



學校運動站介紹

嘉義縣龍山國小

執行成果報告表 / 樂活運動站設施配置圖

執行成果報告表

一、空間規劃

空間及設施符合原申請案之規劃內容。

指標

1. 設置項目（內部配置圖）
2. 設置地點（位置圖）
3. 經費支用
4. 創意與特色

辦理情形

1. 我們在教室內設置了投籃機、桌上手足球、飛輪健身車、仰臥起坐練習機、撞球檯以及棒球九宮格等健身器材（內部配置圖如附件二）。
2. 本校樂活運動站設置於本校新建大樓四樓文康室（位置圖如附件一），是一個兩間教室連通的空間。
3. 總經費共新台幣40萬元整（其經費支用情形如附件三）。
4. 創意與特色
 - (1) 快樂學習：針對學校身障或病弱學童，設計趣味體能活動，每週二日運用運動站設施強化身體能量，增強體魄。
 - (2) 體能增強：針對4到6年級體適能檢測成績未達標準者，設計體適能訓練課程，並針對發育較差學生及孱弱者加強體能。
 - (3) 快樂時光：每日上午課間活動時間，提供各班學生至樂活站自由運動，全校班級排定時間至樂活站使用運動設施，培養運動習慣。
 - (4) 親師合作：於親師座談或活動辦理期間，鼓勵家長及社區人士使用相關設備，並辦理趣味競賽，以提高使用率。
 - (5) 體重控制：針對運動量明顯不足、發育不良、體重過重的親師生，設計相關課程及活動，佐以飲食管理，鼓勵其主動運動，促進身體健康，並以小組方式相互砥礪，增強其自信心。



圖1：學生體驗樂活設施



圖1

圖2

圖3

圖4



圖5



圖6



圖7



圖8



圖9



圖10



圖11



圖12



圖13



圖14



圖15

二、教學運用

指標

1. 學校有向全校師生說明本案設施內容及使用方式。
2. 學生使用本案設施的意願。
3. 學生使用本案設施的近便程度。
4. 有配合相關之教學活動。
5. 規劃如何吸引身體活動能力較為弱勢學生。

辦理情形

1. 利用週三進修時間，配合健康促進研習，詳細解說使用方式—如附件照片。
2. 鼓勵教師帶領學生使用樂活運動站設備，並統計班級使用樂活運動站的次數，定期宣佈使用最多的班級。另外，定期辦理以樂活運動站器材為主題的競賽活動，吸引小朋友使用樂活運動站。
3. 為了讓使用樂活運動站更安全，不僅在樓梯上加裝安全防護網，也在樂活運動站外面的陽台上加裝安全防護網，確保學生使用樂活運動站得安全。未來也規劃將樂活運動站的部份器材移至操場，讓學生能更方便的使用健身器材。—如附件照片

4. 配合校慶活動，舉辦以樂活運動站為主題的闖關活動，讓學生能夠一一的使用樂活運動站的設備，熟悉各項設備的使用方式。—如附件照片
5. 規劃體適能加強班及體重控制班，讓體適能未達標準及BMI超出標準的學生利用樂活運動站來運動。

三、營運管理

指標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訂定本案設施使用說明或管理要點。 2. 有指定專人負責管理、指導及維護本案設施。 3. 對社區開放與研訂收費制度。
辦理情形	<p>本校樂活運動站已於98年12月18日起開始營運。（若未啟用，請說明原因。）</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 訂定本校樂活運動站使用辦法。(如附件四) 2. 請體育組同仁負責樂活運動站的管理及指導各種器材的使用。請事務組同仁負責樂活運動站設備的維修工作。

樂活運動站設施配置圖

樂活運動站

