

彰化縣推動「學生每週在校運動 150 分鐘」實施計畫

一、依據國民體育法第 5 條第 2 項規定：「各機關、機構、學校、法人及團體應依有關法令規定，配合國家體育政策，切實推動體育活動」及同法第 14 條第 1 項規定略以：「高級中等以下學校及專科學校五年制前三年應安排學生在校期間，除體育課程時數外，每日均應參與體育活動，其每星期合計應達一百五十分鐘以上…」，爰訂定本計畫，以落實立法意旨。

二、目標：

- (一)啟發運動興趣，進而達到每日運動三十分鐘之目標。
- (二)國小學生畢業前每人至少學會一項運動技能。
- (三)110 學年度學生體適能中等比率達 60%。
- (四)110 學年度學生規律運動習慣比例提升至 97%以上。

三、組織分工：

	工作內容	實施方式	辦理單位
組織 分工	成立縣市 推動小組	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	彰化縣政府 (推動小組名單詳如附件一)
	成立學校 執行小組	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	彰化縣中小學

四、實施策略

面向	策略工作內容	實施方式	主辦單位	協辦單位
人力 資源	(1) 提升體育教師運動知能	辦理校長、教師增能研習宣導本政策	彰化縣政府	彰化縣中小學
	(2) 建置教師互動平台	A. 建置教師互動平臺，輔導學校發展學校本位課程。 B. 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。 C. 發展各單項運動教材，提供教師選擇。	彰化縣政府	健體領域輔導團
		於網路教案平台交流優秀教案。	彰化縣政府	健體領域輔導團

面向	策略工作內容	實施方式	主辦單位	協辦單位
	(3) 辦理典範學校觀摩	表揚優質學校，並辦理典範學校觀摩。	彰化縣政府	
		A. 遴選各級績優學校，辦理縣市典範學校觀摩，提供各校校長參考。 B. 辦理課後社團分項分專業內容研討會。	彰化縣政府	
	(4) 校長、家長及運動志工增能	A. 辦理運動志工與家長志工招募。 B. 辦理運動志工及家長志工培訓。 C. 強化家長每週運動應達 150 分鐘之概念及 3Q 教材。	彰化縣政府	彰化縣中小學
	(5) 結合民間組織資源	媒合體育運動組織、彰化縣體育會入校推廣活動。	彰化縣政府	彰化縣中小學
教材設施	(1) 提供樂趣化教材	提供多樣化教學方式或教材(如虛擬遊戲)。	彰化縣中小學	
	(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。	彰化縣中小學	
	(3) 利用閒置空間設置樂活運動站	補助閒置空間設置樂活運動站。	教育部體育署	彰化縣政府
		調查及申請閒置空間設置樂活運動站。	彰化縣政府	彰化縣中小學
	(4) 支援課後運動社團教材	鼓勵學校增設課後運動社團。	彰化縣政府	彰化縣中小學
		運動志工駐校協助，提供相關技術支援，並協助學生參與運動。	彰化縣大專校院 彰化縣政府	彰化縣中小學
增加多樣化功能性課後運動社團。		彰化縣中小學		
活動規劃	(1) 晨間、課間及課後運動	大學主動支援所在縣市之專科、高中以下各級學校。	彰化縣大專校院	彰化縣中小學
		規劃校內運動時間、項目、場地。	彰化縣中小學	
	(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。	彰化縣中小學	
		(3) 辦理普及化運動	辦理普及化運動縣市決賽。	彰化縣政府
	辦理體育嘉年華活動、教育盃及縣長盃各項錦標賽		彰化縣政府	彰化縣中小學
	辦理普及化運動校內預賽(參考項目包含：1-4 年級健身操、3-5 年級樂樂棒球、1-6 年級樂樂足球、6-9 年級大隊接力等)。		彰化縣中小學	
	(4) 跳繩等多元化活動項目	A. 辦理體操、跳繩、跑步等多元活動項目教材設計與研習。	教育部體育署	彰化縣政府

