



# 桃園市莊敬國小各項活動照片

照片說明



書包減重宣導

透過短片，讓學生了解書包減重的重要性



影片中也教學生如何正確書包



# 桃園市莊敬國小各項活動照片

照片說明



書包減重宣導

於兒童直播朝會進行書包減重宣導



宣導剪影





# 桃園市莊敬國小各項活動照片

照片說明



全校書包減重抽測

學生依序進行書包重量測量



書包未超重者獲得獎勵卡一張



# 桃園市莊敬國小各項活動照片

照片說明



書包減重宣導

於兒童朝會教導學生書包如保減重



透過短片，讓學生了解書包減重的重要性





# 桃園市莊敬國小各項活動照片

照片說明



書包減重督學訪視

督學訪視



督學訪視





# 桃園市莊敬國小各項活動照片

照片說明

書包減重學習單

桃園縣桃園市莊敬國小書包減重學習單

三年 7 班 16 號 男( )女(✓)  
姓名 古芷穎

一、我的體重是 33.3 公斤

二、我的書包是 2.2 公斤

三、我現在使用的書包是  
 肩背式     側背式     拖拉式

四、書包重量應為體重的八分之一，算一算，你的書包重量  
 合格     超重，超重的原因：\_\_\_\_\_

五、你是否有依照聯絡簿的內容來整理書包？  
 有     沒有

六、是非題

① (○) 小朋友不要因為書包的重量，讓自己變得彎腰駝背，或是肚子凸出來。

② (X) 背書包上緣應與肩膀同高，書包下緣則在膝蓋上。

③ (○) 重的物品要放在書包內側靠近自己的地方，輕的放在外側。

④ (○) 把雙肩書包背在前面，可能會影響小朋友的視線，容易摔倒受傷，所以並不建議採取前背方式。

⑤ (○) 類似登機箱的拉桿式書包，因為上下樓梯不方便，小朋友容易拉傷手臂，不建議使用。

~書包減重，健康啟動~