

## 南投縣仁愛鄉平靜國民小學課間活動實施計畫

### 一、依據：

1. 平靜國小一百零三學年度課程總計劃辦理。
2. 平靜國小一百零三學年度校務計劃暨行事曆辦理。
3. 平靜國小一百零三學年度訓導組工作計畫辦理。
4. 配合教育部「校園快活計畫」。

### 二、目標：

提升師生健康體能，增進運動持續能力，促進身心均衡健康發展。

三、實施內容：每學期開學後，從第三週課間活動時間（上午 10：10～10：30）開始實施。

四、實施地點：本校操場

五、負責單位：訓導組。

### 六、實施項目：

1. 健康操：期初由訓導組長實施動作教學，待學生熟練後，由大隊長負責整隊，全校學生一起跳新式健康操，於星期一的課間活動時間實施。
2. 大隊接力（負重接力）：由訓導組長主持，大隊長負責整隊，於星期四的課間活動時間實施。負重接力於賽德克週的週四實施。
3. 慢跑：由訓導組長主持，大隊長負責整隊，於星期二的課間活動時間實施。
4. 傳統歌謠：由教導主任主持，於星期三的課間活動實施。

南投縣仁愛鄉平靜國小課間活動實施表					
星期	一	二	三	四	五
項目	健康操	大隊接力	傳統歌謠	大隊接力	自由運動
時間	上午 10 時 10 分至 10 時 30 分				
地點	操場				
對象	一至六年級學生				
方式	由導護老師廣播集合學生一起進行活動，各班導師亦到場指導。				

七、實施方法：

1. 健康操由訓導組長及各班導師加以指導。
2. 請老師也下場跟學生一起運動同樂。

八、本計劃經本校校務會議討論後，經校長核可後實施，修正亦同。

承辦人

主任

校長