

二、領導力與歸屬感： 健康學校政策

1. 學校領導者與行政團隊倡議並投入於健康促進學校計畫

2-1-1 校長帶領學校辦理健促進相關增能活動成果表



臺南市歸仁區紅瓦厝國小 110 學年度運動會實施計畫

- 一、依據：本校 110 學年度重大活動會議決議。
- 二、目的：
 1. 以全校性運動會活動，營造親師生互動平台。
 2. 鼓勵學生鍛鍊體魄，加強體育技能、塑造允文允武的均衡發展風氣。
 3. 展現各班健體教學成果，促進班際交流。
- 三、參與對象：本校親師生。
- 四、實施日期：
 1. 會前賽：111 年 3 月 14 日(一)至 3 月 25 日(五)。
 2. 運動會：111 年 3 月 26 日(六)。
- 五、各競賽項目與期程：詳見競賽秩序冊。
- 六、本學年度運動會任務編組如附件一。
- 七、開幕式結合教學成果發表會實施，成果發表會後請各參賽選手聽大會檢錄參賽。
- 八、競賽獎勵：
 1. 個人單項每生限報名一項(四百接力除外)，比賽取一至三名各一位，頒發獎狀、獎牌及禮券。
 2. 各團體競賽取一至三名各一隊，頒發獎狀及獎品。(四至六年級四百接力頒發獎狀及禮券)
 3. 個人單項與四至六年級四百接力(每生)獎勵禮券額度如下：第一名禮券 40 元、第二名禮券 30 元、第三名禮券 20 元。
 4. 依據本校榮譽制度，參加校內比賽獲獎者(個人單項與四至六年級四百接力)給予榮譽卡一張。
- 九、報名時間：各班級於 111 年 3 月 4 日(五)中午以前，完成選手報名。
- 十、本學年度運動會於假日實施，依規定於次週之星期一(3/28)補假。
- 十一、本計劃所需之經費由相關經費及家長會編列補助經費項下支應。
- 十二、本計劃經行政會議決議，陳請鈞長核准後，方始生效實施，修正時亦同。

承辦單位

教師兼
學務主任 施威宇

教務處

教師兼
教務主任 陳進添

輔導室

教師兼
輔導主任 李玉卿

總務處

教師兼
總務主任 溫誌誠

人事室

人事室
主任 許永暉

會計室

會計室
主任 郭珮縈

校長

臺南市歸仁區
紅瓦厝國小校長 劉英國

0215

附件一

紅瓦厝國小 110 學年度運動會任務編組暨工作職掌表

任務編組	組長	組員	工作內容	備註
召集人	劉英國	施威宇	綜理運動會各項業務	
行政執行組	施威宇	黃國安	1. 協調運動會各項事務	
			2. 協調各組工作內容	
			3. 擬訂實施計畫	
			4. 檢視各組工作狀況、進度	
			5. 整體賽程規劃	
			6. 規劃運動會開、閉幕式	
			7. 掌控運動會流程、節目程序	
			8. 檢錄處及班級休息場地規劃分配	
			9. 各項競賽場地規劃與畫製	
			10. 秩序冊製作	
			11. 遮陽棚搭建	
			12. 獎牌訂製	
			13. 各項競賽執行與會場秩序維持	
檢錄組	教務處*1		比賽選手檢錄	
場地器材組	黃啟明	楊永存、楊忠訓、 黃榮宏、向泓霖	1. 會場佈置	
			2. 各項競賽器材的準備、運送與歸位	
			3. 停車場地規劃與交管工作	交通志工
			4. 協助會後環境清潔與復原	
獎典組	李玉卿	鄧如芬、高苑圻、 黃雅惠、	1. 成績登錄彙整	
			2. 學生競賽獎狀套印	
			3. 外賓簽到、接待	
總務組	溫誌誠	李美慧	1. 獎狀及各項競賽獎品採購	
			2. 外賓贈送禮物、花圈…等登錄	
			3. 謝函、收據製發	
			4. 邀請卡製作與寄送	
醫護衛教組	李育瑱	劉志明	1. 準備醫護站、體溫量測站用品	
			2. 開設醫護站	
			3. 運動傷害防治、處理受傷人員	
環境維護組	劉志明	許耿肇、楊忠訓、 黃榮宏、向泓霖	1. 協助指導各班維護班級休息區清潔與秩序	
			2. 運動會賽前、賽中、賽後場地之整潔活動	
裁判組	施威宇	黃國安、林秀香 許耿肇、溫誌誠、	1. 擔任各項競賽裁判事宜 (詳如競賽工作執勤表)	

