



# 學校運動站介紹

宜蘭縣成功國小

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、基本資料

101學年班級數	36	101學年學生數	846
預估102學年班級數	32	預估102學年學生數	720
目前學區人口數	12000	堪用之空餘教室數	3

目前本校已設有室內運動空間(請勾選)

風雨操場 體育館 其他教室\_\_\_

聲明：

- 本校目前確有堪用且相連之空餘教室 4 間。
- 以本校現有運動場館設施與學生人數，確有設施不足情形
- 本校最近兩年內，未獲主管教育行政機關補助運動場館設施相關經費累計達新台幣50萬元以上。



圖1：運動站器材



圖1

圖2

圖3

圖4



圖5

### 二、設置目標

1. 提供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。
2. 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，並培養其終身運動習慣。
3. 吸引身體活動能力較為弱勢學生加入運動行列並進而養成規律運動習慣。
4. 配合學校體育教學課程，豐富教學內涵。

### 三、設置地點

1. 將成功樓三樓兩間教室打通，規劃設置感覺統合教室，以提供學童感覺統合訓練場所，增加運動機會。
2. 於千禧樓一樓，將有一間空間教室，規劃體能運動教室，可提供體育教學並培養學生體適能運動協調能力

### 四、規劃內容

1. 針對學校特色與學生需求設置四大主題教室

#### 感覺統合律動教室

(1) 設置構想：

目前規劃兒童活動教室，將教室內設置感覺統合運動區，搭配設置兒童安全遊戲組，提供學生適量充足的遊戲設備。

(2) 滿足學生需求：

礙於學校許多運動設施設置皆以中高年級為主，且沒有獨立專有室內運動空間，可供小朋友遊戲，

2. 動設施略有不足，所以運用現有的環境，規劃該活動區域。

#### 體適能運動教室

(1) 設置構想：

新年度因減班，將有閒置教室，且因應宜蘭潮濕多雨，無法隨時進行體適能檢測，故該體適能運動教室計畫購置相關體適能檢測器材，如設置立定跳遠與坐姿前彎地墊、軟墊、跑步機、及體適能檢測之成績常模看板與運動處方建議，提供學生豐富的運動知識與明白自己的體適能狀況。

(2) 配合學校特色發展：

本校致力推展樂樂足球、樂樂棒球、田徑、羽球、籃球、國武術運動，近年參加縣內比賽皆榮獲優異成績，藉由此體適能運動器材的設置，除了可以讓球隊的訓練更活潑化，亦能增進學生的節拍律動感與身體的協調性。

(3) 滿足學生需求：

近年來為了營造健康的學習環境與社會氛圍，學童的體適能備受矚目，升學成績中體適能檢測表現變成加分的誘因，所以，為了滿足學生的需求，因應雨天也可以進行全方位的檢測，體適能運動教室便顯得重要。

3. 師資配置

1. 學校體育教師：目前有專任體育教師5位

2. 招募體育志工：目前有2位

3. 辦理體適能運動指導研習課程，聘請專任運動教師指導，期能讓學校教師習得體適能指導技巧，帶領學生養成喜愛運動、養成每天運動的習慣。

4. 營運管理方式

由體育組統籌管理，使用共分為三部份。

1. 體育教學：由體育組、教務處分配使用日期與時段。

2. 班級借用：採預約登記制，欲使用之班級必須於使用前向體育組登記，方可使用。使用感覺統合律動教室之低年級班級，除導師外必須另請一位以上之指導員在場協助，以維護學生安全。

3. 其他借用：校內教師借用採登記制，並負保管使用之責；校外單位借用依本校校舍校地借用管理辦法辦理。開放時段-每日0830至1600

5. 兼顧各種不同運動需求差異

1. 感覺統合律動教室：提供給低年級小朋友室內體適能活動空間；同時亦可讓身心障礙學生有不同體適能學習的場所，並與資源班的知動教室相互搭配使用。

2. 體適能運動教室：提供給低、中、高年級體適能檢測與訓練的場所。

五、課程規劃

● 樂活教室與課程結合情形

樂活教室 配合的課程	感覺統合律動教室	體適能運動教室	墊上運動教室
一年級	單元二 身體一級棒 活動1活力操 活動3走走跑跑 活動4跳跳樂		
二年級	二上單元二動出健康。活動 1體能總動員  單元四假日運動樂 活動2參與休閒運動 單元五體能加油站 活動1隨著節奏起舞	二上單元二動出健康。活動 1養成運動好習慣	二上單元二動出健康。活動4平衡高手  二下單元四運動新體驗。活動1墊上運動 樂無窮
三年級	三上單元一手腳並用活動1 墊上運動  三下單元二玩運動、樂無 窮。活動1身體的神奇體驗	三上單元三運動天地活動2 體驗不同的速度	三下單元四運動健康多。活動3墊上運動 安全、活動4墊上遊戲
四年級	四上單元五躍動精靈。活動 2控制自如	四上單元一吾愛吾家。活動 5規律運動好體力	四上單元五躍動精靈。活動3彈跳遊戲、 活動4跳躍高手
五年級	五上單元六體能競技場活動 1力與美	五上單元一追趕跑跳碰活動 2全力衝刺	五下單元三矯健好身手。活動1翻滾小 子、活動2空中飛人  五下單元五左鄰右舍來運動。活動1社區 運動資源
六年級	六上單元七體能活力營活動 3抗力球樂無窮	六下單元七體能活力營活動 2有趣的體能遊戲	六上單元七體能活力營。活動4撐箱跳躍  六下單元六操之在我。活動3翻轉自如、

六下單元六操之在我。活動  
3翻轉自如、活動4肢體力與  
美

活動4肢體力與美

- 安置與維修

1.安置與規畫小組：將組成規劃小組，負責規劃並設置相關運動教室。

項次	職稱	姓名	負責項目
1	校長	賴尚義	召集人
2	家長會長	徐建洲	副召集人
3	學務主任	林政仁	總幹事
4	總務主任	游本義	場地規劃
5	體育組長	潘文欽	場地器材管理
6	活動組長	黃慶恩	感覺統合律動教室
7	生教組長	賴昭旭	科技運動體驗區
8	課程組長	童士芬	體適能運動教室
9	衛生組長	池宜舫	墊上運動教學區

2.維修：於保固期內將請廠商維修，日後由學校與家長會編列相關預算支應維修費用。

## 六、執行進度

- 執行進度

評估規劃期	場地整理期	設備購置期	場地啟用期	檢討與改進
102年9月	102年11月	102年12月	102年12月	103年6月

## 七、預期效益

- 樂活動運動站使用人次：預計每日達全校三分之一(500人次)。提供樂活站規律運動場域及體能活動，提升學生規律運動人口比率至八成以上。
- 課程教學計畫實施：各學年於編寫課程計畫時，將樂活運動教室納入課程中，並配合學校遠景與發展特色，設計課程教學。發揮學校創意與特色，發展學生適性體育教育，促進身體活動量，並培養其終身運動習慣。
- 全校師生使用滿意程度：針對全校進行樂活運動教室滿意度調查，達百分之八十的滿意度。
- 使用者於運動知識、態度、行為等方面：養成學生規律的運動習慣，並在運動中充分展現運動風度，表達對運動正確的觀念。