



1420Hz 提案競賽—生活裡的公民課

兒福聯盟秉持兒童權利公約精神，積極實踐兒少表意參與權，成立「1420Hz 兒少發聲平台」匯聚兒少們的想法與心聲，讓兒少在公共議題中有更多發聲的管道。日常生活就是一堂教室外的公民課，邀請學生參加提案提案競賽，透過觀察討論針對生活周遭的問題提出你的改變建議。

壹、學生提案競賽

- 一、 參加對象資格：年齡 14 至 20 歲（個人或團體至多五人）
- 二、 競賽日期：即日起至 2023 年 9 月 30 日(六) 晚上九點截止
- 三、 頒獎與成果分享日期：2023 年 12 月假日（確切活動時間會另行公告）
- 四、 提案主題：社會福利、身心健康、教育與托育、休閒與網路、其他。
- 五、 提案競賽方式

【第一階段：網路提案】

※註冊加入 1420Hz 兒少發聲平台後，以個人帳號在《提案點子王》成功發起提案，並在提案頁面最上方註明「參加生活裡的公民課 1420Hz 兒少數位提案競賽」。（參考附件一：提案範例）

※於 2023 年 9 月 30 日晚上九點前，發起提案，即算完成參賽資格

※成功發起提案即獲得「提案證書」乙張，累計個人學習歷程為升學加分

1420Hz 兒少發聲平台：<https://www.1420hz.org.tw/>

【第二階段：頒獎與成果分享】

※將由兒福聯盟進行審查，選出 5 個提案進入第二階段，於 2023 年 10 月 31 日前公告於活動頁

※頒獎與成果分享時間：2023 年 12 月假日（確切活動時間會另行公告）

※獲獎前五名提案人，於頒獎日有 10 分鐘簡報時間。

※審查標準如下表

項目	配分	說明
提案內容呈現	30%	內容與兒少教育、幼兒教育、身心健康、休閒與休息、網路安全、社會關懷、兒少保護等兒童人權議題有關且貼近兒少生活。
兒少觀點	30%	提出屬於兒少觀點之觀察，以兒少為主體、從兒少角度看待社會問題與現象，以自身經驗提出「應該做什麼」或「如何做可以更好」等意見。
創意與多元	20%	提案主題有新意、多元、尊重差異、關懷弱勢。
提案格式與形式	10%	提案結構完整包含提案緣由、提案說明清楚，且前後脈絡一致。
可執行程度	10%	提出具體可行的改善建議。

※獎勵方式：

第一名：可獲得 Google Nest Mini、711 超商 2000 元禮券與獎狀乙張；

第二名：可獲得 711 超商 2000 元禮券與獎狀乙張；

第三名：可獲得 711 超商 1500 元禮券與獎狀乙張；

第四名：可獲得 711 超商 1000 元禮券與獎狀乙張；

第五名：可獲得 711 超商 500 元禮券與獎狀乙張；

人氣獎：截止 10 月 31 日中午 12 點止，附議人數最高提案，可獲得 711 超商 500 元禮券。

注意事項：以上獎項不重複

貳、學校合作：

一、生活裡的公民課-班級宣導

在教學現場，許多老師發現學生們大多不清楚自身與公共議題的連結，在課程設計中感到最困難的是「如何讓學生對議題有感？」。兒福聯盟開辦宣導課程，透過表意權牌卡帶領學生分組討論，認識與兒少息息相關的議題，並結合 1420Hz 兒少發聲平台了解如何產出提案，將議題更進一步發展為行動。

※申請對象：國二至高三教師

※活動時間與方式：一節課(約 45-50 分鐘)進班宣導

※人數：每次課程限 15-30 位學生

※報名表單(名額有限，歡迎提早申請)：<https://forms.gle/8gZaLxRPRj1jx2o19>

二、實踐提案計畫(有意願的合作的學校老師)

兒盟觀察到有部分學生對於議題充滿熱忱，也很希望提案不僅是紙上談兵而是可以更進一步行動或實踐。歡迎學校老師帶領學生團隊與兒福聯盟合作，更進一步討論實踐提案。

※申請對象：參加本次「生活裡的公民課 1420Hz 兒少數位提案競賽」的指導教師

※名額有限，本會將針對提案可執行程度和現有資源進行衡量，並非申請都會入選，敬請見諒。

※完成後須參加 12 月的成果分享，簡報 10 分鐘，提供參加證書。

※報名表單(9/30 截止)：<https://forms.gle/8gZaLxRPRj1jx2o19>

聯絡方式：

如有問題歡迎來信

兒福聯盟 研發組 吳翊綾研究員

Email：eliwu@cwlf.org.tw

電話：02-27990333 分機 505

【提案範例】

標題：兒童肥胖率攀升 加強健康飲食宣導、訂定每週健康飲食日

提案內容：

參加生活裡的公民課 1420Hz 兒少數位提案競賽

一、 提案原由：

根據國健署調查，近年來台灣兒少過重及肥胖有上升的趨勢，國小學童 109、110 學年度過重及肥胖率分別為 25.4%及 27.1%；國中學生 109、110 學年度過重及肥胖率分別為 29.9%及 31.2%，都略有升高。

二、 提案說明：

1. 現在的外送平台相當便利，很容易因為同學相約就過度點餐吃過量
2. 透過問卷調查學校共 50 位同學，了解同學的飲食習慣，調查發現有 80%的學生每週會吃油炸食物或含糖飲料，有 71%學生不會在意自己選擇食物是否健康，覺得好吃方便就好。
3. 根據營養師提及，肥胖的主因包含攝取過多高脂食物、含糖飲料，以及身體活動量減少。童年時期肥胖，長大後也容易肥胖，且增加罹患三高、心血管疾病等風險，攝取高油脂、高糖分可能對正在發育的兒少造成影響。

三、 改善建議：

1. 透過學校公告加強健康飲食宣導
2. 規劃每學年請營養師進入學校進行飲食教育
3. 各班級自訂每週健康飲食日，漸進式養成正確的健康飲食習慣