



桃園超敢動 肉肉桃走中

／ 桃園市兒童青少年健康體位活動 ／



114年兒童青少年
健康體位管理

倡議行動



計畫緣由及113年成果



- 全世界包含臺灣的兒童及青少年過重及肥胖盛行率，都有顯著增加的趨勢，**桃園市國中過重及肥胖率為28.24%、高中為29.71%**，約每4人有1人肥胖
- **本府體育局、教育局及衛生局**共同辦理「113年桃園市兒童青少年健康體位活動（桃園超敢動 肉肉桃走中）」，引導兒童青少年瞭解正確體位管理



- 本市55所學校共同響應，共計**320**人參加
- 競賽組104人，共減重**51.83**公斤
- 健康組92人，共減重**161.77**公斤
- 學生與親友或老師共同組隊計21組，共減重**51.4**公斤



活動對象及組別

對象

兒童青少年



- 桃園市國小5、6年級、國中、高中職生過重及肥胖者 (BMI \geq 年齡標準值)

成人



- 學生可再邀請其親友、老師 (至多2位且BMI ≥ 24)

組別



- 依學校為單位，推動校際聯賽，強化參與動能。
- 各校均可參加，不限制參加門檻。



任務說明



屆時發文提供各校網站後台帳密登入填報

以校為單位

可向教育局
申請補助執行

對象

學生/老師

親友

量測地點

健康中心

運動中心

1. 桃園國民運動中心
2. 中壢國民運動中心
3. 八德國民運動中心
4. 平鎮國民運動中心
5. 觀音國民運動中心
6. 蘆竹國民運動中心
7. 南平運動中心
8. 楊梅體育園區

組隊前測期間

(114/9/1-10/31)

參賽者進行前測量測，
並由學校統一組隊報名

上傳前測資料

(114/10/6-10/31)

1. 學校統一上傳前測基本資料表(含親友)至報名網頁
 2. 親友需將前測表回傳或繳回至學校，以利統一填報上傳
- *家長同意書學校留存

期中回報

(114/11/25-12/3)

學校於活動網站填寫計畫
期間執行內容，上傳完成
即獲獎勵

上傳後測資料及
成效調查

(115/1/19-1/23)

1. 學校統一上傳後測資料(同前測)
2. 學校勾選計畫成效評分量表至報名網頁



申請教育局補助經費

- 1、報名參與之學校可向教育局申請**最高新臺幣1萬元**補助經費，用以辦理校內運動或健康促進方案（如：聘請運動教練進校指導等）
- 2、學校**經費概算表（核章正本）**連同計畫（核章正本）各1份，於**114年10月31日（星期三）**前寄送至「桃園市政府教育局體育保健科」（33001桃園市桃園區縣府路1號14樓）

相關文件
將於8月底
前正式發
文給各校

桃園市○○高國民中(小)學辦理
114年兒童青少年健康體位管理實施計畫(範例)

- 一、依據：桃園市政府體育局114年8月__日桃體全字第_____號函辦理。
- 二、背景說明及現況分析：針對學生健康體位分析、學校特色及推動情形等簡要說明。
- 三、計畫內容與實施策略：(可用健康促進學校六大範疇簡要說明)。
- 四、評價方法或預期效益：目標是否達成之評價方式或預期達到之效益。
- 五、經費概算表(如附件一)。

承辦人： _____ 單位主管： _____ 機關首長： _____

計畫範例

桃園市114年兒童青少年健康體位管理
補助經費概算表

一、學校名稱：_____ (請填寫)						
二、編列經費： 10,000元						
三、經費編列：表格不足，請自行增列。						
項次	經費項目	單價(元)(A)	數量(B)	單位(C)	小計(D)=(A)×(B)	備註
1	範例：外聘講師鐘點費	2000	2	時	4000	
2	範例：內聘講師鐘點費	1000	2	時	2000	
3	範例：內聘助理講師鐘點費	500	2	時	1000	寫明編列需求之原因
4	範例：文具紙張	1350	1	批	1350	
5	範例：學生獎品	1400	1	式	1400	單價不超過200元
6	範例：運動用品-跳繩	50	5	個	250	
總計(E)=(D)加總					10000	
核定總經費(由教育局填寫)						

