



學校運動站介紹

嘉義縣福樂國小

執行成果報告表 / 樂活運動站設施配置圖



圖1：運動站器材



圖1 圖2 圖3 圖4

執行成果報告表

一、基本資料

本學年班級數	26班	本學年學生數	711人
預估下學年班級數	26班	預估下學年學生數	696人
目前學區人口數	7935人	堪用之空餘教室數	3間

試評估學校未來三年內，是否有增班之可能性？(請勾選) 是 有可能 否
(說明：未來有可能增班，且目前空餘教室少於三間以下者，請勿提出申請)

目前本校已設有室內運動空間 (請勾選)

風雨操場 體育館 (或活動中心) 其他教室

聲明：

1. 本校目前確有堪用且相連之空餘教室 3 間以上。

備註：申請地點以空餘教室優先；待改建之老舊建築物、通風不良或有健康安全疑慮之地點；活動中心、體育館、風雨操場、地下室（無對外窗者）或室外其他空間等，均請勿列入申請。

1. 以本校現有運動場館設施與學生人數，確有設施不足情形。
2. 本校最近兩年內，獲主管教育行政機關補助運動場館設施相關經費累計未達新台幣50萬元以上。

二、設置目標

1. 規劃好玩、有吸引力、並具有身體活動教育意義之設施。
2. 吸引身體活動能力較為弱勢或無運動習慣之學生加入運動行列，並進而養成規律運動習慣，尤以本校原便設有資源班2班，更能發揮提升弱勢學生喜愛運動的習慣。
3. 另企望提供一般學生更充足之室內運動空間與運動設施，舒緩學生運動空間不足問題，及減少不良天候對於學生從事身體活動之影響。
4. 希冀發揮學校創意與特色，建構多元及對學生有吸引力之運動設施，發展學生適性體育教育，促進身體活動量，並培養其終生運動習慣。

三、設置地點

本校可提供設置樂活運動站閒置教室3間（台塑捐建大樓二、三樓多功能教室2間，每間空間約普通教室2間大、另有原韻律教室1間）。

一、樂活體操教室(一)~2樓多功能綜合教室一位於2樓，長15.75M寬10M，目前放置鼓隊大鼓，現況照片如下：

二、樂活教室(二)~3樓多功能綜合教室一位於3樓，長15.75M寬10M，目前放置二張舊桌球桌、軟墊，現況照片如下：

三、樂活教室(三)~韻律教室一位於地下室，長10.08M寬8.68M，鏡面玻璃42片(多處破裂)，不鏽鋼扶手長6.45M、7.92M現況照片如下：

四、規劃內容

規劃以感覺統合、律動、心肺有氧、桌球教學為主、科技機械運動設施為輔的活動課程，吸引弱勢運動學生參與運動，及增加雨天室內體育上課活動。提供安全妥適的運動場地。以簡易、活潑、創新樂趣化教學，規劃感覺統合、律動、桌球、科技性機械運動項目，刺激並吸引弱勢學生吸引投入，養成規律運動的習慣。

五、課程規劃

1. 1.感覺統合訓練：（適用低年級、弱勢學生）

位於2樓之樂活體操教室(一)設置適合低年級及弱勢學生使用之感覺統合器材為主，作為學生統感訓練課程場地此訓練提供前庭、本體感覺及平衡等刺激的全身運動。除提升個體感覺統合機能，更有助於發揮相互合作、遵守遊戲安全規則之認知能力。並適時提供社區民眾及鄰近學校資源或特教班學生登記使用。

2.律動教學：（適用低、中、高年級、弱勢學生、教職員）

提供多元的活動課程，於正式課程中規劃有氧舞蹈、律動課程、健身操等。課後學習課程有街舞社團及教師瑜珈活動。

3.心肺有氧訓練：（適用中、高年級學生、教職員工及社區民眾）

設置健身車與交叉訓練機能增加使用者精神與活力、紓解壓力及增進自信心、，提高教職員工生運動興趣並希望對一般民眾體適能觀念與知能有所幫助，進而能自我訓練，養成規律運動習慣。