		楊浩、劉倍妙、黃漢龍、王恣瑩、郭人澂、黃彥齊	2. 各項競賽申訴仲裁	
			3. 大隊接力服務員	
會計組	郭珮縈	楊永存	1. 負責捐款收入作業	
			2. 經費核銷與控管	
攝影組	許永暉	黃大洲	負責運動會各項活動之拍照工作	
司儀組	柯如庭、張英資		1. 負責運動會活動主持	
			2. 大會司儀暨頒獎典禮	
			3. 音響設備管控與播放音樂	
機動組	施威宇	林秀香、許耿肇、劉志明	1. 志工任務分配及調度	
			2. 機動支援各組工作	

體育會：111年3月31日(四)

時間	跑道	運動場中央草地	青青草原
10：20 ~ 10：30		一年級折返接力 二年級折返接力	
10：30 ~ 10：50	三男->三女->四男->四女-> 五男->五女->六男->六女 60M 決賽		
10：50 ~ 11：20		一年級趣味競賽 二年級趣味競賽 三年級趣味競賽	
11：20 ~ 11：40	四男->四女->五男->五女-> 六男->六女 400M 接力決賽	四年級趣味競賽	
11：40 ~ 12：00	休息區環境整理		
12：00	午 餐		
12：40	低年級放學		
13：20	集 合 熱 身		
13：30 ~ 13：50	三男->三女->四男->四女->五男 ->五女->六男->六女 100M 決賽		
13：50 ~ 14：20		五->六年級 趣味競賽	
14：20 ~ 15：15	三-六年級大隊接力		
15：15 ~ 15：35	頒 獎		
15：35 ~ 16：00	閉幕式與環境整理、放學		

110 學年度校內運動會各學年趣味競賽

一年級競賽名稱:勇網直前	
所需器材	每班網球拍 1 把、網球或樂樂棒球 1 顆、交通錐 1 座
遊戲規則	學生手持球拍(單手雙手皆可),拍上放球,往前走到交通錐處,折返繞回,交棒給下一位同學,最快完成 30 人次的班級獲勝。
二年級競賽名稱:	
所需器材	每班呼拉圈 1 個(大的呼拉圈)、三角錐每班 2 個(起點與終點)
遊戲規則	學生將呼拉圈滾到對面的三角錐後,再滾回來,交給下一位,接力滾呼拉圈。每班 29 人,以最快完成的班級獲勝。
三年級競賽名稱:籃球夾夾樂	
所需器材	每班需籃球*1、木棍(拖把柄或窗刷桿)*2
遊戲規則	學生每兩人一組,以木棍夾住籃球前進至標線處,二人旋轉換位後折返,交給下一組,每班 15 組,以最快完成的班級獲勝。
四年級競賽名稱:飛向宇宙	
所需器材	每班需學生椅*1,大呼拉圈*1,飛盤*5
遊戲規則	學生站定投射點(距離約 5 公尺),聽到「裁判哨音」再投擲(以免打到人)。每班 29 人參加選手不分男女共 25 位;打到呼拉圈得 1 分,穿越呼拉圈得 2 分,最後比全班總分。投擲的學生需自行檢回飛盤傳給下一位。
五年級競賽名稱:大珠小珠落玉桶	
所需器材	5 個排球、5 個樂樂棒球、10 個水桶、10 個交通錐
遊戲規則	同學兩兩一組,共同用背將排球運送到對面交通錐,並將球放入一旁水桶,且將水桶中乒乓球拿起,兩人共同用食指指著樂樂棒球運回出發點的交通錐旁水桶中,每班有 13 組次。途中若球落地,將球檢回繼續前進,走完 13 組次,最少時間者勝。
六年級競賽名稱: <u>海綿</u> 寶寶向前衝	
所需器材	每班海綿菜瓜布*2、每班學生椅子*2、每班水桶*2(二桶皆裝滿水)
遊戲規則	學生一手一個海綿將海綿放入水桶吸水後,原地繞三圈,跑到 15 公尺外將海綿的水擠到量杯裡(自備),計時 6 分鐘,最後水量愈多者該班獲勝。

臺南市110學年度紅瓦厝國民小學健康體位 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	108學年度運動會			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111年03月31日	參加人數	828人		60人
簡述活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合運動會時機，營造親師生互動管道。 2. 鼓勵學生鍛鍊堅強體魄，加強體育技能、塑造允文允武的均衡發展風氣。 3. 透過校內運動會形式，展現各班教學成果，促進班際交流。 			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：開幕		說明：校長頒發優勝隊手獎狀		
				
