

基隆市深美國民小學健康促進成果報告

辦理學校	基隆市深美國民小學	活動名稱	三樂小子
對象	三~五年級 BMI 值過重 / 超重的學生	時間	104 學年度
參加人數	30 人	相關附件 (有需要者列出)	<input type="checkbox"/> 計劃 <input type="checkbox"/> 活動等相關照片 <input type="checkbox"/> 其他 (小書、心得分享、學習單)

與三商美邦人壽及董氏基金會合作，開設三樂小子體重管理班。於期初向 BMI 值過重 / 超重的學生發下參加意願調查單，優先錄取 BMI 值較高的前 30 名學生。除了每週四晨光時間集合上課外，並請學生每天第二大節下課配合課間操音樂，一起動一動，結束後，再去做自己喜歡的運動。



今日課程—增加運動量，坐著看電視的時候也可以動一動喔！



動動體操，跟著老師動次動！



配合董氏基金會的動動體操影片，三樂小子們動起來！