4.桌球教學：（適用低、中、高年級）

提供學生多元的活動機會，除正式課程中規劃桌球技能課程，雨天可增加學生室內活動內容，下課時間可提供學生體能活動機會。

5.科技化、趣味化體育學習課程：（適用中、高年級）

現今學生主要活動項目以網路遊戲為主，大量投注於靜態活動中得生活習慣缺乏規律運動，為了增進學生參與身體活動，結合科技運動器材是很好的策略方法。在體育課程中加入科技機械運動設施，將模擬訓練機及合球組、投籃機等運用於教學，刺激學生注意與投入，促進運動效能。棒球及足球九宮格設備可寓教於樂經由趣味化的上課內容，可提升學生運動機會進而提升體適能力

6、善用感統設備與科技運動器材：

將來在人力與場地維護許可下，擬可開放供社區居民使用，讓民眾、家長方便動、喜歡動，進而營造出樂活社區的新風貌，促進社區樂活運動之風氣。

7、舉辦運動競賽：

於學校運動比賽時增加科技運動器材、趣味九宮格作為競賽項目，使全校師生領略科技運動器材之樂趣，並且體會科技運動器材對身體健康、心理健康之助益，達到全校師生均能「樂活運動」之目標。

2. 師資配置：

本校體育專任師資2人，外聘運動專長教師2人，桌球專長教師3名，本校運動志工配合協助體育團隊訓練（劍道、街舞、足球、桌球），以達成教育部推展「一人一運動、一校五運動」政策。也希望藉由科技機械運動器材、韻律教室安全整修、及體育設備的增置，協助學生活動量的提升，讓孩子能有一個快樂運動習慣，活出健康人生的未來。

