

新北市 104 年度國民小學推動書包減重實施計畫

104 年 4 月 29 日新北教國字第 1040721279 號函

多元釋壓，健康成長

壹、計畫緣起：

有鑒於學習型態多元發展，為維護學童正常生理發展，促進身心健康成長，本局自 96 年 9 月起配合教育部政策，推動本市國民小學書包減重計畫，96 年 9 月 1 日至 97 年 1 月 20 日之實施成果獲教育部評選績優第 1 名。98 年度至 99 年度持續推動本計畫，加強落實宣導及檢測工作，同時辦理本市國小實施成果績優學校評選前 5 名，頒發補助金予以獎勵。100 年度並規劃辦理到校訪視輔導工作，分享交流推動策略與成果，同時服膺教育統合視導指標。104 年度將持續加強辦理宣導、檢測、評選及到校抽訪輔導工作，以提升本市推動書包減重計畫之實施成效。

貳、依據：

- 一、教育部 98 年 2 月 19 日台國（一）字第 0980025447 號函。
- 二、教育部 102 年 8 月 27 日臺教授國部字第 1020076708 號函。

參、目標：

- 一、推動學校透過書包減重宣導及檢測，實施多元教學方式，運用資訊科技輕鬆 e 化學習，善用創意置物空間，以減輕書包重量，減少學習壓力，讓學童快樂學習，促進身心健康成長。
- 二、輔導學童建立有效管理書包之觀念與能力，使學童骨骼正常發展，培養良好體態，展現活力與自信。

肆、主辦單位：新北市政府教育局

伍、承辦單位：新北市土城區安和國民小學

陸、實施對象：本市公私立國民小學

柒、實施期程及辦理方式：

- 一、規劃宣導期：104 年 5 月至 8 月
 - （一）規劃本市 104 年度國民小學書包減重實施計畫，以有效推動本市公私立國民小學全面實施。
 - （二）規劃辦理推動書包減重實施計畫說明會活動。

- (三) 學校應辦理書包減重相關宣導活動，設置書包減重資訊專區，以利溝通親師生觀念，擴大實施成效。

二、實施推廣期：104 年 9 月至 12 月

(一) 發放學童書包減重基本知能文宣摺頁

1. 請各校至各區務領取摺頁，並於新生座談會或第一學期家長日發送予新生家長，內容設計係自家長角度指導孩子學會整理書包，以培養學童自我整理能力。
2. 摺頁電子檔請各校公告於學校網頁，以提供 2 至 6 年級學生家長參閱及下載使用。

- (二) **辦理推動書包減重實施計畫說明會**（如附件 1），以宣達本市 104 年度推動書包減重計畫，期使學校明確了解計畫之重要及對學童身心健康之影響，並邀請 103 年度績優學校經驗分享，以有效落實書包減重之普及，養成學童自主管理之習慣，並提升親師生書包使用之正確認知。

- (三) 學校應**加強宣導置物櫃之充分活用**，由教師指導學童有效利用置物櫃空間，培養其自理能力，可視每位學童自我規劃空間之利用方式，以了解學童之執行成效，表現優良者給予適時獎勵，需加強者則施予適時之指導，以利改善。

- (四) 學校應**透過多元之課程教學型態**，例如：生態教學、社區踏查、藝文館場參訪、社團活動及體驗營等，融合各式討論教學活動，以寓教於樂方式，誘發學童主動學習之精神，並藉由師生間彼此互動參與以達教學目標，進而減少學童每日作業量及書本攜帶量。

- (五) 透過學校資訊網站之架設，電子書、線上教學評量等**e 化學習型態之運用**，鼓勵學童線上閱讀討論，並於每日固定時段開放電腦教室供學童使用瀏覽，以利網路教學及評量之實施，減少學童紙本作業攜帶往返之負擔。

- (六) 學校應**擬定書包減重推動計畫**（計畫留校備查），並定期辦理書包重量檢測，並利用相關課程討論書包減重方法與效益，以落實書包減重計畫，相關檢核表件（如附件 2、3），請各校自行檢核後紀錄留校備查一年。

三、成效評估期：104 年 10 月至 12 月

(一) 學校推動書包減重實施情形之抽訪活動（如附件 4）

1. 為配合教育部政策推動書包減重計畫，全市九大分區各抽訪 2 所學校到校視察，抽訪學校將另函通知，以全面落實督導國小書包減重業務之推展。
2. 請訪視委員於 104 年 11 月 21 日前填寫完成各分區國小推動書包減重實施情形之訪評表，寄送至安和國小彙整，提供學校改善及教育局視導之參考。

