

屏東縣佳佐國民小學 106 學年度 SH150 實施計畫

106.8.28 擬定

106.8.31 核定

一、依據

1. 教育部體育署 103 年 6 月 5 日臺教體署學(三)字第 1030017103 號函。

二、目的

1. 培育學生運動知能，激發學生運動動機與興趣。
2. 養成規律運動習慣，奠定終身參與身體活動的能力與態度。

三、實施期程：106 年 9 月 1 日至 107 年 6 月 31 日。

四、實施時程

1. 晨光時間：7：50 至 8：30。(每週三、四，共 2 日合計 80 分鐘)
2. 課間活動時間：10：10 至 10：30。(每週一、二、四、五，共 4 日合計 80 分鐘)
3. 體育課：每週 2 節。(每節 40 分鐘共計 80 分鐘)
4. 實施時間總 240 分鐘，合乎 SH150 計畫。

五、實施對象：本校學生。

六、組織職掌

	職 稱	實施方式	辦理單位
組 織 職 掌	召集人	1. 確立實施計劃以及擬定原則 2. 確立規劃方案及考核獎勵機制 3. 納入統合視導項目	校長
	副召集人	1. 提出計畫及考核機制 2. 監督並統合學校執行成果 3. 展現整體計畫績效數據	教導主任
	執行秘書	1. 提出實施方式及自我評核標準 2. 提供第一線執行改善意見 3. 將績效指標納學校體育統計年報網路填答系統	訓導組長
	各委員	執行 SH150 計畫及體適能實施計畫	各班級導師 及 體育專科教師

七、實施內容

面向	策略工作內容	實施方式	主辦單位
1. 人力 資源	(1) 提升體育教師 運動知能	鼓勵學校教師參加增能研習宣導 SH150 計畫	教導處

七、實施內容(續)

面向	策略工作內容	實施方式	主辦單位
1. 人力資源	(2)建置教師互動平臺	A. 提供運動改造大腦相關資訊與教材於各種研習場合或網路平臺。 B. 發展各單項運動教材，提供教師選擇。	教導處
	(3)辦理教學觀摩	辦理期末優秀體育教師觀摩	教導處
	(4)家長及運動志工增能	A. 強化家長每週運動應達 150 分鐘之概念。 B. 辦理學校運動志工及家長志工培訓。	教導處
2. 教材設施	(1)提供樂趣化教材	提供多樣化教學方式或教材。	教導處
	(2)提供運動套餐選單	依據個別學生狀況提供運動套餐選單。	體育專任教師
	(4)支援課後運動社團教材	鼓勵學校增設課後運動社團。	教導處
		增加多樣化功能性課後運動社團。	學務處
3. 活動規劃	(1)晨間、課間及課後運動	體育專科教師支援所有班級知運動。	訓導組
		規劃校內運動時間、項目、場地。	訓導組
	(2)彈性課程及綜合活動時間實施體育活動	A. 實施共同體育活動。 B. 辦理班際普及化運動競賽。	訓導組
	(3)國中、小學普及化運動	辦理普及化運動校內預賽。	訓導組
	(4)跳繩等多元化活動項目	A. 辦理躲避飛盤、跳繩、跑步等多元活動項目。 B. 辦理全校運動會。	訓導組
4. 資訊宣導	提供運動資訊	A. 提供體育署網站相關資訊，如 <u>聰明學習靠運動</u> 相關資訊、 <u>規律運動概念</u> 、 <u>運動安全</u> 相關資訊。以利教師使用。 B. 建議老師級學生上 Youtube 欣賞運動及方案相關影片。	訓導組

八、預期效益

1. 國小學生畢業前每人至少學會一項運動技能。
2. 學生體適能合格率達 55% 以上。
3. 學生能養成規律運動習慣，奠定終身參與身體活動的能力與態度。

九、考核及獎勵

1. 建立學校實施方式之自我檢核與改善機制。
2. 獎勵表揚致力推動之教師、學生、志工家長及校內社團。

十、本計畫陳 校長核定後實施，修正時亦同。

承辦人：

主任：

校長：