3. 教材研發：

研發經費專款專用，並且鼓勵教師進行教材研發。

4. 管理營運方式：

- 1.訂立有「嘉義縣民雄鄉福樂國民小學樂活運動站管理辦法」(如附件二)
- 2.擬請社區或家長會，結合民間資源共同維運。

六、執行進度

1. 經費執行：102年12月20日前執行完竣。

2. 教學活動目標進度執行：

- 1.本校學生至少累積30分鐘的身體活動時間，且每週累積210分鐘的比率提升102年70%。
一周累積210分鐘身體活動比率指標

年度	103年	104年	105年	106年
目標值				
累積210分鐘	70%	80%	90%	95%

2.學生參與運動社團的比率每年提升3%至5%

年度	103年	104年	105年	106年
目標值	20%	25%	30%	35%

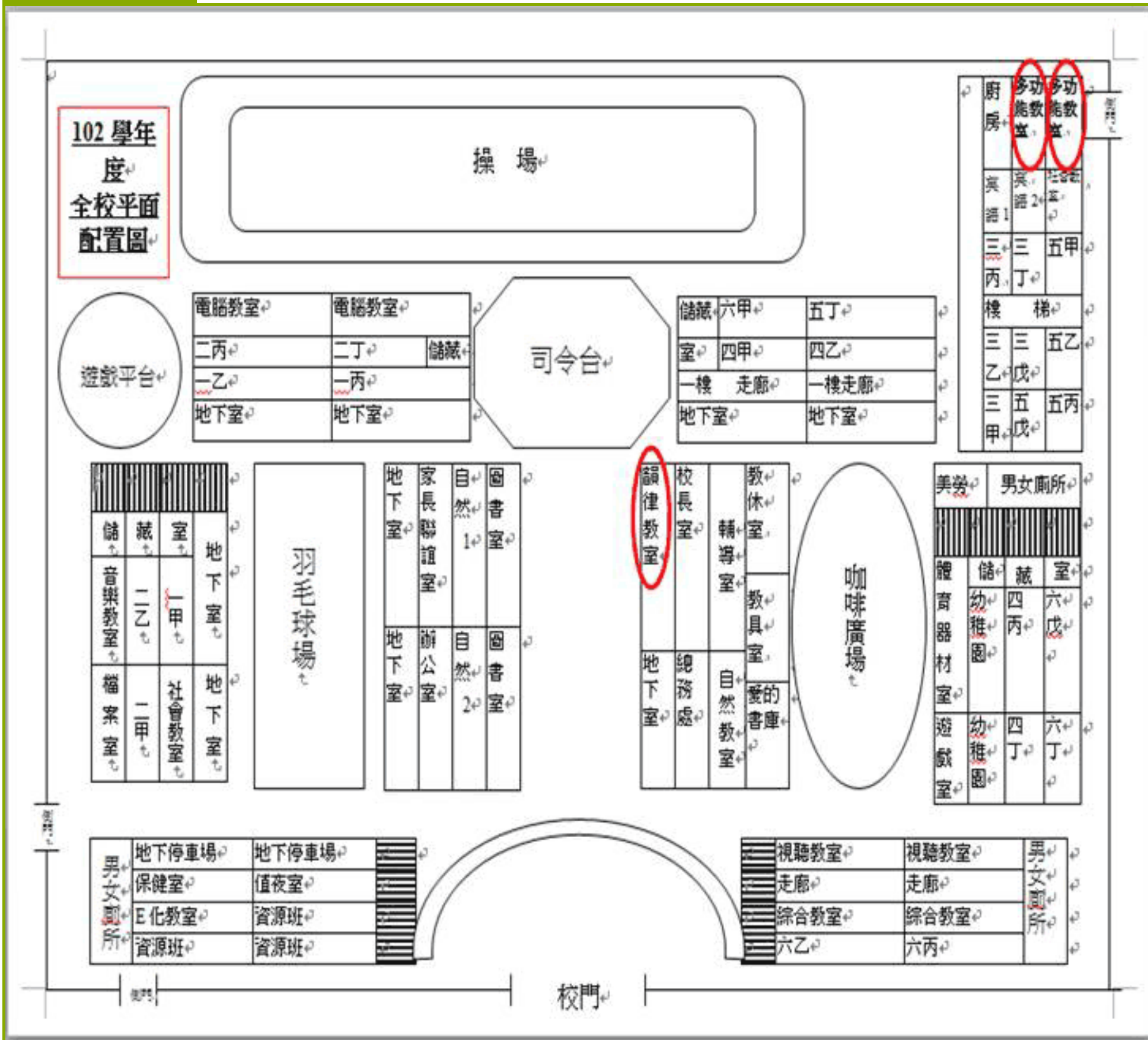
七、預期效益

1. 學校能活用既有空間，充分發揮體育設施效益，創造樂活運動站新價值。

2. 建構適性運動環境，同時也讓弱勢學生人人能運動，個個都樂活，找出生命自信，提升學生運動動機及成就推展學校特色。
3. 運用學校專業人員與體育志工規劃，結合教育部推行「樂活運動站」施行，推展社區民眾親子參與。
4. 輔導教師應用體育設備提升教學效能，引導身體活動弱勢學生，養成規律運動習慣。
5. 成為本校學區人民7千多人的參與運動學習的場域，進行社會回饋機制。

樂活運動站設施配置圖

樂活運動站-1

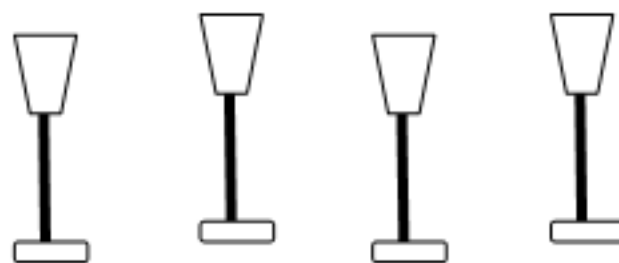


樂活運動站-2

感覺統合教學設施區

1. 設置力波墊 50 片 (100 cm x 100 cm x 4 cm)
2. 懸吊系統 (搭配各種型式鞦韆)
3. 攀爬類設備 (繩梯、萬象組、滾筒...)
4. 跳床、跳跳馬、球池、蛇籠 (彈性隧道)、...
5. 斜坡、滑車組
6. 沙包、重力背心、GAITER 支架
7. 視學生狀況, 看是否需要擺位設備 (擺位椅、楔形墊、滾筒 ROLLER... 之類)
8. 精細動作操作教具、手眼協調、認知教具 (拼圖、組合積木、序列串珠、治療性黏土、asco 小彩豆、配對觀察卡、記憶寶盒...)

