112學年健促成果-健康體位

體適能講座：間歇有氧運動

體適能講座：進行有氧運動練習

手作健康美味輕食料理

營養師帶領下讓同學親自做出健康的料理

112學年健促成果-健康體位

國立竹南高級中學112學年健康促進學校健康體位議題健康體位團體競賽得獎名單

成績計算截止日期03/20

一年級	101班	102班	103班	104班	105班	106班	107班	108班	109班	110班	111班	111班	113班	114班
名次							3	1		2				
二年級	201班	202班	203班	204班	205班	206班	207班	208班	209班	210班	211班	212班	213班	214班
名次		1					3			2				
三年級	301班	302班	303班	304班	305班	306班	307班	308班	309班	310班	311班	312班	313班	314班
名次	2			1									3	

獎勵:年級第一名公開頒獎，同時每位同學嘉獎一支

112學年健促成果-健康體位

國立竹南高級中學 112 學年健康促進學校
健康體位競賽名次一覽表

班級座號	姓名	名次	備註
30411	彭 0 綸	1	減重 19 公斤
20717	許 0 維	2	減重 17.7 公斤
21108	賴 0 星	3	減重 14.8 公斤
20523	劉 0 郡	4	減重 12.6 公斤
20831	蕭 0 永	5	減重 11.9 公斤
31306	郭 0 葳	6	減重 11.1 公斤
21415	林 0 禎	7	減重 8.5 公斤
30808	徐 0 翔	8	減重 8.2 公斤
20533	張 0 慈	9	減重 7.8 公斤

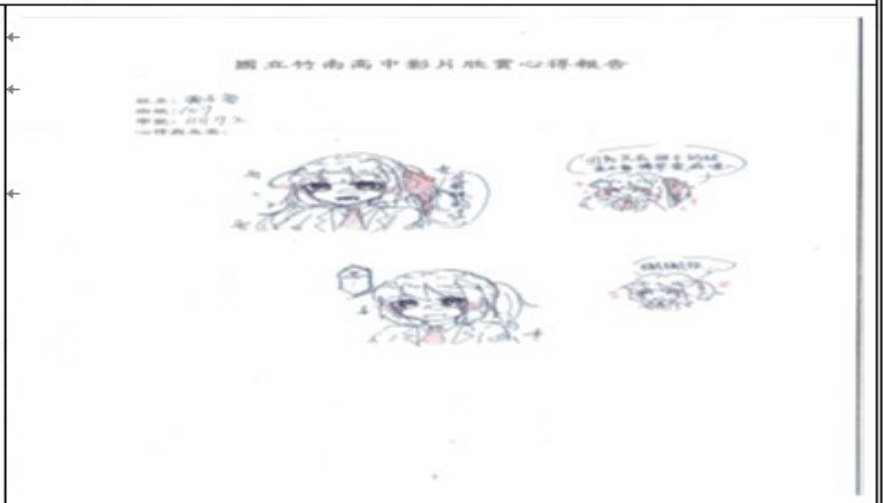
■ 獎勵辦法：

（一）優等個人獎：第一名【獎狀乙紙及 1200 元等值獎品】、第二名【獎狀乙紙及 800 元等值獎品】、第三名【獎狀乙紙及 600 元等值獎品】。

（二）績優獎：取 6 名【獎狀乙紙及嘉獎二次】

（三）凡榮獲以上獎項者可請體育老師酌予體育成績加分以資鼓勵。

112學年健促成果-性教育(含愛滋病防治、月經教育)

活動照片	
	
提高對愛滋病的認識和了解，從而降低感染風險可以減少愛滋病的歧視和污名化。	愛滋病之漫畫創作，了解愛滋病之傳染途徑
月經教育讓女性了解自己的身體和月經週期	愛滋病之影片賞析，內化同學對於愛滋病病患的同理接納態度。

112學年健促成果-性教育(含愛滋病防治、月經教育)

全校教職員性教育及愛滋病防治宣導

112學年健促成果-菸害防制

名稱：同學實施一氧化碳檢測情形	名稱：菸、檳對身體的危害及戒菸心得分享
名稱：認識菸品與檳榔的現況及菸、檳害之法規戒菸、檳成功之方法	名稱：同學實施一氧化碳檢測情形
名稱：體適能講座：間歇有氧運動	名稱：體適能講座：間歇有氧運動