面向	策略工作內容	實施方式	主辦單位	協辦單位
		B. 結合 99 體育日辦理全國性焦點活動。		
		辦理各校體育日活動(運動賽會)。	彰化縣中小學	
	(5) 運動社團協助辦理活動	運動社團協助辦理校內班際運動聯賽之賽務。	彰化縣中小學	
資訊 宣導	(1) 利用媒體廣為宣傳	A. 選擇學生喜愛的明星或運動選手，結合活動主題，為活動代言。 B. 活動標語甄選及宣導。 C. 邀請媒體報導典範學校活動成果。 D. 配合 SSU 大專學生運動記者宣傳。	教育部體育署	彰化縣政府 彰化縣中小學
	(2) 提供運動資訊	A. 網站提供相關資訊，如聰明學習靠運動相關資訊、規律運動概念、運動安全相關資訊。 B. 將運動及方案相關影片上傳至 Youtube 供學生參考。	教育部體育署	彰化縣政府 彰化縣中小學

五、資料繳交：

- (一)111 年 4 月 15 日前將訪視檢核表(逐一核章)、實施計畫(逐一核章)及截至 111 年 4 月 15 日前之成果報告(含佐證資料)彩色掃描成 PDF 檔，依各視導區學校名單上的編號、學校命名【範例：5-20-體健國小 SH150 檢核表、計畫、成果】並將電子檔逕傳至 <https://forms.gle/gyL7hKTWAtXtjunW7>，紙本留校備查。
- (二)實施計畫、範例(含檢核表、成果報告)及各視導區學校名單等格式下載網址：<https://reurl.cc/e6xQYb>。
- (三)各校成績由視導區督學進行考核評分，並評選各區績優學校予以敘獎，獲獎學校請依獎勵辦法填報敘獎名冊報府辦理敘獎。
- (四)請各校採用 Google Chrome 瀏覽器登入 Google 帳號，於期限內上傳相關表件。

六、考核方式：

- (一)學校先依訪視檢核表自評成效並上傳訪視檢核表、實施計畫及成果報告(含佐證資料)。

(二)本府請督學到校視導辦理情形，各校請依訪視檢核表訪視內容依序準備相關文件(含佐證資料)，俾供督導訪視。

(三)上傳檔案如未依規定命名及資料不全或遲交學校，將酌予扣分，如分數過低之學校，將列為教育部體育署優先訪視對象。

(四)本府遴選表揚推行成效優良之學校及相關人員。

七、獎勵：經視導區督學視導確實辦理之學校，評選各區績優學校予以敘獎，成績另行公布至教育處雲端，並於公告後期限內繳交敘獎名冊辦理敘獎，逾期將視同放棄敘獎資格，評選績優校數及獎勵額度如下：

(一)評選績優校數：

序	視導區	視導鄉鎮	校數			評選績優校數		
			國小	國高中	合計	國小	國高中	合計
1	彰化區	彰化市、芬園鄉、花壇鄉	27	9	36	6	2	8
2	員林區	員林市、大村鄉、永靖鄉	18	5	23	4	1	5
3	鹿港和美區	福興鄉、鹿港鎮、秀水鄉和美鎮、線西鄉、伸港鄉	35	9	44	8	2	10
4	溪湖區	埔鹽鄉、溪湖鎮、埔心鄉	21	4	25	5	1	6
5	北斗田中區	埤頭鄉、溪州鄉、北斗鎮田尾鄉、田中鎮、社頭鄉二水鄉	41	8	49	9	2	11
6	二林區	二林鎮、大城鄉、竹塘鄉芳苑鄉	28	8	36	6	2	8
	合計		170	43	213	38	10	48

(二)獎勵額度：

1、25班以上：嘉獎1次3名，獎狀15名。

2、12-24班(含12及24班)：嘉獎1次2名，獎狀13名。

3、11班以下：嘉獎1次1名，獎狀10名。

彰化縣「學生每週在校運動 150 分鐘」實施計畫
推動小組

職稱	姓名	服務單位/職稱
召集人	王智弘	教育處處長
副召集人	張淑珠	教育處副處長
秘書長	劉致芬	教育處體健科科長
執行秘書	劉美娜	教育處體健科約僱人員
委員	張家昌	國立彰化師範大學教授
委員	江欣二	彰化縣體育會總幹事
委員	江永泰	彰化縣健康與體育領域輔導團國中組召集人 彰化縣國中體育促進會主任委員 彰泰國中校長
委員	廖松圳	彰化縣健康與體育領域輔導團國小組召集人 埔心國小校長
委員	黃馭寰	彰化縣國小體育促進會主任委員 大竹國小校長