備註：
1. 本案編列項目請已學校推動健康體位相關計畫、活動或課程等；另請參考「教育部補助及委辦計畫經費編列基準表」編列經常門（如：講師鐘點費、學生獎品、文具紙張、印刷費、運動用品等）項目。
2. 如有編列講師鐘點費，請務必寫明「內聘或外聘」講師鐘點費；助理講師鐘點費「寫明編列需求之原因」；獎品務必寫明「學生獎品」並「單價不得超過NT200元」。
3. 經費概算表(核章正本)連同計畫(核章正本)各1份，於114年10月15日(星期三)前寄送至「桃園市政府教育局體育保健科 陳靜宜營養師收」(33001桃園市桃園區縣府路1號14樓)。

承辦人： _____ 單位主管： _____ 主計： _____ 校長： _____

經費概算表範例



活動網站示意



① 網站後台登入畫面示意圖

任務步驟：

- ① 登入學校帳密進入後台
- ② 上傳前/後測量表核章紙本及Excel檔案

*親友將前後測資料表回傳或繳回至學校，由學校統一填報並留存

序位	姓名	性別	類別 (學生、老師、家長)	身高(公分)	體重(公斤)	BMI	BMI百分位
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							
31							
32							
33							
34							
35							

② 前測資料表

序位	姓名	性別	類別 (學生、老師、家長)	身高(公分)	體重(公斤)	BMI	BMI百分位
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							
31							
32							
33							
34							
35							

② 後測資料表

桃園市114年度「桃園超敢動 肉肉桃走中」健康體位比賽

親友前後測資料表 (第1位)

(由親友輸入)
 學生姓名: _____
 學校名稱: _____
 編號: _____
 第1位親友姓名: _____
 性別: _____
 與親友者關係為: _____

下方請填：本運動中心聯合人員輸入

性別 基本資料

身高(公分)	體重(公斤)
--------	--------

(BMI 需 ≥ 24)

測量時間: 114 年 ____ 月 ____ 日
運動中心核章處

性別 基本資料

身高(公分)	體重(公斤)
--------	--------

測量時間: 115 年 ____ 月 ____ 日
運動中心核章處

*備註:
 1. 請將核章表內印填至學校人員或由學生親手帶回學校，由學校人員會核體位數據。
 2. 請注意每位學生體位測測2位家庭成員，此表僅供親友參考。
 3. 桃園市所屬運動中心海峽論壇活動網站公告之相關網址。

* 親友前後測資料表

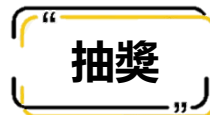


活動獎勵

◆ 期中獎勵：行政人員獎勵+抽獎



學校行政人員獲得嘉獎



(示意圖)

抽出部分學校獲得超商或百貨商品券

◆ 期末獎勵：減重成果換補助金

- 依據各校學生平均減重公斤數，預計取前10名
- 以行政補助金方式予以獎勵，鼓勵學校用於持續推動健康促進措施





計分方式

- 1、學校總減重公斤 (**僅計算減重者**) / 該校參加人數 (取至小數點後2位，並四捨五入)
- 2、該校平均減重公斤需 ≥ 1 公斤，始列入排名
- 3、計分方式舉例：

	體重 (前)	體重 (後)	前-後	總減重公斤數
學生1	50	45	5	5
學生2	55	60	-5	0
學生3	90	80	10	10
叔叔	60	58	2	2
爸爸	70	72	-2	0
老師	55	45	5	5
平均總減重公斤數	$22/6=3.67 \geq 1$			

*若有學校成績相同，將依下列排序遴選優勝學校：

A. 報名人數較多者優勝 (如亦相同則依B.)

B. 取該校個別減重公斤數最多者優勝



期程總結

活動競賽期間(114/9/1-115/1/23)

組隊前測期間

成果發表

9/1 9/12 10/6 10/31 11/25 12/22 115/1/19 1/23 2/23 3/31

計畫
開跑

上傳前測
資料

上傳後測資料
及成效調查

期中得獎公布
(~12/26)

優勝名單公布
(~2/26)

簽署MOU記者會
活動網站前台上線

期中回報(~12/3)

*備註：寒假115/1/22-2/22；過年115/2/14-2/22



113年活動成果





聯絡資訊



如有相關問題，請洽本案承辦人：

桃園市政府體育局 全民運動科 孫若寧 小姐

03-3194510 #5013



桃園超敢動 肉肉桃走中

／ 桃園市兒童青少年健康體位活動 ／



簡報結束
歡迎參加