



# 學校運動站介紹

國立嘉義女子高級中學

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

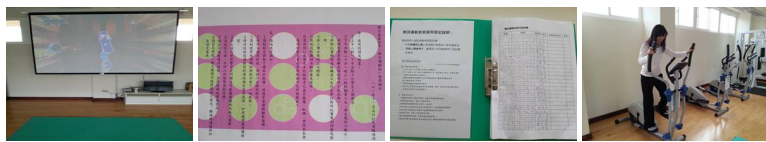


圖5 圖6 圖7



圖8 圖9 圖10 圖11 圖12



圖13 圖14 圖15 圖16



圖17 圖18 圖19

### 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. 設置項目
  - (1)育樂中心2F設置：
    - 斜板仰臥起坐：5座
    - 飛輪機：2臺
    - 交叉循環機：3臺
    - 單站式重量訓練機：1座
  - (2)育樂中心3F設置：
    - 跳舞機1部
    - 投籃機2臺。內部配置圖如(附件1)
2. 設置位置居於學校中心點，方便學生及教職同仁使用，設置地點如(附件2)

3. 支用經費共計：402,223元整。

經費項目	計畫經費明細		
	單價(元)	數量	總價(元)
單站式多功能體能訓練機	57,868	1	57,868
飛輪有氧健身車	11,168	2	22,336
斜板仰臥起坐	30,000	1	30,000
45度背部伸張機	15,000	2	30,000
交叉訓練機	24,873	3	74,619
電鍍啞鈴組	25,400	1	25,400
重量訓練器材橡膠地墊	12,000	1	12,000
投籃機	60,000	2	120,000
跳舞機(Wii Fit含視聽設備、櫃子)	30,000	1	30,000
小計			
合計			402,223

4. 配合新大樓落成，無障礙設施提供予更多體弱學生身體活動的機會。

### 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。

辦理情形

1. 利用導師會報，校務會議及朝會時間向全校師生說明育樂中心樂活教室設置及管理辦法。
2. 利用體育課進行器材介紹及使用，開放師生使用，並以填寫借用登記簿方式進行管理。
3. 設置地點靠近教學大樓，方便學生就近使用。
4. 設計教案內容進行教學活動，配合器材設備，融入體育課程實施。
5. 配合體適能的施測，要求學生於上學期前測之後，進行運動處方的設定，自我加強。以期於下學期體適能施測及獎章發放時能獲得體適能的提昇。

### 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。

辦理情形

1. 本校樂活運動站已於101年11月5日起開始營運。
2. 101年11月5日行政會報提案通過樂活教室管理辦法，並開始啟用。管理辦法如附件3
3. 指定專人管理、指導與維護，權責如下表：

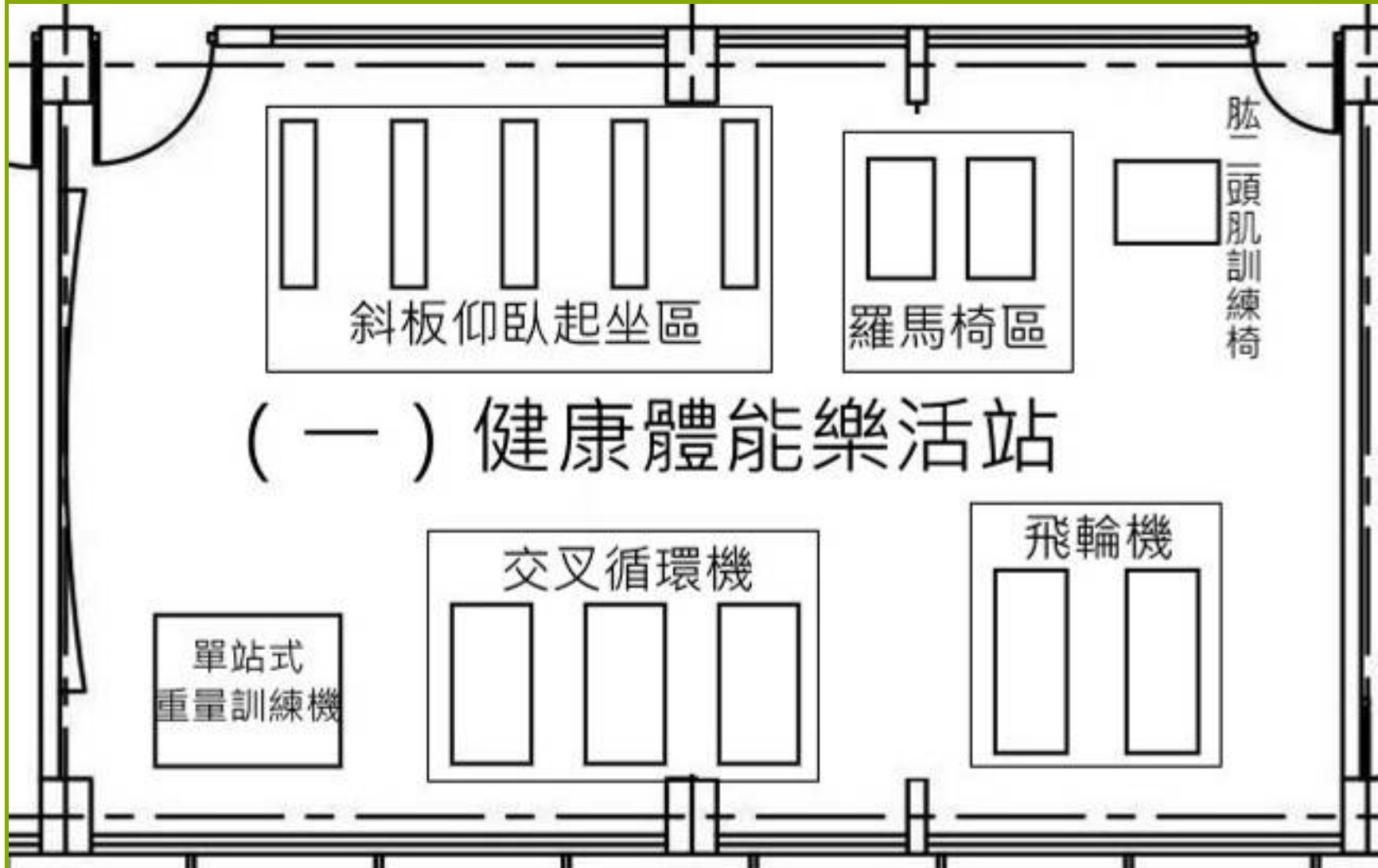
師資人力	任務	備註
陳武男	○ 召集發展教學課程	教務主任
何宜純	○ 召集發展身心障礙學生適應體育教學課程	輔導主任
連珮瑩	○ 規劃樂活運動站	學務主任
尤芳裕	樂活運動站召集人	校長室秘書 文化大學體育系

魏良宇	樂活運動站業務推行	體育組長 中正大學運休所 初級體適能指導員
邱秀貞	課程執行	體育專任教師 嘉大體健休研究所 田徑專長
鄧淑菁	課程執行	體育專任教師 台師大體育系 桌球專長
陳羿戎	課程執行	體育專任教師 彰師大研究所 籃球專長
蔡兒全	行政支援	體育組幹事
蘇義賢	資源班教師	校內教師
家長委員會 (會長李俊億)	課後時間協助維持學生安全秩序及注意器材使用情形	由家長委員會召集
蘇正維 江青松	課後時間協助維持學生安全秩序、保全設定及財物維護	校內警衛 總務處工友

## 樂活運動站設施配置圖

樂活運動站-1





樂活運動站-2

