

桃園縣中壢市中原國民小學 101 學年度學生參加  
健康體位自主管理專案—我的健康日記

家長同意書

壹、說明

- 一、配合教育部與桃園縣政府教育局推動學生健康自主管理。
- 二、養成 BMI 值超重、過重學童正確衛生保健觀念並影響家庭成員建立正確飲食觀念。
- 三、養成規律運動及正確飲食習慣，並能身體力行。

貳、實施內容

- 一、參加對象：經學校健康中心評估 BMI 值超重、過重之學生。
- 二、飲食與運動自主管理：依「我的健康日記」，進行飲食控管與運動活動，請導師或家長進行認證。
- 三、體位追蹤與監控：完成「健康認證表」，於 102.6/10~6/21 至健康中心量測「身高、體重」，並繳交該表至健康中心，我們將進行統計，成效佳者，將發予「健康體位飲食控管暨運動認證獎狀」及榮譽卡，以茲鼓勵。
- 四、為鼓勵孩子積極進行飲食管控與運動活動，凡是完成健康認證表，並於 6/21 前繳交的小朋友，都可以參加抽獎活動。
- 五、經家長評估同意參與計畫，必須簽署家長同意書並繳回訓導處衛生組統計彙整。
- 六、在運動與飲食自主管理中，若有不適應情況，請立即停止，並告知教師、家長或相關人員。
- 七、為讓健康管理更有成效，請家長配合學校給予孩子適當份量之早晚餐。

請沿此線撕下

家長同意書

茲  同意  不同意 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班 學生：\_\_\_\_\_

參加中原國小 101 學年度學生健康體位自主管理專案—我的健康日記，願意協助督促孩子養成正確的飲食及運動習慣，鼓勵孩子為健康堅持到底。

有 身體特殊疾病狀況：( )

無 身體特殊疾病狀況。

備註：本同意書請於 101 年 9 月 26 日前交回衛生組，謝謝。

家長簽名：\_\_\_\_\_