



雙龍國小

Shuang Long Elementary School

點選

教育部
健康體育護照



學生園地

雙龍童言童語
品文大挑戰

新生入學專區

📖 新生入學專區

📖 新生入學Q&A

📖 國小新生入學須知

📖 104學年度新生入學錄取名單

▾ "校園行事曆"請點選最上方連結 ▴

活動剪影



校園佈告欄

最新消息

榮譽榜

研習訊息

教師專區

各項會議記錄
學生請假填報
教師研習系統
K12研習系統
學務管理系統
維修通報系統
教師職務選聘
網路硬碟(新)
修改網硬密碼
📁 更新網路硬碟
流程

行政公務



教育部 健康體育護照



登入

帳號 身分證字號

密碼 最近一次就學紀錄之學號或座號

登入

學號或座號

3. 如登入有誤，請先洽詢就學紀錄老師

1. 學生自行輸入身分證字號
身分證字號英文字為大寫

2. 密碼為班級加座號
三年五班1號的密碼為
30501

3. 按 登入



教育部健康體育護照 國小1~3



市立雙龍國小
二年二班
97年5月
暱稱：

獎章得獎紀錄表：無
運動大撲滿：🌟 X 0
游泳等級：未實施游泳教學
跑步大撲滿：0 KM

成長軌跡

身體組成

運動大撲滿

跑步大撲滿

游泳能力分級紀錄表

身體活動問卷



部長的的話

各位青春年少朋友，大家好！健康是上天賜給你的寶藏，實踐生活就能豐富你的幸福人生，不健康的生活就像鬆動的螺絲釘，卡住了生命機器，而失去幸福人生的動力。請放鬆心情，這裡沒有考試，只有輕鬆的佳餚，請你慢慢享用。

擁有健康和活力的身體就是快樂成長的最佳泉源，健康是快樂成長的有效途徑。健康行為包含了規律運動與衛生保健，基於此，教育部延續「提升學生體適能中程計畫」，並結合「學生游泳能力計畫」，並結合「健康促進學校計畫」，特別編制健康體育護照，隨時提醒你注意自己的健康。

這本健康體育護照，可以協助你了解個人的成長軌跡與體適能狀況、紀錄個人的運動行為與運動團隊參與事蹟、以及考驗游泳的能力，以達成一人一運動、一校一團隊，每年提升學生體適能2%，每年提升學生規律運動人口3%為主目標。

除此之外，這本護照亦藉由十類別健康指標，透過個人的自我評量，幫助你了解個人的衛生保健行為，期使培養健康的生活習慣，讓你能夠健康、安全、快樂的成長。各位青春年少朋友，這本健康體育護照會是你快樂成長的良伴，跟著你和家人、老師一起照顧自己的健康，並且建立起良好的健康行為，就能讓你擁有健康的人生，這本護照就是你成長過程中最好的見證。

祝你 快樂 健康

教育部長 吳思華 謹識

按 跑步大撲滿



教育部健康體育護照 國小1~3



市立雙龍國小
二年二班
97年5月
暱稱:

獎章得獎紀錄表: 無

運動大撲滿: X 0

游泳等級: 未實施游泳教學

跑步大撲滿: 0 KM

成長軌跡

身體組成

運動大撲滿

跑步大撲滿

游泳能力分級紀錄表

身體活動問卷



跑步大撲滿

請您點選下方按鈕，觀看各學期運動學習紀錄。

跑步大撲滿填寫時間最多僅可回溯至8天前(含當天)

103上	103下	104上	104下	105上	105下
103年8月	103年9月	103年10月	103年11月	103年12月	104年1月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	距離總計
30 0 公尺	31 0 公尺	1 0 公尺	2 0 公尺	3 400 公尺	4 0 公尺	5 0 公尺	
6 0 公尺	7 0 公尺	8 0 公尺	9 0 公尺	10 0 公尺	11 0 公尺	12 0 公尺	

起點: 桃園

恭喜你已經總共跑了: 0.4公里, 已經跑到了: 桃園1



登錄 跑的距離
打好數字按
enter鍵

一起參加 奧運吧！

9/1 - 9/9 挑戰

從臺灣跑向 2016 夏季奧運
舉辦地巴西里約吧！



18,470 km

Join us!



活動介紹

- > 活動背景
- > 活動說明
- > Run遊奧運尋寶記



Run遊奧運尋寶記

首頁 > 活動介紹 > Run遊奧運尋寶記

想環遊五大洲，踏遍各個國家，還沒開始行動嗎？
實踐夢想不難！用自己的雙腳跑向世界吧！

【遊戲說明】

登錄Run遊奧運尋寶記遊戲，挑戰從臺灣跑向1996年至2016年6屆夏季奧運舉辦城市，累計每日跑步里程，同時登錄至「跑步大撲滿」平臺。

將依照你登錄的里程數，換算為遊戲中角色的移動距離，隨著累積的里程數，即可環遊6個奧運舉辦城市囉～
Run遊奧運尋寶記～讓我們一起翹遊五大洲，跑向2016夏季奧運舉辦地巴西里約吧！

【獎勵】

Run遊奧運尋寶記遊戲不僅能帶你翹遊五大洲，每個月達成任務目標的同學們，還可以獲得限量紀念拼圖乙塊，蒐集完5塊拼圖即可參加抽獎，有運動手錶、健康管理手環、印有中華奧會的紀念品...多項大獎等著你囉！

【任務說明】

活動時間：2015年9月14日起至2016年1月17日

任務發佈日：9月14日、10月12日、11月9日、12月7日、2016年1月4日

只要趁每天下課時間跑2-3圈(每圈200公尺)操場，即能完成從臺灣跑向亞特蘭大、雪梨、雅典、北京、倫敦，以及2016夏季奧運舉辦地巴西里約囉，完成每月挑戰任務，就有機會獲得獎勵！

【里程換算】

以1:1000的比例換算（如：實際跑1公尺，遊戲中則前進1公里）

下一頁簡報
字放大，
較清楚！

按此前往活動網頁

- **【遊戲說明】**

- 登錄Run遊奧運尋寶記遊戲，挑戰從臺灣跑向1996年至2016年6屆夏季奧運舉辦城市，累計每日跑步里程，同時登錄至「跑步大撲滿」平臺。將依照你登錄的里程數，換算為遊戲中角色的移動距離，隨著累積的里程數，即可環遊6個奧運舉辦城市唷～
Run遊奧運尋寶記～讓我們一起翱遊五大洲，跑向2016夏季奧運舉辦地巴西里約吧！

按此前往活動網頁

- **【獎勵】**

- Run遊奧運尋寶記遊戲不僅能帶你翱遊五大洲，每個月達成任務目標的同學們，還可以獲得限量紀念拼圖乙塊，蒐集完5塊拼圖即可參加抽獎，有運動手錶、健康管理手環、印有中華奧徽的紀念品…多項大獎等著你唷！

- **【任務說明】**

- 活動時間：2015年9月14日起至2016年1月17日
- 任務發佈日：9月14日、10月12日、11月9日、12月7日、2016年1月4日
- 只要趁每天下課時間跑2-3圈(每圈200公尺)操場，即能完成從臺灣跑向亞特蘭大、雪梨、雅典、北京、倫敦，以及2016夏季奧運舉辦地巴西里約唷，完成每月挑戰任務，就有機會獲得獎勵！

- **【里程換算】**

- 以1:1000的比例換算（如：實際跑1公尺，遊戲中則前進1公里）