捌、經費概算：由本市教育局 104 年度相關經費支應。

玖、敘獎：承辦學校工作人員依各子計畫敘獎規定辦理；校長部分則依「公立高級中等以下學校校長成績考核辦法」第 7 條第 1 項第 5 款第 2 目辦理；本局承辦人員則依「新北市政府及所屬各機關學校公務人員平時獎懲基準」第 12 條第 1 項第 4 款辦理。

拾、預期實施效益：

- 一、本市所屬國民小學 100%全面推動實施國民小學書包減重計畫，減輕學童壓力，促進身心健康成長。
- 二、本市所屬國民小學推動國民小學書包減重檢測之平均合格率達到 90% 以上。

拾壹、本計畫經陳核後實施，修正時亦同

新北市 104 年度國民小學推動書包減重說明會實施計畫

- 一、依據：新北市 104 年度國民小學推動書包減重實施計畫。
- 二、目的：說明本市 104 年度推動教育部「書包減重」實施計畫內容與推動相關注意事項，以利各校落實推動。
- 三、辦理單位：
 - (一) 主辦單位：新北市政府教育局
 - (二) 承辦單位：新北市土城區安和國民小學
- 四、辦理時間：104 年 8 月 18 日（星期二）上午 8 時 30 分至 12 時。
- 五、辦理地點：新北市板橋區海山國民小學 5 樓階梯教室。
- 六、參加對象：新北市各公私立國民小學書包減重承辦處室主任或承辦人，同意核予公假登記並課務排代。
- 七、報名方式：自 104 年 7 月 13 日（星期一）起至 104 年 8 月 13 日（星期四）下午 4 時前逕上教師研習系統報名。
- 八、活動程序表(暫訂)：

時間	活動內容	講師或負責人	備註
08:30-08:55	報到	安和國小團隊	安和國小
08:55-09:05	致歡迎詞	洪校長珮瑤	安和國小
		蔡校長明若	海山國小
09:05-09:15	實施計畫與注意事項說明	林輔導員昀宣	教育局承辦人
09:15-11:45	績優學校辦理經驗分享	文聖國小 光榮國小 文德國小	績優學校
11:45-12:00	綜合座談	龔科長東昇	
12:00	賦歸		

- 九、經費概算及來源：本計畫所需經費由本局相關業務經費項下支應。
- 十、辦理本計畫之工作人員核予公假登記並課務排代，另依據「本府所屬各級學校及幼兒園辦理教師敘獎處理原則」第 2 項第 2 款予以敘獎。
- 十一、為配合節能減碳政策及因應學校無法提供停車位，請儘量搭乘公共運輸系統並自備環保杯。
- 十二、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

新北市 104 年度國民小學推動書包減重計畫實施檢核紀錄表

學校名稱：_____ 班級數：_____

編號	檢核項目	檢核(填寫)內容	備註
1	是否辦理書包減重計畫	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	未辦理之具體理由陳述如下：
2	是否定期辦理書包抽測	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	抽測週期為： <input type="checkbox"/> 每月 <input type="checkbox"/> 每週 <input type="checkbox"/> 其他(請說明) 抽測紀錄如附件 1-1
3	學校軟硬體設施	<input type="checkbox"/> 架設學校網站並充實課程學習資料庫。 <input type="checkbox"/> 加強學生保全與門禁管制，並備巡邏紀錄。 <input type="checkbox"/> 提供良好飲水設施，附含水質檢測紀錄。 <input type="checkbox"/> 書包減重資訊專區設置。	
4	書包減重宣導與置物櫃使用策略	<input type="checkbox"/> 已辦理親師溝通觀念、班級宣導等活動。 <input type="checkbox"/> 置物櫃已妥為規劃運用；未獲置物櫃補助學校已擬定書包減重相關策略。 <input type="checkbox"/> 已舉辦相關班級活動競賽，並有具體獎勵方式。	
5	課表編排方式	<input type="checkbox"/> 已利用網路教學等型態運用，例如：網路教學作業評量減少學童紙本攜帶等。 <input type="checkbox"/> 以戶外教學或研習營隊方式替代相關課程，例如：博物館參觀、實地探訪、各式專題討論、體育活動等。 <input type="checkbox"/> 安排每日課表動靜比例均	

		衡。	
編號	檢核項目	檢核(填寫)內容	備註
6	學生書包抽測	<input type="checkbox"/> 書包重量(含手提所有物品)不超過體重的 12.5% (1/8)。 (抽測平均合格率: %) <input type="checkbox"/> 訂有不及格學生改進策略。 <input type="checkbox"/> 已實施書包超重後續處理措施。 <input type="checkbox"/> 已製作書包重量前後測紀錄表。	
7	其他推動本方案之創意作為	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	請略述：