註: 上述設備視經費招標狀況依序採購



訂製合球架

交叉訓練機

交叉訓練機

投籃機

投籃機

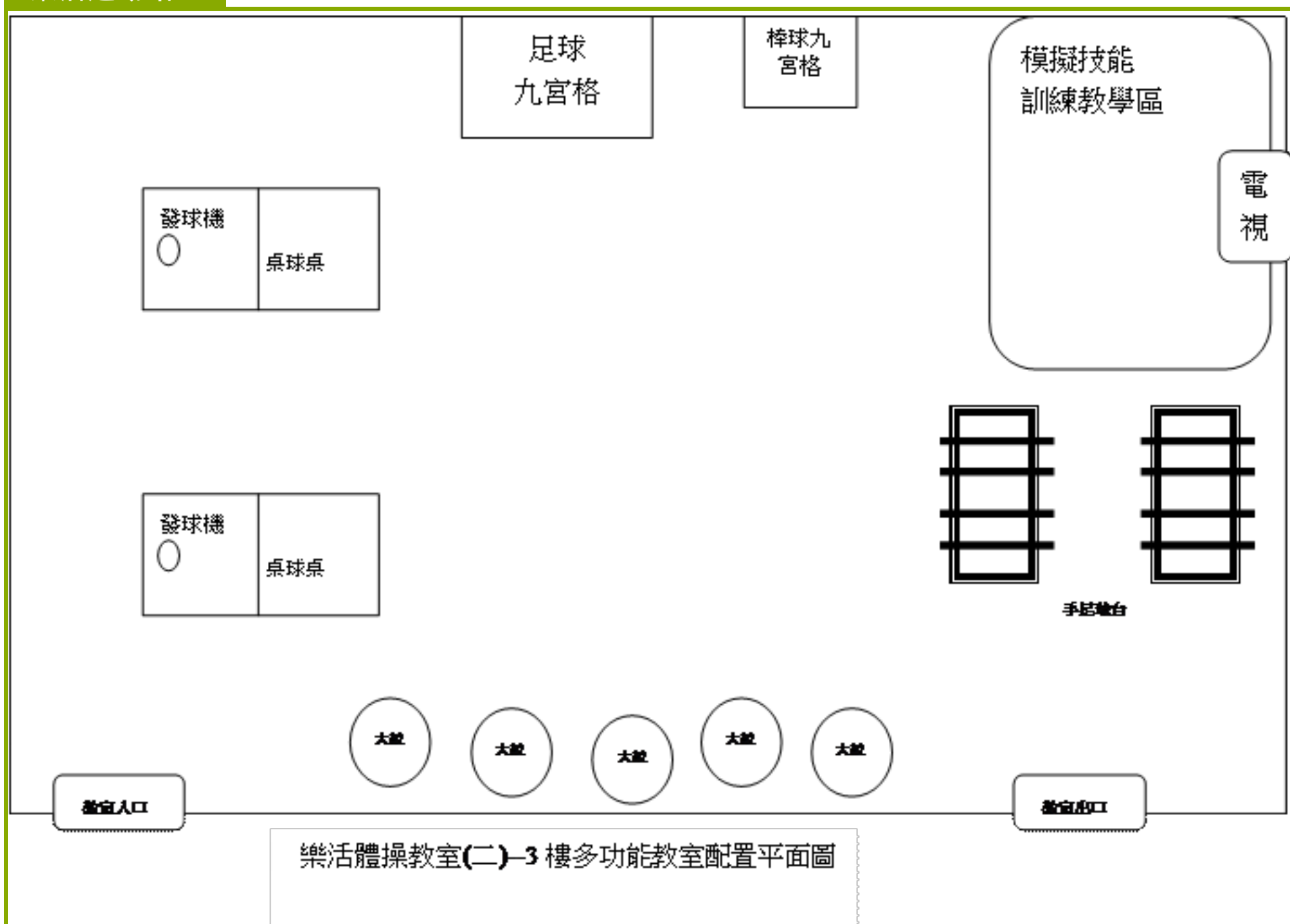
桌上曲棍球台

教室入口

教室出口

