

二、《親子天下》2012 年優質國中報名表

基本資料			
學校名稱	金門縣立 金沙國民中學	地址	金門縣金沙鎮國中路 61 號
官方網站	http://www.ksjh.km.edu.tw/		
學校類別(複選)	<input checked="" type="checkbox"/> 公校 <input type="checkbox"/> 私校 <input type="checkbox"/> 公辦民營 <input checked="" type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 完全中學		
學校人數	一年級 4 班 94 人 二年級 3 班 92 人 三年級 4 班 105 人。共 11 班，合計 291 人。 老師總人數：共 26 人。		
請校長填寫 12 年 國教時代，最想做 的 3 件事(300 字 內)	<p>萬般皆其次，唯有健康居第一，在國中時期，若能奠下健康的生活作息，自能培育有競爭力的下一代，因此教學正常化，重視每一個孩子的多元潛能開發，落實適性輔導，協助孩子找到並建構一個屬於他個人專有的舞台，換言之、成就每一個孩子是身為教育者的職責所在，也是個人最想做的第一件事。</p> <p>第二、因時代趨勢，電玩及網路遊戲佔據孩子的大部分休閒活動，以「運動取代電動」是重要的課題之一，因為運動將改善現代生活習性，也將增進良好人際關係，更是未來成為樂活族一員的先修課程。</p> <p>第三、將運動習慣推展到社區，首先提供學校的運動場館、游泳池等設施給社區居民使用，適時舉辦相關活動，鼓勵社區居民及家長帶孩子一起來運動，也可增進親子關係，促進家人健康，更能推展親職教育，一舉數得，值得推展。</p>		
報名類別 (只能選擇一項)	<input type="checkbox"/> 生涯發展優質學校 <input type="checkbox"/> 閱讀教育優質學校 <input checked="" type="checkbox"/> 健康體育優質學校 <input type="checkbox"/> 社團多元優質學校 <input type="checkbox"/> 藝術人文優質學校		

三、健康體育優質學校做法及具體事蹟：

學校實施健康體育教育的理念說明。(500 字內)

本校為金門縣健康促進與正確用藥中心學校，近幾年著力推動健康與用藥知能融入課程，並舉辦多項校內與縣內的推廣活動，持續將健康促進六大議題(菸害防制、視力保健、口腔保健、健康體位、性教育、正確用藥)結合學生平日所學，強調能夠實踐於生活，並結合校內家長志工，推廣至學區與社區，形塑校內外一致的健康生活圈。

校園規劃為學習區、休閒區及運動區，運動區包括體育館、游泳池及田徑場，動靜分離，不會相互干擾，能在清晨夜間提供社區居民運動空間。

請條列說明：學校的健體師資的人數及專長？有多少健康體育性社團？學校體育課的規劃為何？體育課之外的課間時間是否鼓勵學生運動？怎麼做？如何鼓勵學生養成運動習慣？或列舉學校其他健康體育教育的具體做法。

1. 學校的健體師資的人數及專長？共 2 人，專長均為體育。
2. 有多少健康體育性社團？包含籃球、羽球、壘球、桌球社。
3. 學校體育課的規劃為何？一週共二節體育課，一節健康教育，均實施常態教學，不另作它用。
4. 體育課之外的課間時間是否鼓勵學生運動？怎麼做？如何鼓勵學生養成運動習慣？或列舉學校其他健康體育教育的具體做法。
 - (1) 課間亦鼓勵學生從事正當運動。
 - (2) 每週三、五早自習至第一節課間約半小時，安排全校師生於操場或學校外圍健走，在閱讀之餘，不忘提醒學生起身動一動活絡筋骨。
 - (3) 每天早自習、中午時段固定有校內運動代表隊的集訓，早自習為男籃、桌球、田徑、拔河，中午為羽球、女籃，下午拔河隊亦有練習。
 - (4) 體育課實施正常教學，備有室內游泳池，方便學生習得游泳技能。
 - (5) 縣內各項體育賽事皆積極參與，奪得不少佳績，亦承辦學區運動會與越野賽，校內選手參賽，未參賽者亦擔任服務員，集體動起來。
 - (6) 本校為金門縣健康促進中心學校，平時會舉辦健康相關講座，並提供多樣境教佈置於校園各角落，提倡運動強身觀。
 - (7) 校內空間平坦舒適，提供適宜空間場所予師生活動。
 - (8) 定期舉辦校內班際籃球、拔河、大隊接力、游泳、啦啦隊舞蹈競賽等，除體能訓練外亦強調團隊精神與榮譽感的培養。
 - (9) 校內運動器材亦鼓勵教師於課餘使用，並鼓勵教職員組隊參加縣內運動比賽。
 - (10) 對違反校規學生，提供放學留校操場練跑並激發其運動潛能，開展另項專長，強身健體外給予學生檢討自省機會。
 - (11) 配合校內獎勵辦法，校外比賽獲得名次外，亦給予記功嘉獎獎勵與獎金，增強學生鍛鍊之動機與意願。

- (12) 寒暑假皆有相關運動團隊育樂營和集訓，暑假並開放游泳池給學生練習及社區民眾用，使民眾有可以運動的去處。
- (13) 輔導室開設高關懷班，列有籃球與運動休閒課程，給予學生運動上的支持與肯定。

請條列說明學校追求健康體育教育曾遇到的困境及解決方式，截至目前為止成效及學生改變。請以整體校園文化及學生改變為主，而非體育班辦學成效。

1. 學校追求健康體育教育曾遇到的困境及解決方式。

- (1) 學生大多沉迷電腦及網路遊戲。
解決方式：提供多元的運動環境，鼓勵學生遠離電腦，從事戶外活動。
- (2) 放學後與週末因部分學生必須補習，運動時間較少。
解決方式：每週固定時段進行全校性健走活動，代表隊運用早自習與午休時段集訓，體育課程規劃完善，鼓勵學生把握時間充足運動。
- (3) 部分家長認為運動會影響學生的學業表現。
解決方式：告知家長體適能納入學子的升學計分，並且運動鍛鍊身體對學習也有所助益，以本校地區基測榜首楊正傑、黃彥璋為例，皆為校隊成員，可見運動與學業並非互相抵觸，反能相輔相成。

2. 截至目前為止成效及學生改變。

- (1) 能自發性的運動與練習。
- (2) 學校提供多元的運動社團及代表隊集訓，鼓勵學生。
- (3) 代表隊成員能對外代表學校爭取榮譽，對內要求己身遵守校內規範，並養成運動習慣。
- (4) 本校獲得多項縣內運動競賽佳績，亦在 99 年榮獲**教育部各級學校拔河比賽國中女子乙組第一名**和**教育部績優體育學校獎**。
- (5) 在健康議題的推動上，亦獲得以下獎項：
 - **第一屆健康促進學校健康磐石獎**
 - **健康促進績優學校**
 - **校園正確用藥教育計畫績優中心學校**