承辦人：

主任：

校長：

以上表件請填寫完妥經核章後，留校備查 1 年。

**新北市 104 年度國民小學推動書包減重實施計畫
—學生書包減重檢核紀錄表**

(一) 抽測日期：____年____月____日

(二) 抽測人數：____人，占全校人數比率____%。

(三) 書包超重：____人，占抽測人數比率____%。(抽測平均合格率：____%)

(四) 書包超重原因：

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

(五) 改進策略：

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

新北市 104 年度國民小學推動書包減重輔導訪視計畫

- 一、依據：新北市 104 年度國民小學推動書包減重實施計畫。
- 二、目的：協助本市 104 年度推動教育部「書包減重」實施計畫督導檢核，並促進校際間交流分享，以利各校落實推動。
- 三、辦理單位：
 - (一) 主辦單位：新北市政府教育局
 - (二) 承辦單位：新北市土城區安和國民小學
- 四、訪視期間：104 年 10 月 27 日起至 11 月 7 日止(暫訂)。
- 五、訪視地點：各受訪學校
- 六、訪視方式：
 - (一) 全市九大分區每個分區抽訪 2 所學校到校視察，抽訪學校將另函通知。
 - (二) 訪視委員由教育局聘任書包減重績優學校校長、業務承辦主任或組長擔任。
 - (三) 當日參與訪視活動之訪視委員及受訪學校工作人員，本局同意核予公假登記並課務排代方式辦理，俾利訪視活動順利圓滿。
- 七、訪視流程參考：

時間	內 容	備 註
5 分鐘	歡迎致詞	
25 分鐘	學校簡報	
30 分鐘	資料檢閱	
30 分鐘	綜合座談	
- 八、訪視檢核
 - (一) 訪視指標及紀錄表詳如附件 1。
 - (二) 訪視委員需綜合委員意見後共同填寫 1 份訪評表，並於訪視委員簽章處共同簽名。
 - (三) 本訪視結果不列入校際間評比，僅供本局檢核各校推動現況，作為本計畫推動成效與改進策略參考。
 - (四) 各校以受訪 1 次為原則，若因特殊因素或執行欠佳，本局將另行派員到校進行複評。
- 九、經費概算及來源：本計畫所需經費由本局相關業務經費項下支應。
- 十、敘獎：承辦學校工作人員依「新北市政府所屬各級學校及幼兒園辦理教師敘獎處理原則」附表第 3 項第 1 款辦理，惟考量訪視時程及學校數量，核予主辦 1 人嘉獎 2 次，協辦 3 人嘉獎 1 次。
- 十一、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

新北市 104 年度國民小學推動書包減重輔導訪視紀錄表

學校名稱: _____

項目	檢視細項	得分或紀錄
學校軟硬體設施(20%)	1. 架設學校網站並充實課程學習資料庫。(5%)	
	2. 加強學生保全與門禁管制，並備巡邏紀錄。(5%)	
	3. 提供良好飲水設施，附含水質檢測紀錄。(5%)	
	4. 書包減重資訊專區設置。(5%)	
書包減重宣導與置物櫃使用策略(30%)	1. 親師溝通觀念及班級宣導。(10%)	
	2. 已獲置物櫃補助之學校請針對置物櫃妥為規劃運用；尚未獲置物櫃補助之學校請針對其他書包減重相關策略擬定執行。(10%)	
	3. 舉辦相關班級活動競賽及獎勵方式。(10%)	
課表編排方式(20%)	1. 網路教學型態運用，例如：網路教學作業評量減少學童紙本攜帶。(7%)	
	2. 以戶外教學或研習營隊方式替代相關課程，例如：博物館參觀、實地探訪、各式專題討論、體育活動等。(7%)	
	3. 每日課表動靜比例均衡。(6%)	

項目	檢視細項	得分
學生書包抽測 (20%)	1. 書包重量(含手提所有物品)不超過體重的 12.5% ，平均合格率達 90%以上。(5%)	
	2. 製作書包重量前後測紀錄表，並有完整檢測紀錄。(5%)	
	3. 研訂不及格學生之改進策略。(5%)	
	4. 落實書包超重後續處理及跟進。(5%)	
其他推動本方案之創意作為 (10%)	依學校的特色及資源所推動具成效之創意妙方--	
總 分		
綜合評語與建議：		

訪視委員簽名：