說明：全校性體育競賽		說明：感謝過去~相約未來(灑祈福彩鹽)		

臺南市110學年度紅瓦厝國民小學視力保健 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	小一新生線上訓練-健康促進診療所			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
110年08月25日	參加人數	144		20
簡述活動內容	藉由校長與校護角色扮相，提昇學生學習效果力，並建立學生日常健康生活型態並落實保健議題的實施。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：校長醫師教導如何做健康好寶寶



說明：校長醫師線上直播教導小朋友健康觀念



說明：護理師說明小一護眼6步驟



說明：護理師說明小一防疫新生活

臺南市歸仁區紅瓦厝國小 110 學年度上學期健康促進學校推廣普及化運動

班際體育競賽實施計畫

- 一、依據：教育部普及化運動實施計畫、臺南市提升體適能實施計畫。
- 二、目的：為使小學生養成規律運動習慣、提升體適能，讓少運動的學生體會運動的樂趣。
- 三、裁判：體育科任教師、學務處、高年級學生
- 四、競賽賽程：公告於本校網站之最新消息學務處公佈欄。
- 五、比賽說明：

年級	項目	練習賽時間	競賽時間/地點	參加人數	規則簡述
一年級	排球 拋投	體育課	風雨球場 12月21日(二) 8:00~8:40	25	1. 由高年級學生協助擔任紀錄員，計次數。 2. 每生依序各拋三顆球，待 25 人均完成後統計全班總進球數。 3. 累積全班拋進籃子總數為全班成績。
二年級	跳繩 (跳跳王 1)	體育課	風雨球場 12月22日(三) 8:00~8:40	25	1. 由高年級學生協助擔任紀錄員，計次數。 2. 每生依序各跳一分鐘，待 25 人均完成後統計全班總次數。 3. 累積全班跳繩總次數為全班團體成績。
三年級	跳繩 (跳跳王 2)	體育課	風雨球場 12月24日(五) 8:00~8:40	全班	1. 由高年級學生協助擔任紀錄員，計次數。 2. 每生依序各跳一分鐘，待全班均完成後統計全班總次數。 3. 累積全班跳繩總次數÷下場比賽人數為全班平均成績，所得數字越高名次越佳。
四年級	跳繩 (跳跳王 3)	體育課	風雨球場 12月28日(二) 8:00~8:40	20	1. 由高年級學生協助擔任紀錄員，計次數。 2. 每生依序各跳一分鐘，待 20 人均完成後統計全班總次數。 3. 累積全班跳繩總次數為全班團體成績。
五年級	足球 PK 大賽	體育課	操場 12月30日(四) 8:00~8:40	25	1. 將置於罰球點的球，踢向球門。 2. 每人三球，位置差別計分，近(1分)、中(2分)、遠(3分)。 3. 每生每個罰球點各踢 1 球，共踢 3 球；待 25 人均踢完後統計全班踢進總分。
六年級	跳繩 接力	體育課	風雨球場 12月29日(三) 8:00~8:40	24	1. 選手由起點採取跑步跳繩方式至 15 公尺外終點處，接著進行一跳一迴旋 10 下後，再跑步跳返回起點交給下一棒。 2. 接力賽跳繩可一人一繩，亦可全隊一繩。 3. 採計時賽，時間較少者獲勝。

- 六、獎勵：各年級取前三名，頒發獎狀乙張及獎金 300 元以資鼓勵。另，二、三、四年級增設個人獎項：各年級取前三名，頒發第一名 50 元、第二名 40 元、第三名 30 元禮券鼓勵。
- 七、本計畫呈 校長核可後實施，修改時亦同。

承辦人

教師兼黃國安
體育組長

學務主任

教師兼施威宇
學務主任

校長

臺南市歸仁區劉英國
紅瓦厝國小校長

臺南市110學年度紅瓦厝國民小學健康體位 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	班際體育競賽運動			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
110年12月21日 至110年12月29日	參加人數	828		40
簡述活動內容	希望透過普及化運動的推廣，讓學生養成規律運動習慣，兼具戶外活動120視力保健養成。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：校長參與四年級跳繩比賽		說明：校長參與四年級跳繩比賽		
				
說明：一年級排球拋投		說明：五年級足球定點PK賽		