



學校運動站介紹

台南市公園國小

執行成果報告表 / 樂活運動站設施配置圖

執行成果報告表



圖1：運動站器材



圖2



圖3



圖4



圖5



圖6



圖7



圖8



圖9



圖10

一、計畫執行

指標	<p>空間及設施符合原申請案之規劃內容。</p> <ol style="list-style-type: none"> 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	<ol style="list-style-type: none"> 1. 設置目標 <ol style="list-style-type: none"> (1) 活化校園閒置空間，建置富有娛樂及運動功能之運動站，以培養學生規律運動習慣，有效提升學生體適能。 (2) 提供學生充足之運動空間，減少因天候不良對學生從事身體活動之影響。 (3) 配合學校多元課程設計，落實體適能之創意課程與創新教學，積極經營各社團活動，協助學生透過正向的體育活動展現自我，秀出自信。 (4) 兼重身心障礙之學生學習活動，提供安全舒適之活動場所，使身體活動能力較為弱勢之學生，亦能加入運動行列，並進而養成規律運動習慣。 (5) 假日及課餘開放運動場地，提供學區里民親子使用，資源共享。 2. 設置地點 <ol style="list-style-type: none"> (1) 科技趣味運動站：東園樓2間空教室 (2) 有氧律動運動站：東園樓2間已連通之教室 3. 經費支用 <p>目前本校樂活站各項設施已大致完成，目前只剩標餘款的部份尚在執行中。</p> 4. 創意與特色 <ol style="list-style-type: none"> (1) 善用VIP兌換券鼓勵學生正向行為，安排每日上午下課10分鐘時間，為各班表現優異學生之VIP專屬運動時間，以鼓勵學生之正向優良表現。 (2) 辦理家長會親子樂活PK大賽。 (3) 提供社區民眾辦理有氧韻律課程，提供社區民眾利用晨間或傍晚利用律動有氧教室。 (4) 全校班級排定時間至樂活站使用運動設施，培養運動習慣。

二、教學運用

指標	<ol style="list-style-type: none"> 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。
----	---

1. 本校樂活站設置完成後，分別於晨會及週會時間以書面及口頭報告的方式，向全校師生說明本案所有設施內容、器材使用方式、管理規則及借用辦法。
2. 本校樂活運動站設置後，由於聲光效果及趣味性十足，引起學生相當大的興趣，配合兌換券的使用，相對提升了老師對學生行為及品格的約束力。也自然增加了學生運動的機會與空間。
3. 本站設置離學生上課地點很近，但又有足夠的區隔，不致影響學生上課。
4. 配合相關之教學活動
 - (1) 配合體育教學活動
 - A. 規劃基礎舞蹈課程、規劃低年級學生每週一節的律動課程，讓學生進行基礎的舞蹈訓練。
 - B. 發展多元社團活動課程
為延伸學生學習平台，針對中、高年級學生設計多元的社團活動課程，以班級為單位，每6-7週為一個學習期程，於學期中進行循環教學，其中街舞、競技啦啦隊等項目，均可利用「有氧律動運動站」進行教學。
 - (2) 體育特色課程
 - A. 成立舞蹈團隊
本校於96年3月代表台南市參加全國舞蹈比賽，榮獲優等的殊榮，為使這項成果得以永續發展，決定將舞蹈列為學校重點發展的項目，並計畫成立學校「舞蹈菁英班」，利用早自修及課餘時間進行團練。「有氧律動運動站」後，將成為該班最佳的練習場所。
 - B. 發展籃球運動
籃球為本校致力推展的重點運動項目之一，為使學校整體籃球運動風氣更加興盛，期盼藉由「科技趣味運動站」投籃機的設置，讓不愛運動、體適能較差或肢體障礙的學童，也能透由投籃得分的滿足感，提高運動興趣，並養成熱愛運動的習慣。
 - (3) 體適能教學活動
運用樂活運動站各項設施，結合中高年級體適能檢測課程，進行體適能訓練活動，提升學生之體適能。
 - (4) 健康創意運動課程
 - A. 運用科技趣味運動站，設計運動遊戲活動，融入體育教學課程安排，如投籃王競賽、街舞PK賽、賽揚投手爭霸賽等，提升學生參與運動的樂趣及習慣。
 - B. 利用運動遊戲機生動有趣的設計及聲光效果，聚焦學生的學習專注力，並可做為各項運動規則的講解，寓教於樂，提高學習效果。
5. 規劃身體活動能力較為弱勢學生體能 輔助加強活動
 - (1) 適應體能教學活動
針對學校身障或病弱學童，設計趣味體能活動，運用運動站設施強化身體能量，增強體魄，落實適應體能教學。
 - (2) 體適能增能班活動：針對BMI指數過低或過高的學生，利用晨光活動時間，運用樂活運動站內各項設施，給予適度之運動，以幫助其回復健康之身體質量指數。

