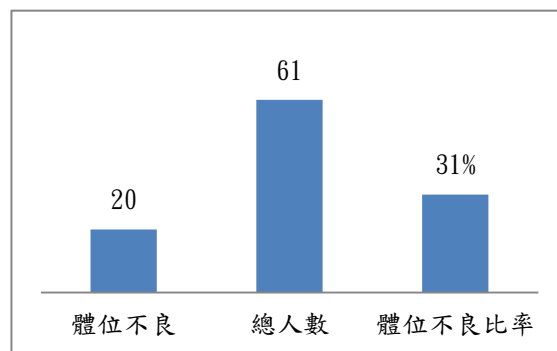
成效指標

2-3 健康體位

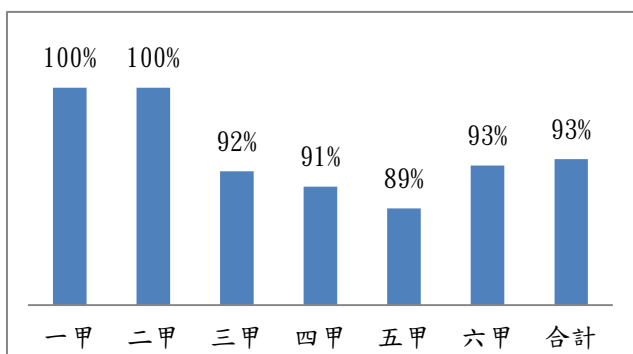
2-3-1 學生體位適中(正常)比率表



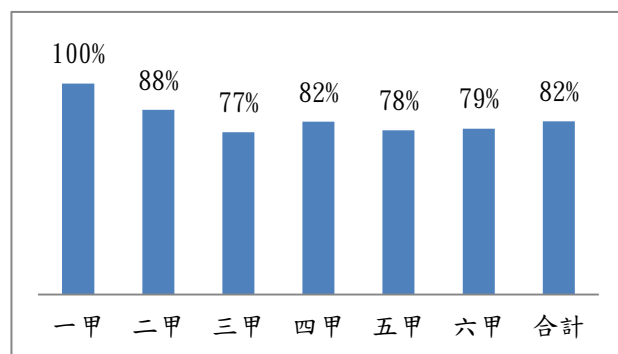
2-3-1 學生體位不良比率統計表



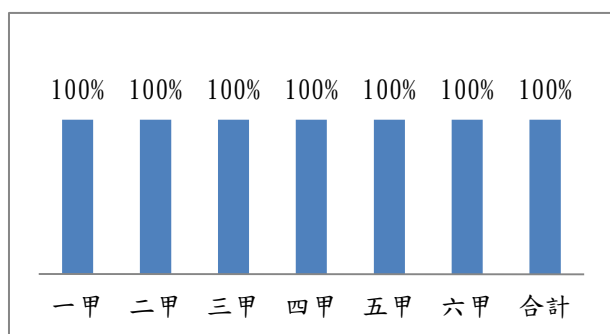
2-3-3 學生目標運動量平均達成率



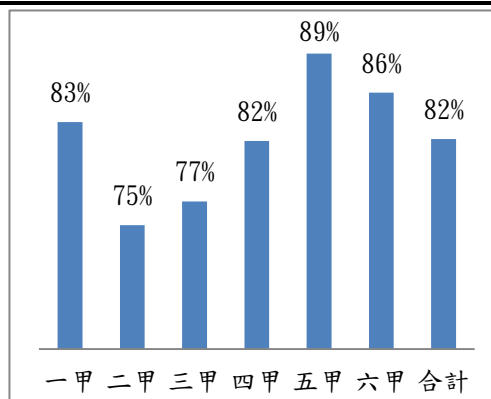
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率



2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率



2-3-6 學生多喝水目標平均達成率



成效指標

2-3 健康體位

活動照片：體適能檢討改進會議。



活動照片：營養教育-健康體位專題講座



成效指標

2-3 健康體位

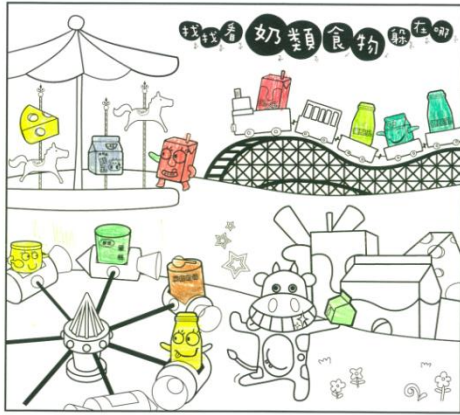
活動照片：週三規劃為「樂動日」，學生走出教室活動。週五升旗結束後，師生一起慢跑(健走)。



活動照片：健康體位教學學習單。

國小：五年甲班 座號：9 姓名：成豪

小朋友，請記不記得我們曾經學過的奶類食物有哪些呢？下面有一張好漂亮的畫，請你幫他著上色，然後我接著裡面藏了幾個奶類食物，把它找出來以後畫起來吧！

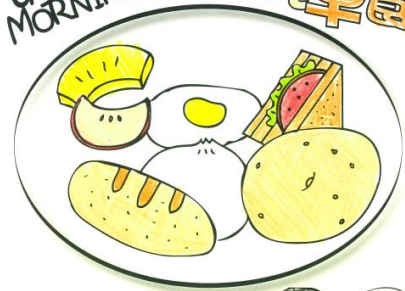


我找到了1個奶類食物。
我畫記得奶類食物的好處有：

補鈣、蛋白質

學校：內海國小 班級：五年甲 姓名：曾秉誠

GOOD MORNING 我愛吃早餐



1. 早餐要在幾點前吃完，對身體最好？

- () 1. 8點以前
- () 2. 10點以前
- () 3. 沒關係，幾點吃都可以

2. 早餐的飲料，以下哪一個最健康？

- () 1. 奶茶 2. 牛奶 3. 可可

3. 天天吃早餐有什麼好處？

- () 1. 體重控制
- () 2. 提高專注力
- () 3. 促進新陳代謝
- () 4. 以上皆是

4. 不吃早餐會對什麼影響？

- () 1. 上課打瞌睡
- () 2. 容易發胖
- () 3. 厭食、腸道痛
- () 4. 以上都是

