



學校運動站介紹

國立台南女中

執行成果報告表 / 樂活運動站設施配置圖



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

執行成果報告表

一、空間規劃

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. 設置項目(附件1)： <ol style="list-style-type: none"> (1) 跑步機1臺。 (2) 心肺交叉訓練機2臺。 (3) 直立式健身車2臺。 (4) 電鍍啞鈴組架1組。 (5) 專業用伸展機1臺。 (6) 腹部訓練機1臺。 (7) 打擊護網架2組。 (8) 手足球檯2臺。 (9) 冰棍球檯2臺。 (10) 伸展用鋪墊4塊。

辦理情形	<ol style="list-style-type: none"> 2. 設置地點(附件2)：臺南女中實踐樓4樓。 3. 經費支用：新臺幣335,000元。 4. 創意與特色： <ol style="list-style-type: none"> (1)健身運動教室：添購輕重量的啞鈴組，配合有氧訓練器材，於課堂講述正確塑身概念，打造優質室內健身空間。 (2)趣味活動教室：塑造符合「樂活」之運動環境，營造快樂學習氛圍，並鼓勵適應體育之發展
------	---

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。
----	---

辦理情形	<ol style="list-style-type: none"> 1. 目前先與教職員工說明樂活運動教室之設立，學生如於上課時間使用，須由教師帶隊前往使用。另請廠商協助製作使用說明看板，以利器材設備運作順利。 2. 器材設備以有氧健身及趣味活動為題材，而非一般健身房或技能取向的體育課程，更能夠有效吸引女校學生前往使用意願。 3. 相較於本校體育館位置，樂活教室位於實踐樓，為本校教室之中間樓層，更加接近學生平日上課地點。一樓另有設置電梯，方便部分同學前往。 4. 目前因實踐樓部分教室整修中，僅開放教職員工及部分同學(須有教師陪同)前往使用。待整修完畢後，再行公告開放時間。 5. 本校身體活動能力弱勢同學大多由輔導教師陪伴教學，並由體育科教師協同指導，課程內容以強化
------	--

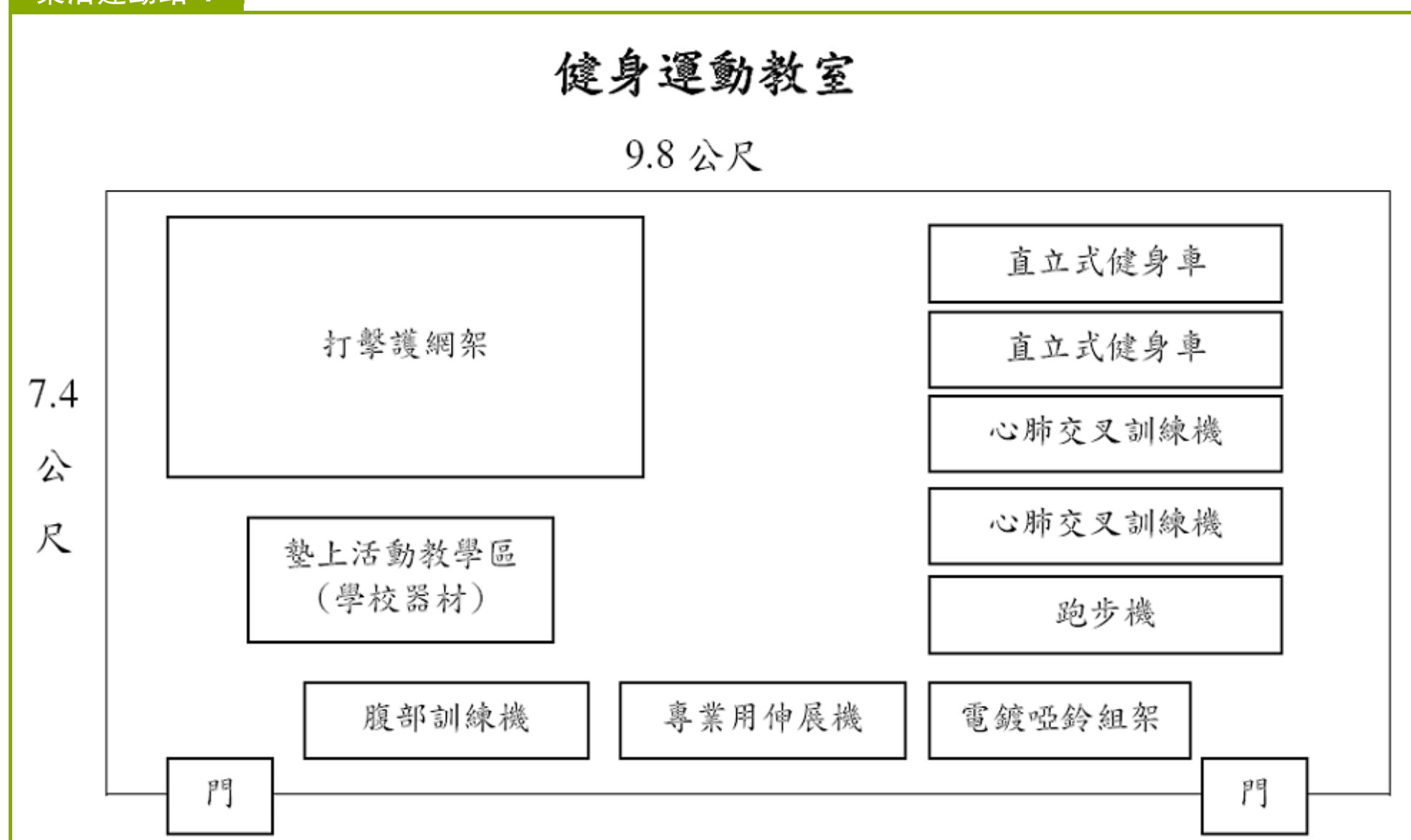
自主身體活動能力為優先。

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103年2月1日起開始營運。（若未啟用，請說明原因以及預計開始營運日期__年__月__日。）</p> <ol style="list-style-type: none">1. 樂活教室使用說明如附件3所示。2. 目前由體運組長負責管理維護。3. 因本校為女子學校，考量安全因素下，暫不對外開放。待整修完畢後再行公告。

◎ 樂活運動站設施配置圖

樂活運動站-1



樂活運動站-2

趣味活動教室

9.8 公尺

7.4
公尺

