



# 學校運動站介紹

新北市板橋國中

規劃理念 / 規劃注意事項與原則



圖1：由門口所拍攝的動感教室全景



圖2 圖3 圖4



圖5 圖6 圖7 圖8



圖9 圖10 圖11 圖12

## ○ 規劃理念

1. 建置能吸引學生運動之設施。
2. 設施之建置應考慮多元性及顧及弱勢學生（特教班）及特殊學生之需求（高關懷班、小巨人班、社團、幼稚園）。
3. 強調學生參與，由高關懷班進行動感教室的開幕佈置。
4. 針對本校設置地點之地形特性，考量設備之選擇及數量之取捨。除考慮各項設置之特殊需求外，安全性亦應列入考量。
5. 較易損壞及不易管理之器材，應接近管理人員所在位置，除了方便管理者進行管控之外，使用者也較能遵守使用規定，可減少器材之損壞率。
6. 選擇設備時，針對使用頻率高之器材，應優先考慮故障率低、可長時間使用之設備為宜。
7. 設施之間若有干擾及安全之虞，應增加安全設施。

## ○ 規劃注意事項與原則

### (一) 投籃機

1. 因本校設置投籃機地點在地下一樓，故投籃機噪音較大，於是在籃框下方自行加裝消音海棉墊，減少噪音產生。
2. 投籃機使用人數眾多，故在投籃機地上畫上等待及排隊線，讓使用者自動排隊依序使用，避免產生插隊及爭先恐後之現象。
3. 製作投籃機得分王海報，將得分最高者之班級、姓名、得分張貼於投籃機上方，除了對得獎者是一種鼓勵以外，對其他使用者也有良性競爭之作用。

### (二) 九宮格

1. 放置九宮格之處，應使其靠進牆壁為宜，另三面以桌球之截球板圍起，地面應標示投球線，最好能以男、女、身心障礙、幼稚園分別為考量，在不同之距離標示投球線。
2. 九宮格本身鐵管較細，較易彎曲變形，因此本校將九宮格每組與每組相連之部分用束帶束緊，兩旁用廢棄之羽球柱強化。
3. 在九宮格易發生有人丟有人撿之狀況，易造成有人被球打到之情況。本校的作法是在九宮格上方設置「一起丟、一起撿」之標語，提醒大家之使用要領。
4. 應購置裝球的籃子，每籃原則以不超過10顆球為宜，若超過則易發生過多球在地面同時滾動之狀況，一來不易整理，再來易發生危險。
5. 在地面上應清楚標示裝球籃子的放置處，以免產生亂放現象。
6. 每個九宮格上方應標示投該九宮格之投球顏色，方便學生使用，並且同一個九宮格以用同一種顏色的球為宜，一來方便辨識，二來較易釐清撿球責任歸屬。
7. 本校九宮格設施範圍之出入以截球板之移動為之，應標示清楚，由同一地方出入，否則未標示清楚容易造成學生

跨越截球板，造成截球板之損壞。

8. 截球板外設置等待及排隊線，等使用者使用完畢出去後，下一批使用者再進場，依此類推。

### (三) 冰棍球檯

原有之冰棍球檯有兩個開關，且產生氣體之開關太靠近地面插座，故常要跪在地上開啟，使用十分不便。本校作法為請本校技工協助，將兩個開關合而為一，並且將開關裝置於明顯易操作之處，方便使用者操作。本校建議此部份可於建置初期便要求廠商統一處理，避免事後修改作業。

### (四) 立定跳遠墊

設置在軟墊上，使用者須脫鞋進行測驗，但由於表面比較光滑，容易造成學生滑倒之現象，若不脫鞋容易造成器材之損壞，本校建議目前有一種新式的立定跳遠墊，可解決上述問題，不過價格較高，約需一萬多元。

### (五) 拳擊不倒翁

本校購買之拳擊不倒翁，為價錢較低之設備，故使用不到一個月，即有許多問題產生，如該器材的塑膠管部分容易突出，或不倒翁倒地不起等損壞現象。此外，學生易將不倒翁作為情緒發洩的對象，採不當之使用方法，使得拳擊不倒翁之損壞率偏高。本校建議，可購買單價較高之沙包，不易損壞。

### (六) 整體建議

各項設施應將使用須知清楚列出，並且張貼於明顯處，讓使用者能很容易就瞭解正確之使用方法。

## 樂活運動站設施配置圖