辦理情形

三、營運管理

指標

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。
1. 訂定本校樂活運動站管理規則（如附件一）、管理作業須知（如附件二）使用規定（如附件三）
 2. 管理與維護
 - A. 本樂活站由教務處負責相關融入課程之規劃，訓導處規劃相關活動及設施之管理，總務處則負責各項維修。

辦理情形

B. 辦理教育訓練：結合社區專業師資，培訓運動站指導員及志工。

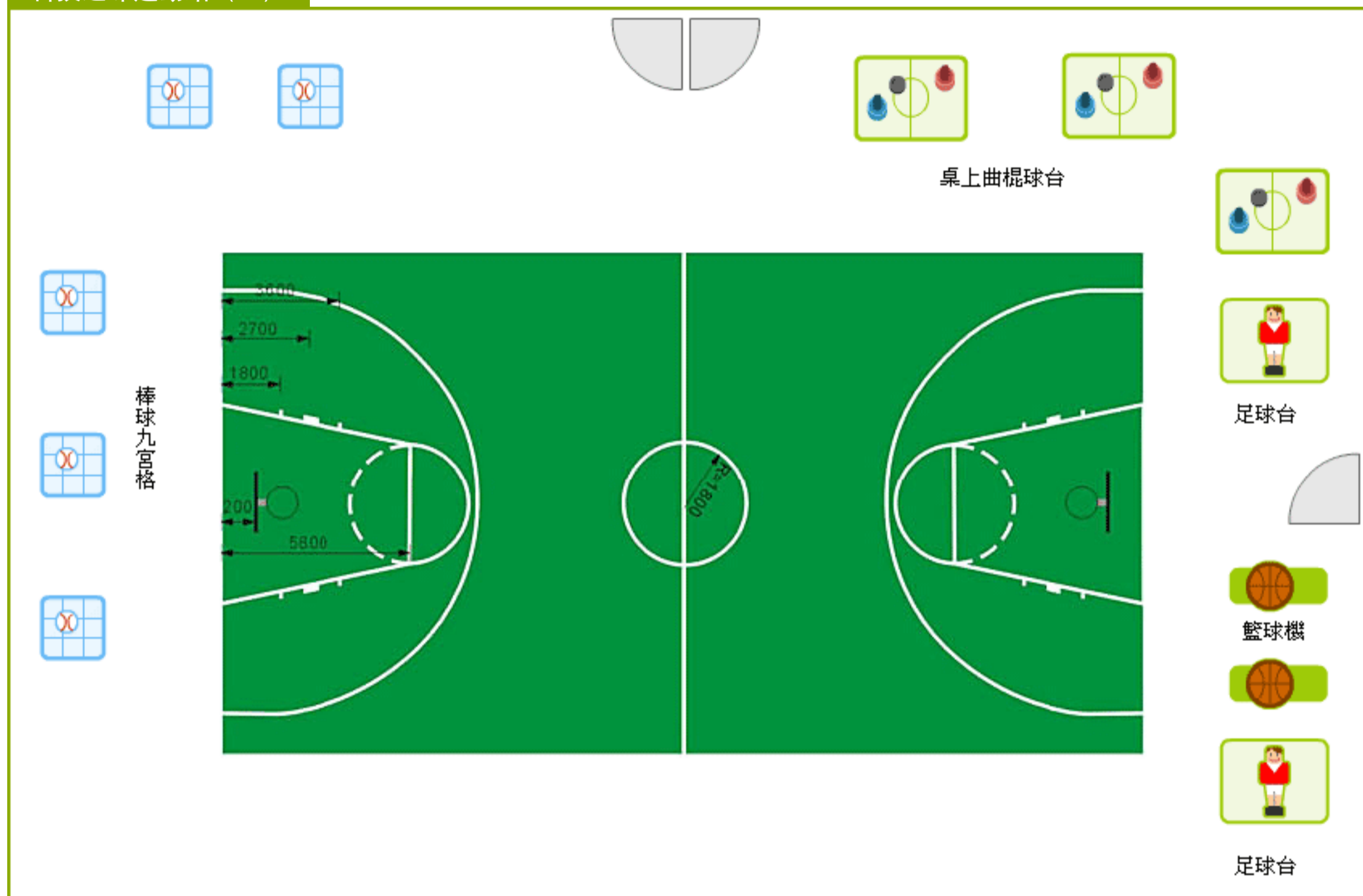
C. 辦理運動志工訓練

每學期初辦理樂活站志工訓練課程，學習樂活站設施使用與維護基本知能。

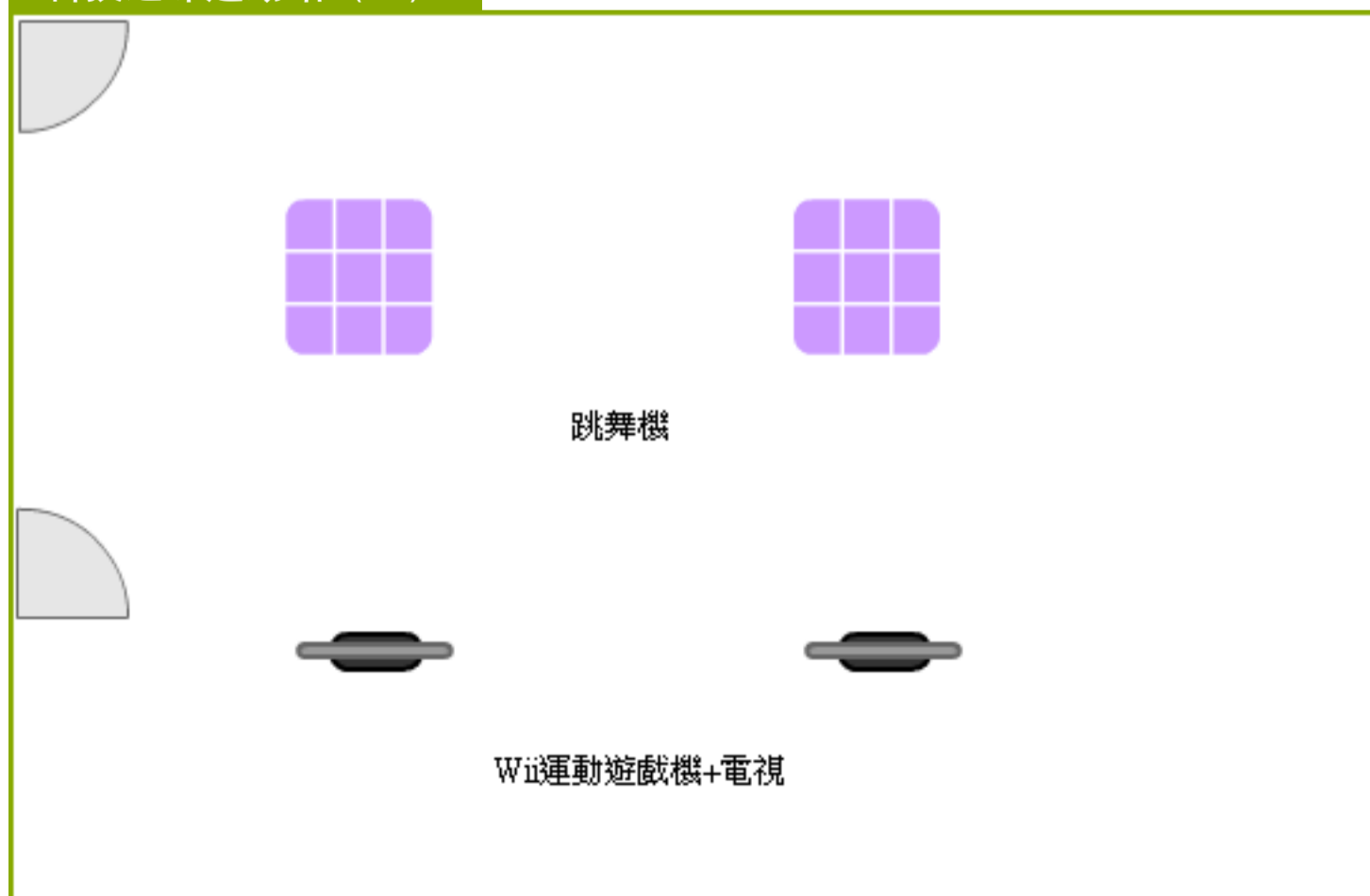
D. 辦理教師研習活動 辦理教師進修研習，讓教師能充份了解及使用站內設施，並引導使能運用樂活運動站，融入平日教學中。

樂活運動站設施配置圖

科技趣味運動站 (一)



科技趣味運動站 (二)



有氧律動運動站

