



春暖花開 日益健康

屏東縣春日國民小學

114年健康促進學校特色獎勵競賽-卓越金質獎

春日鄉地處屏東縣的東南隅，三面環山、正面俯瞰臺灣海峽。這裡有座富有原住民風情的學校—春日國小。春日鄉是以排灣族人為主的原住民鄉鎮，學校以原民文化為出發點，長年與家長、社區人士密切互動，健康促進活動與策略強化學校與社區的緊密結合，從社區端獲得許多幫助也積極參與社區活動回饋居民，共創健康環境。學校也把健康議題結合民族教育，搭配周遭山林所形成的「天然運動場」，設計出富有原住民特色的校本課程。



社區學校零距離，共創健康校園生活

學校將健康議題融入本位課程，邀請社區專業人士擔任講師教授傳統文化，例如：學校邀請社區耆老結合親師生，進行傳統作物種植與烹調課程，學習在地文化也吸收健康知識。春日國小也和臺灣防盲基金會達成結盟，每學期到校追蹤學生視力及實施義診，建立視力存摺以紀錄學童視力變化，也協助學校追蹤視力不良的高風險個案，一同守護孩童視力。



圖3-1：臺灣防盲基金會到校做視力檢查

與社區協力合作，健康促進理念不僅深植校園，也擴展至家長與社區。例如：學校舉辦親子闖關活動，寓教於樂同時向家長傳遞健康知能。為了將愛與關懷傳遞到社區的每個角落，學校響應當地舉辦的「歲末寒冬送暖」計畫。學生們前往部落的老人照護中心與文健站，透過音樂表演為長者們帶來溫暖與歡笑，藉此傳達關愛與祝福。



圖3-2：歲末寒冬學生至養護中心為社區長者表演

課程融入文化，實踐健康日常

健康議題、民族教育及天然的運動場，這些元素讓學校發展出風格鮮明的校本課程與社團活動。校內的族語課程加入口腔、視力保健內容，學習族語也兼顧健康知能。學校設計部落踏查戶外課程，讓學童瞭解原民文化、增加戶外活動時間並強化視力應用。



圖3-3：部落踏查課程，強化學生視力應用

教師們創意地將山坡地轉化為訓練場地，讓柔道隊員在自然環境中鍛煉體能，增強學生體魄更培養適應環境的能力。學校也強調「精力善用、自他共榮」的精神，培養學生關愛他人、相互扶持的文化，就像高年級隊員透過團隊訓練將技術與經驗傳承給學弟妹；隊員參與校外比賽，全校師生給予真摯的歡送與祝福，增加選手在賽場上的自信心。



圖3-4：柔道社團訓練，
鍛鍊學生強健體魄

營造校園情緒環境，培養學生正向心理

學校規劃多元獎勵機制，將品德教育融入獎勵制度，進而增加學生的正向心理與自信心。例如：校內舉辦健康勇士、健康公主選拔賽，選拔出BMI正常、視力良好、無齲齒、具良好衛生習慣及正向心理的學生並公開表揚，藉此提升學生的正向成就。平日裡，也能利用良好表現來累積榮譽點數，以此更換獎品禮物，鼓勵學生正向行為表現及自信心。



圖3-5：健康勇士/公主選拔賽，
培養學生良好生活態度

除了校內營造社會情緒環境外，參與校外多元活動，讓學生能在正向環境中培養良好人際關係和情緒能力也非常重要。學生們參與醫院舉辦的公益表演活動，不僅建立自我認同，更藉此培養社會責任感，讓愛與關懷能擴展得更遠；學生也在公益社團舉辦的捐贈活動中將自己的東西捐贈給有需要的人，以此培養感恩的心，將來也能成為捐贈之人。



圖3-6：古謠隊展演，增強自我
認同與表達能力。

結語

春日國小以「樂觀、用心、認真、負責、進取」為健康促進願景。與家長、社區居民建立深厚友誼，共同打造健康快樂的共榮環境。結合民族教育、戶外活動及人文關懷以發展校本課程，傳遞民族文化、強化學生體能、提高個人健康意識，營造健康友善的學習環境，提升學生心理健康與正向發展。

