



學校運動站介紹

臺中市忠明國小

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、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: <ol style="list-style-type: none"> 1. 樂活教室一 (投準區)：棒球九宮格組。 2. 樂活教室二 (樂趣運動區)：桌上曲棍球檯、手足球檯、跳床組、電子投籃機。 3. 樂活教室三 (體適能區)：Kinect遊戲組、體適能健身區(含仰臥起坐組、磁控飛輪健身車組、交叉訓練機組)。 2. 設置地點:本校北棟1樓3間教室。 3. 經費支用:器材購置與場地整建合計36.5萬元(教育部全額補助)。

辦理情形

4. 創意與特色:提供多元運動設施
 - (1) 本校致力於推動健康促進議題，今年主軸議題是「健康體能」，希望以健康體適能來管理學生體能的進程。
 - (2) 透過多元的運動方式提升學生爆發力、耐力、柔軟度等體能要素，並提升身體的協調性及團隊合作的氛圍。
 - (3) 規畫遊戲及體適能訓練器材希望能管理學生體能，並以維護學童學習及遊戲安全為目的。
 - (4) 規劃適於中、低年級及體(技)能弱勢學生需求之運動計畫，培養其終身運動習慣。
5. 強化健康體適能：
 - (1) 規劃體適能有氧多功能教室，適合教學、訓練、學習，讓學生在多元的學習情境下主動學習，帶動體育運動風氣。
 - (2) 規劃系列室內運動場館，增加體育課程場地，減少雨天課程進行之不便。
 - (3) 結合體育班訓練計畫，增加運動團隊之輔助訓練，提昇教室使用效能並強化健康體適能。
 - (4) 結合健康促進學校推動「健康體能」，提升學生體能學習意願，活化學習內容，促進學習興趣。

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。
----	---

1. 本校於上學期末設置完成後，於本學期初102.03.06.即辦理全校教職員工之教育訓練，說明設施內

辦理情形	<p>容及使用方法，更重要的是如何應用在教學上，以增進學生的體適能。老師們在使用後都樂於在課程中設計相關的教學活動，並紛紛組成課後運動社群，增加教師自我之體適能。並於102.03.11.學生朝會時由學務主任向全校學生說明本案設施內容及使用方法，進而鼓勵多多參與。</p> <ol style="list-style-type: none"> 本校在樂活運動站設置之初，即透過各處室討論，設計相關獎勵配套措施，除配合「忠明榮譽之星」的榮譽制度外，更以「到樂活運動站玩」作為學校各項活動的獎勵。學生在獎勵配套措施公布後，皆紛紛表示願爭取良好表現的意願，證明此設置確可增進學生的正向行為。 本校樂活運動站設置在主要教學大樓的一樓（詳附件二），不僅距離大多數的班級近便，也靠近體育班訓練地的網球場與羽球場，便利體育班與校隊之輔助訓練。 教學活動： <ol style="list-style-type: none"> 舞蹈教學： <ol style="list-style-type: none"> 配合健康與體育課程進行年段進階課程 配合舞蹈社進行舞蹈教學，活化肢體語言。 有氧運動及健康運動社團推動，提升學生學習面向。 規劃教師有氧運動，增進教師健康適能促進教學實際效能。 球類運動 <ol style="list-style-type: none"> 結合本校體育班輔助訓練，規畫教學及強化運動團隊組訓。 配合球類教學及相關遊戲器材進行規則及實際演練，從實作中學 習，體驗生活樂趣。 激勵學生自我提升體能及學習各種競賽常識，以落實運動生活化、 運動終身化。 科技機械樂趣化的運動器材，以多元化的方式吸引學生參與樂活運動。 體適能運動 <ol style="list-style-type: none"> 強化學生體適能檢測準確度，促進學生運動意願。 藉由交叉訓練機、飛輪有氧健身車等提升學生肌力、耐力、心肺功能，強化健康體適能，俾能進行快樂學習。 透過教學樂趣化藉此提升本校體適能檢測獲獎率，發展有意義的學習。 藉由各種健身器材設置，增加使用效能，提升學生活動機會及體適能。 本校有資源班1班，學生17人，屬中重度學生頗多，本校體育教學重視融合教育，與資源班一起推動體適能活動，有完整安全的運動設施，將提升特殊學生的體育學習效能。
------	---

三、營運管理	
指標	<ol style="list-style-type: none"> 訂定本案設施使用說明或管理要點。 有指定專人負責管理、指導及維護本案設施。 對社區開放與研訂收費制度。
辦理情形	<p>本校樂活運動站預計於102年04月01起開始營運（已完成教職員工教育訓練，並制定使用辦法，預定於兒童節系列活動時揭牌開放）。</p> <ol style="list-style-type: none"> 學期初辦理樂活站運動師資及義工訓練。 辦理樂活站教師研習活動：每學期至少辦理一場次樂活運動站教師進修研習，分享樂活運動站設施及運用經驗。 透過學務系統網路登記使用管理。 請學務處體育組協助整理維護，組織小義工協助整潔管理。 網路維修登記，及時化整理改善，提昇使用效能及設備使用效率。 定期維護檢查、登錄協請總務處派工維修。 目前初期開放校內班級、體育課程、訓練團隊、教職員工使用，並採不收費制度實施。待日後有充足管理人力才對社區開放，社區的開放方式及收費標準尚在擬定中。



投準區