



學校運動站介紹

宜蘭縣清溝國小

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

圖11

圖12

執行成果報告表

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. 設置項目 <ol style="list-style-type: none"> (1) 綜合活力站：桌球區、體操運動區、投擲運動區。 (2) 活力體能站：跑步機、手動足球、桌上冰棍球、籃球機。 2. 設置地點 <ol style="list-style-type: none"> (1) 綜合活力站：三樓的空間獨立 (2) 活力體能站：一樓的空間獨立 3. 經費支用 總經費共計400000元整 4. 創意與特色 <ol style="list-style-type: none"> (1) 體育教學活動：融入各年級健康與體育領域之體育教學活動。 (2) 適應體育教學：針對體能弱勢或體適能成績欠佳學生，利用晨光活動時間，運用樂活運動站強化身體能量。 (3) 課間體能分站運動：利用課間體能分站時間，全校排定使用時間表，培養學生運動習慣。 (4) 舉辦體能夏令營：規劃暑期棒球營、桌球營提供學生從事暑期正當身體活動之課程。

二、實際使用

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. 學校有向全校師生說明本案設施內容及使用方式： <ol style="list-style-type: none"> (1) 利用第二學期班親會、志工大會、家長會說明樂活運動站規劃與招募志工。 (2) 於100學年度第二學期，利用教師進修時間辦理樂活運動站場地器材使用說明。 (3) 並利用體育課時間，逐樣介紹各項運動器材正確使用方法與安全規定後，在全面開放。 2. 學生使用本案設施的意願： 在開放實施後兩個月，請導師利用早晨導師時間詢問學生使用心得與意見後，再利用教師晨會時間加以彙整各班意見，最後修正運動站設施規劃創造雙營局面。 3. 學生使用本案設施的近便程度： <ol style="list-style-type: none"> (1) 運動站的設施解決本校雨天無體育館供學生運動的憂慮。

(2) 學生依照學校訂定之時間表運作。

4. 有配合相關之教學活動：

本校無體育館、操場，故彙整各學年相關教學的經驗，提出學校尚缺卻對學生急迫的運動器材，並加以設計規劃，如低年級墊上運動區（地墊、平衡木）；中年級投擲區（樂樂棒九公格、跳箱）高年級投籃區（籃球機、桌球、腳踏車機）。

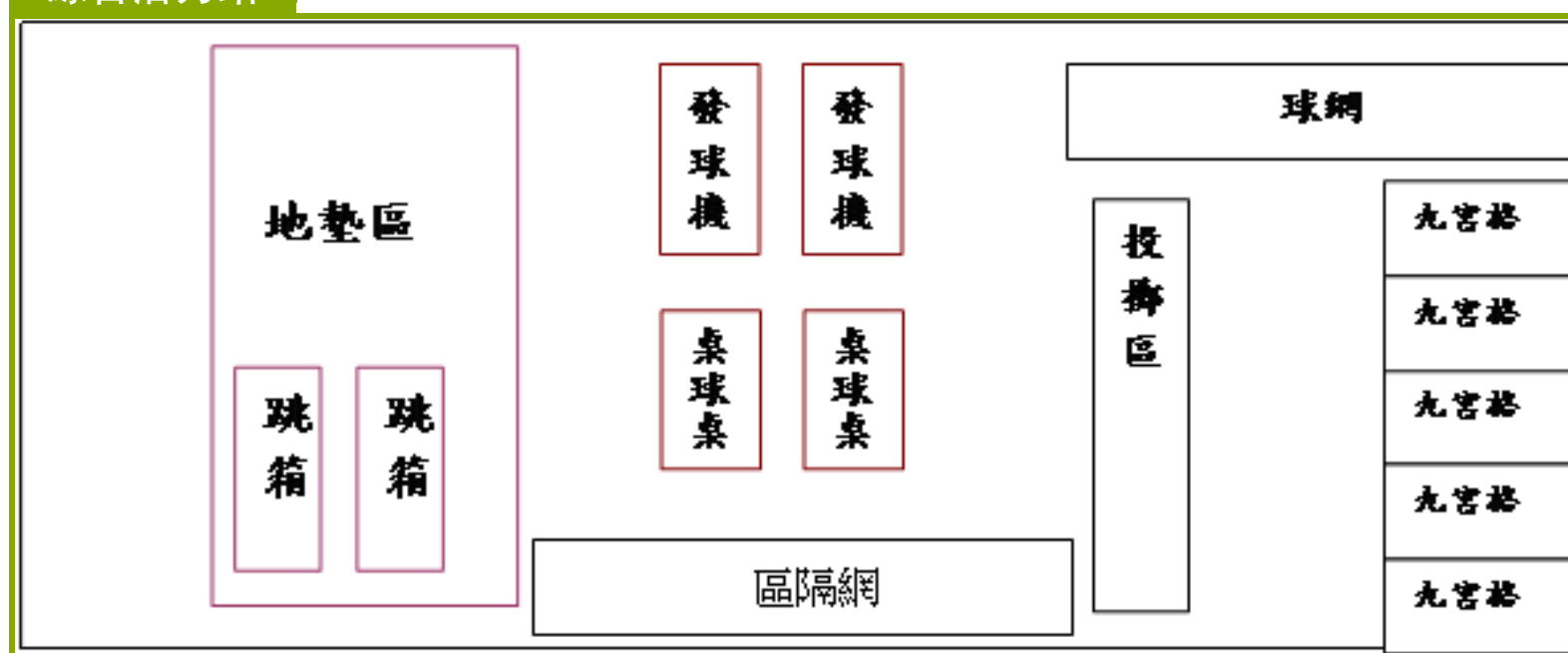
5. 規劃如何吸引身體活動能力較為弱勢學生：運動站設施器材多元化，可供弱勢學生選擇使用。

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101年1月2日起開始營運。</p> <ol style="list-style-type: none">1. 校內使用管理：為場地使用安全及維護考量，訂定「清溝國小樂活運動站使用守則」，師生上課期間使用設施時需共同遵守並進行場地維護；平日辦理使用宣導活動，並加強義工訓練及場地管理。2. 有指定專人負責管理、指導及維護本案設施：<ol style="list-style-type: none">(1) 管理人員如下：<ol style="list-style-type: none">A、正課時間：由任課老師負責。B、團隊使用：由指導老師負責。C、下課時間：由體育小志工和體育志工負責。D、放學時間：由值日老師、替代役負責。E、假日時段：由保全與替代役負責。(2) 設置與維修：<ol style="list-style-type: none">A、設置器材檢查表，分每日、每月檢查。B、上課老師負責第一線檢視工作，要求於學生實際操作前，應仔細檢查是否器材是否有所損壞，若有損壞情形應立即於校內線上維修簿登錄，並通知體育組進行必須之管制措施，以免意外發生之可能。(3) 體育組應於每月就全部運動設施之安全性、堪用性及適用性進行整體評估。

樂活運動站設施配置圖

綜合活力站



體能活力站

籃球機

籃球機

腳踏機

腳踏機

腳踏機

跑步機

跑步機

跑步機

跑步機

手動足
球台

手動足
球台

手動足
球台

冰棍球檯