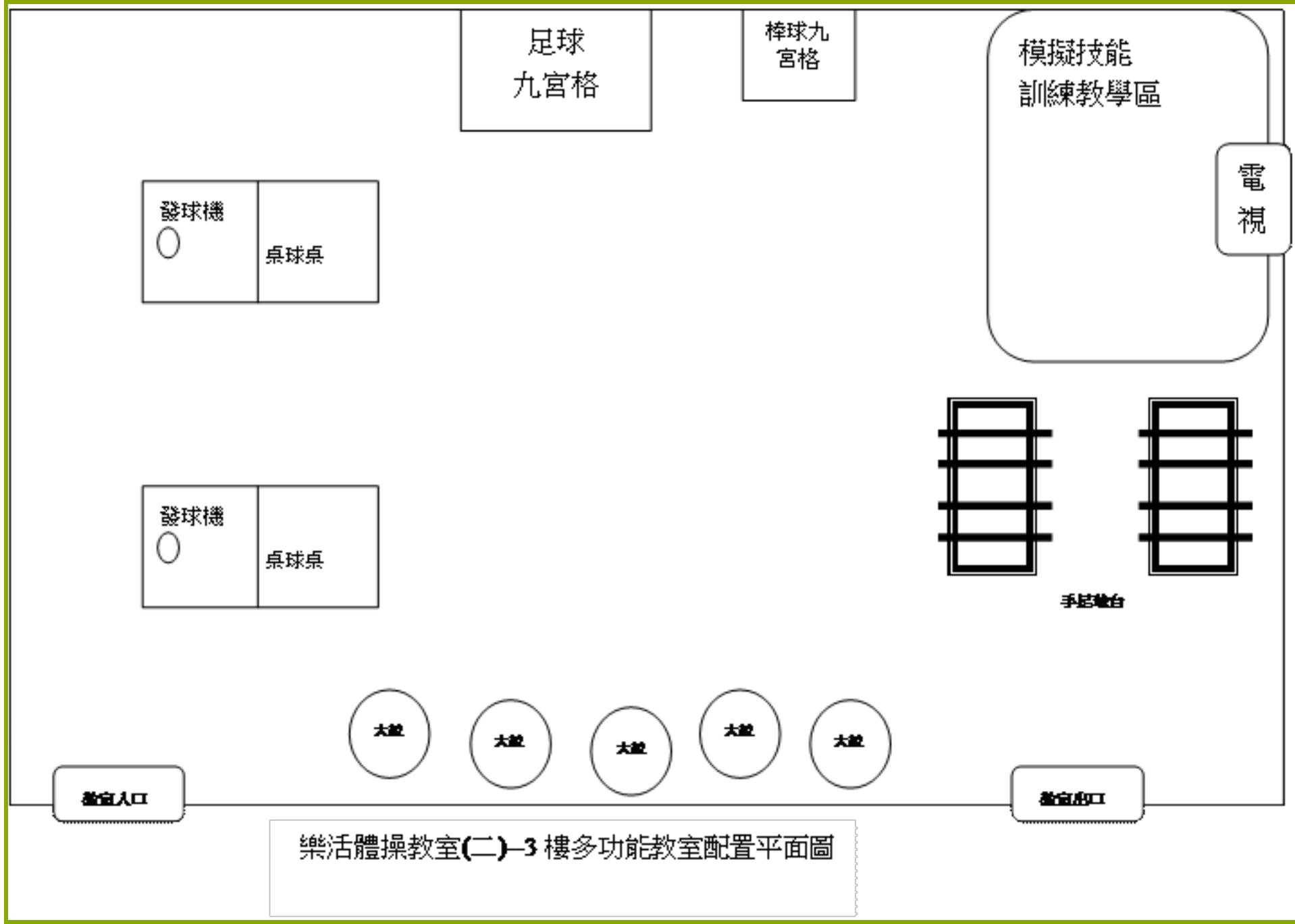
樂活體操教室(一)-2 樓多功能教室配置平面圖

樂活運動站-3



樂活體操教室(二)-3 樓多功能教室配置平面圖

樂活運動站-3



樂活體操教室(二)-3樓多功能教室配置平面圖