

桃園市復興區巴陵國民小學健康體位成果照片



活力班宣導



活力班宣導



每週四課間操部落路跑



每週四課間操部落路跑



105.11.14 午餐生活教育一體位控制



105.11.14 午餐生活教育一體位控制



105.11.18 午餐衛生教育－洗手趣



105.11.18 午餐衛生教育－洗手趣



105.11.10 結合親子教育日



105.11.10 結合親子教育日



106.05.02 結合里校運動會



106.05.02 結合里校運動會



106.03.01 禽流感宣導



106.03.01 禽流感宣導



行事課肺結核宣導



行事課肺結核宣導



105 學年度每周二課間跳繩運動



105 學年度每周二課間跳繩運動



106.03.21 書包檢測



106.03.21 書包檢測



104.09.14 行事課健康體位宣導



104.09.14 行事課健康體位宣導



106.03.09 結合校內語文競賽



106.03.09 結合校內語文競賽

巴陵國小 105 上學期行事宣導

健康體位學習單

班級：甲 座號：1 姓名：宋軒宸

一、是非題：

- (X) 1. 體重愈輕愈好，愈健康。
- (O) 2. 運動可以燃燒脂肪是最健康的減肥方法。
- (X) 3. 洋芋片每天都可以吃一包當點心。
- (X) 4. 炸雞很好吃，每天吃一兩份，對身體不會有影響。
- (O) 5. 每天吃三份蔬菜和兩份水果，對身體很健康。

二、選擇題：

- (4) 1. 「身體質量指數」常用的英文縮寫是？
 (A) BCD (B) BHC (C) CWI (D) BMI
- (4) 2. 如何養成健康體位？
 (A) 均衡飲食 (B) 運動 (C) 良好生活習慣 (D) 以上皆是
- (4) 3. 體重過輕對身體的影響？
 (A) 發育遲緩 (B) 體能較差 (C) 骨質疏鬆 (D) 以上皆是
- (4) 4. 哪種是健康點心？
 (A) 珍珠奶茶 (B) 巧克力 (C) 糖果 (D) 水果
- (4) 5. 體重過重對身體的影響？
 (A) 心血管疾病 (B) 高血壓 (C) 糖尿病 (D) 以上皆是
- (4) 6. 哪種食物的營養高熱量低？
 (A) 炸雞 (B) 披薩 (C) 蛋糕 (D) 蔬菜

巴陵國小 105 上學期行事宣導

健康體位學習單

班級：甲 座號：4 姓名：陳宛琪

一、是非題：

- (X) 1. 體重愈輕愈好，愈健康。
- (O) 2. 運動可以燃燒脂肪是最健康的減肥方法。
- (X) 3. 洋芋片每天都可以吃一包當點心。
- (X) 4. 炸雞很好吃，每天吃一兩份，對身體不會有影響。
- (O) 5. 每天吃三份蔬菜和兩份水果，對身體很健康。

二、選擇題：

- (4) 1. 「身體質量指數」常用的英文縮寫是？
 (A) BCD (B) BHC (C) CWI (D) BMI
- (4) 2. 如何養成健康體位？
 (A) 均衡飲食 (B) 運動 (C) 良好生活習慣 (D) 以上皆是
- (4) 3. 體重過輕對身體的影響？
 (A) 發育遲緩 (B) 體能較差 (C) 骨質疏鬆 (D) 以上皆是
- (4) 4. 哪種是健康點心？
 (A) 珍珠奶茶 (B) 巧克力 (C) 糖果 (D) 水果
- (4) 5. 體重過重對身體的影響？
 (A) 心血管疾病 (B) 高血壓 (C) 糖尿病 (D) 以上皆是
- (4) 6. 哪種食物的營養高熱量低？
 (A) 炸雞 (B) 披薩 (C) 蛋糕 (D) 蔬菜

巴陵國小 105 上學期行事宣導

健康體位學習單

班級：甲 座號：8 姓名：陳恩軒

一、是非題：

- (X) 1. 體重愈輕愈好，愈健康。
- (O) 2. 運動可以燃燒脂肪是最健康的減肥方法。
- (X) 3. 洋芋片每天都可以吃一包當點心。
- (X) 4. 炸雞很好吃，每天吃一兩份，對身體不會有影響。
- (O) 5. 每天吃三份蔬菜和兩份水果，對身體很健康。