112學年健促成果-菸害防制

名稱：體適能講座：間歇有氧運動

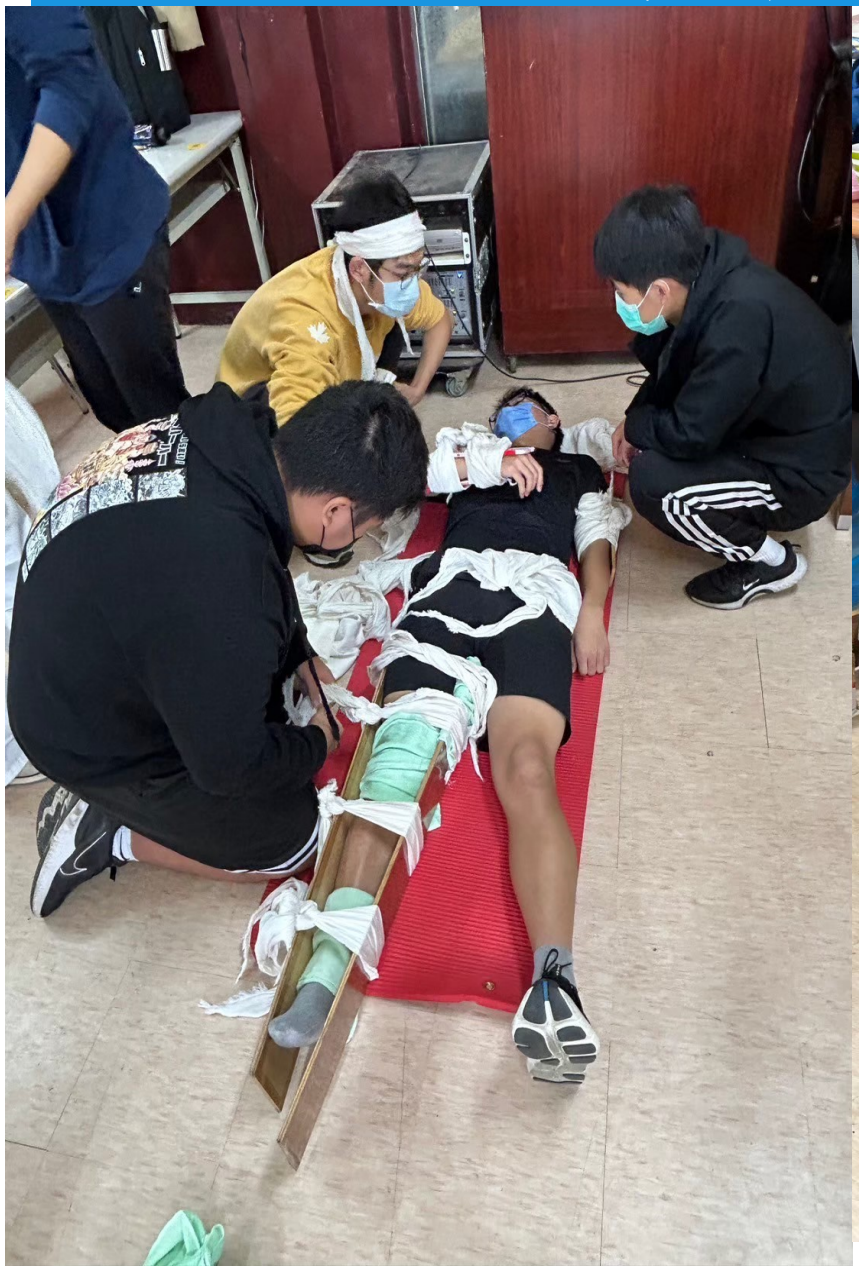
名稱:體適能講座： 體能訓練與飲食相關詳述

名稱：戒菸、檳成功之方法

名稱：戒菸、檳對身體的好處

112學年捐血活動

112學年急救營活動



112學年急救營活動