



# 學校運動站介紹

花蓮縣光華國小

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

校園內設置樂活運動站策略，以本校低、中、高年級學生健體領域課程內容及本校體育發展特色為依據，並隨課程進度及階段需要，設置多樣化之運動站，其規劃設計以簡單安全為基礎，每站皆設置告示牌、使用方式及安全須知，讓學生和社區民眾可以自行操作及練習，以擴大參與之對象。

辦理情形

1. 本校利用閒置教室空間設置樂活運動教室，項目分為A區體適能運動區、B區球類活動區、C區綜合活動區等三區。(如附件1)
2. 樂活運動站設置地點：(如附件2)
  - (1)A區體適能運動區：樂活館二樓教室。
  - (2)B區球類活動區：樂活館一樓右側教室。
  - (3)C區綜合活動區：樂活館一樓左側教室。
3. 經費支用用於樂活運動站之場地整理與情境佈置、運動設施整建及器材購置，總經費共計402,620元整，超出2,620元由學校相關經費支應。
4. 創意與特色：
  - (1)提供學生更充足之室內運動空間與運動設施，減少不良天候對於學生從事身體運動之影響；另外發展適性體育教育，吸引身體活動能力較為弱勢學生加入運動行列。
  - (2)本校為增加各樂活教室使用率，於98學年度學期末舉辦樂活教室闖關活動，藉由多元活潑的運動，讓學生養成規律運動的習慣。
  - (3)於學期中所舉辦幾場的全縣教師週三研習活動中，鼓勵參加研習的教師利用下課時間至樂活運動站活動筋骨一下。
  - (4)此外，更利用週二、四課間及中午時間開放拿到樂活卡的同學使用樂活教室。
  - (5)提供社區運動資源，開放社區家長親子參與，資源共享。



圖1：運動站器材



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 圖16

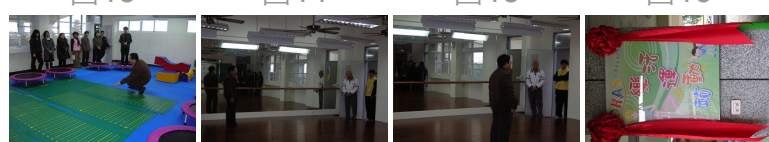


圖17 圖18 圖19 圖20



圖21 圖22 圖23

### 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便捷程度。
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。



|             |   |
|-------------|---|
| <p>辦理情形</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>向全校師生說明本案：             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)於98年12月15日、98年12月29教師朝會時分二場次向全校教師辦理場地器材使用講習。</li> <li>(2)自99.1.11於升旗時向全校學生說明樂活運動站設施與使用方式；並利用體育課時間，由體育老師逐樣介紹各項運動器材正確使用方法與安全規定。</li> </ol> </li> <li>學生對於使用體適能教室、籃球機及棒球九宮格意願極高，老師採取獎勵方式，發給樂活卡，每位學生都會積極爭取。</li> <li>由於本棟樂活運動站地點離教室很近，皆有走廊連接，走路不到一分鐘可到達使用地點，十分方便。<br/>(如照片)</li> <li>有配合相關之教學活動：             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)桌球教室：配合三至六年級學生利用體育桌球課使用，學生程度佳者可用發球機餵球練習。</li> <li>(2)體適能教室：配合體育課程在平衡感覺組、彈跳床等進行墊上運動及體操教學。</li> <li>(3)籃球課遇雨時以投籃機代替，棒球九宮格可訓練學生基本投球動作及擲準教學。</li> <li>(4)韻律教室：每學期初導師及體育老師皆以健康操為主，可讓學生透過鏡牆瞭解自己的動作。</li> </ol> </li> <li>規劃由體育教師提出之運動能力較弱學生名單，規劃專屬時段提供運動弱勢學生使用，以提高運動興趣；另請校護指導體位不良學生使用樂活教室器材，改善體位。</li> </ol> |
|-------------|---|

| 三、營運管理      |   |
|-------------|---|
| <p>指標</p>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>訂定本案設施使用說明或管理要點。</li> <li>有指定專人負責管理、指導及維護本案設施。</li> <li>對社區開放與研訂收費制度。</li> </ol>   |
| <p>辦理情形</p> | <p>本校樂活運動站已於<u>99年1月8日</u>起正式開始營運。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>訂定樂活運動站場地器材使用辦法及管理辦法，並將使用辦法公告於樂活運動站外。（如附件3及照片）</li> <li>排定各班使用體育課表，由體育老師指導學生使用；其餘時間如老師上課有需要之班級，統一向體育組填寫借用教室登記表，下課時間與中午時間開放給優秀的同學使用也有專門的替代役男協助處理。目前由體育組及總務處共同管理、指導維護本案設施，餘如管理要點。</li> <li>依據使用管理辦法對社區開放，透過假日對社區開放，也能讓社區家長多一個運動場所，以提升社區家長的運動風氣。藉此強化親、師、生之正確健康資訊，目前對社區開放暫無收費。</li> </ol> |

## 樂活運動站設施配置圖

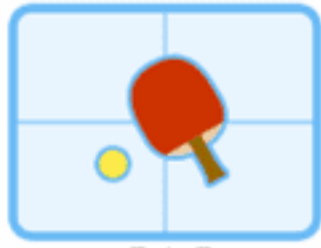




電子計分投籃機

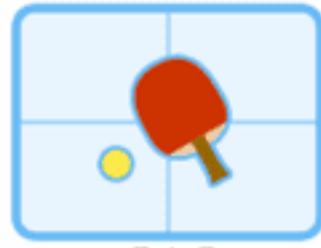


桌球桌 + 發球機



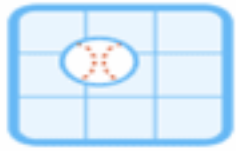
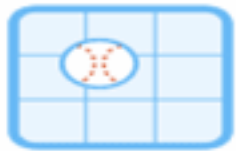
桌球桌

桌球擋板

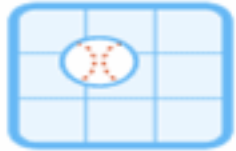
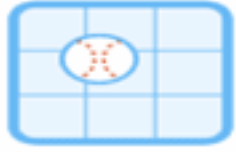


桌球桌

樂活小棧



棒球九宮格



桌球擋板

桌球擋板