二、選擇題：

- (4) 1. 「身體質量指數」常用的英文縮寫是？
 (A) BCD (B) BHC (C) CWI (D) BMI
- (4) 2. 如何養成健康體位？
 (A) 均衡飲食 (B) 運動 (C) 良好生活習慣 (D) 以上皆是
- (4) 3. 體重過輕對身體的影響？
 (A) 發育遲緩 (B) 體能較差 (C) 骨質疏鬆 (D) 以上皆是
- (4) 4. 哪種是健康點心？
 (A) 珍珠奶茶 (B) 巧克力 (C) 糖果 (D) 水果
- (4) 5. 體重過重對身體的影響？
 (A) 心血管疾病 (B) 高血壓 (C) 糖尿病 (D) 以上皆是
- (4) 6. 哪種食物的營養高熱量低？
 (A) 炸雞 (B) 披薩 (C) 蛋糕 (D) 蔬菜

巴陵國小 105 上學期行事宣導

健康體位學習單

班級：甲 座號：3 姓名：林梓君

一、是非題：

- (X) 1. 體重愈輕愈好，愈健康。
- (O) 2. 運動可以燃燒脂肪是最健康的減肥方法。
- (X) 3. 洋芋片每天都可以吃一包當點心。
- (X) 4. 炸雞很好吃，每天吃一兩份，對身體不會有影響。
- (O) 5. 每天吃三份蔬菜和兩份水果，對身體很健康。

二、選擇題：

- (4) 1. 「身體質量指數」常用的英文縮寫是？
 (A) BCD (B) BHC (C) CWI (D) BMI
- (4) 2. 如何養成健康體位？
 (A) 均衡飲食 (B) 運動 (C) 良好生活習慣 (D) 以上皆是
- (4) 3. 體重過輕對身體的影響？
 (A) 發育遲緩 (B) 體能較差 (C) 骨質疏鬆 (D) 以上皆是
- (4) 4. 哪種是健康點心？
 (A) 珍珠奶茶 (B) 巧克力 (C) 糖果 (D) 水果
- (4) 5. 體重過重對身體的影響？
 (A) 心血管疾病 (B) 高血壓 (C) 糖尿病 (D) 以上皆是
- (4) 6. 哪種食物的營養高熱量低？
 (A) 炸雞 (B) 披薩 (C) 蛋糕 (D) 蔬菜

巴陵國小 105 上學期行事宣導

健康體位學習單

班級：甲 座號：4 姓名：陳五德

一、是非題：

- (X) 1. 體重愈輕愈好，愈健康。
- (O) 2. 運動可以燃燒脂肪是最健康的減肥方法。
- (X) 3. 洋芋片每天都可以吃一包當點心。
- (X) 4. 炸雞很好吃，每天吃一兩份，對身體不會有影響。
- (O) 5. 每天吃三份蔬菜和兩份水果，對身體很健康。

二、選擇題：

- (4) 1. 「身體質量指數」常用的英文縮寫是？
 (A) BCD (B) BHC (C) CWI (D) BMI
- (4) 2. 如何養成健康體位？
 (A) 均衡飲食 (B) 運動 (C) 良好生活習慣 (D) 以上皆是
- (4) 3. 體重過輕對身體的影響？
 (A) 發育遲緩 (B) 體能較差 (C) 骨質疏鬆 (D) 以上皆是
- (4) 4. 哪種是健康點心？
 (A) 珍珠奶茶 (B) 巧克力 (C) 糖果 (D) 水果
- (4) 5. 體重過重對身體的影響？
 (A) 心血管疾病 (B) 高血壓 (C) 糖尿病 (D) 以上皆是
- (4) 6. 哪種食物的營養高熱量低？
 (A) 炸雞 (B) 披薩 (C) 蛋糕 (D) 蔬菜



鼓勵學生在校多喝水

