

新科國中 109 學年度增高樂活班課程

學生暨家長通知書

一、 本學年健康體位樂活班實施方法如下：

1. 109 學年度於課後實施
2. 維持課程品質，參與人數至多 20 人
3. 為使課程多元化，且使學生養成運動習慣，結束後務必請任課老師簽名認。
4. 若參與「健康飲食」課程操作課，務必攜帶圍裙、口罩、保鮮盒、餐具。
5. 為鼓勵及肯定同學的參與，減少中途放棄，當日全程參與課程的學生一律在課程結束後可至衛生組登記榮譽點 2 格，缺課皆不給予點數。

二、 健康體位樂活班獎勵原則：

(一) 為鼓勵及肯定同學的參與，減少中途放棄，當日全程參與課程的學生一律在課程結束後可至衛生組登記榮譽點 2 格，缺課皆不給予點數。

(二) 課後運動班認證達 8 次以上，嘉獎一次

(三) 達成理想目標的第一名同學另有獎勵

新科國中學務處衛生組敬上 衛生組 6686387#6122

(請撕下回條於 繳交回至衛生組)

109 學年度 健康體位增高樂活班報名表(下學期課表之後通知)

我是_____，____年____班 _____號

☐願意參加 109 學年度樂活班，為了自己的體態與健康，我願意接受挑戰！來吧！

☐無法全程參加增高樂活班 (☐週三 ☐週五) ☐無法參加增高樂活班

家長簽名：_____ 導師簽名：_____

健康體位樂活班課程內容如下，

(下學期將依段考作調整，另發通知)

健康樂活課程表：

每週三、五	下午:3:40-4:30
第八週	10/21、10/23
第九週	10/28、10/30
第十週	11/4、11/6
第十二週	11/18、11/20
第十五週	12/9、12/11
第十六週	12/16、12/18
第十七週	12/23、12/25
第十八週	12/30、1/1 停課
第十九週	1/6、1/8