**112學年度新竹市健康促進藝文競賽**

**1.本健促藝文競賽為「鼓勵」參加，每人不限制報名議題數目。**

**2.若需要清楚的各競賽內容計畫，請洽衛生組或竹光國中校網。**

**3.繳交時間：下學期開學後2/23(五)前。**

**4.繳交窗口：學務處衛生組 (衛生組將統整校內作品擇優後，以校為單位送至各承辦學校)。**

**5.此為市級比賽，市賽得獎依照竹苗區學生獎懲規定敘獎。**

**6.參加性教育、安全教育競賽獲獎者，除有獎狀乙張及禮券外，敘獎項目為：**

|  |  |
| --- | --- |
| **獎勵** | **個人競賽獎勵** |
| 冠軍(特優) | 大功乙次 |
| 亞軍(優等) | 小功兩次 |
| 季軍(甲等) | 小功乙次嘉獎乙次 |
| 四至六名(佳作、入選) | 嘉獎兩次 |

**各議題藝文競賽如下：**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **議題** | **型式** | **送件數目** | **大小及內容** | **選件** |
| **視力保健** | **貼圖** | **至多15件** | **大小：8開圖畫紙**  內容：於8開圖畫紙中完成四個主題的貼圖設計，各主題貼圖設計約15\*13cm，四項主題分別為：  1.用眼3010  2.戶外時間120  3.3C小於1  4.定期就醫追蹤 | **摸彩** |
| **口腔衛生** | **圖畫** | **至多6件** | **大小：8開圖畫紙**  內容：內容如「餐後潔牙-使用牙線、貝氏刷牙法配合1000ppm含氟牙膏」、「定期看牙醫」、「不喝含糖飲料」、「不吃零食」或其他口腔保健內容。 | **評選** |
| **健康體位** | **四格漫畫** | **至多10件** | **大小：四格創作單(須上校網下載格式)**  內容：於創作單上表達健康體位之核心概念(擇一)。   1. 睡滿8小時 2. 天天5蔬果 3. 3C產品少於2小時 4. 天天運動30分鐘(一周210分鐘) 5. 喝足白開水天天0糖飲 | **抽獎** |
| **性教育** | **標語或插畫** | **至多4件** | **大小：8開圖畫紙**  內容：**標語或插畫**  **主題一：性教育**  1.我的青春記事~青春期生理及外觀變化之保健於調適(如：第二性徵、青春痘、身高……等)  2.預防青少年懷孕  3.情感關係(如：情感表達溝通、約會、分手調適……)  **主題二：愛滋病防治與關懷** | **評選** |
| **全民健保**  **正確用藥** | **圖像徽章** | **至多5件** | **大小：專用稿紙(須上校網下載格式)**  形式：可以手繪或電腦繪圖完成  內容：以下擇一主題進行設計  1.觀察病症的情形:觀察自己身體的警訊，來判斷是否需要就醫。  2.優先選擇一家醫:優先並固定選擇居家附近的基層診所就醫。  3.病症表述用口訣:能利用口訣完整表述病情給醫生知悉。  4.合理期待最和諧:對醫療抱持合理期待，配合並感謝專業人士。  5.聰明用藥愛健保:遵循醫囑服用藥品，不浪費醫療資源。  6.如期回診要記牢:遵醫囑如期回診，避免浪費醫療資源。  7.聰明就醫六要素，珍惜健保We can do!:綜合以上六要素進行繪製。  注意事項：**作品正面不可出現任何可識別學校或個人有關的文字或圖像**。 | **評選** |
| **反菸拒檳** | **圖畫** | **至多6件:**  **反菸3件**  **拒檳3件** | 大小：A4(設計約25\*21cm)  內容：挑選底下的一個主題，依據主題構思10字內的標語，並將標語內容及設計的圖案畫A4紙中16\*20cm的框框內。  主題：  反菸類：「拒絕電子煙」「無菸家庭」  拒檳類：「無檳家庭」或「檳榔子本身就是致癌物」 | **評選** |