

附件 1：計畫摘要

桃園市龜山區文欣國民小學
108 年度「結合大學資源打造知識城」計畫摘要

申請學校/單位名稱	桃園市龜山區文欣國民小學	
私校/民團統一編號		
活動名稱	快樂健康動動動	
活動性質(可複選)	<input checked="" type="checkbox"/> 學生學習活動 (1) <input type="checkbox"/> 職業試探營 (2) <input type="checkbox"/> 社團入校服務學習 (3) <input type="checkbox"/> 開放大學課程 (4) <input checked="" type="checkbox"/> 在地特色課程或校本課程 (5) <input type="checkbox"/> 英語學習 <input type="checkbox"/> (6)教師職能課程 <input type="checkbox"/> 新住民培力課程 (7) <input type="checkbox"/> 職業技能課程 (8) <input type="checkbox"/> 諮商輔導人員培訓課程	
活動領域(七大學習領域)	健康與體育	
活動開始日期	108. 4. 22	
活動結束日期	108. 5. 8	
活動天數	8 天	
活動時數	約 6 小時	
活動內容簡介	本課程讓學童了解身體之構造，並建立正確的運動觀念，結合肢體伸展動作來調整身心健康，遠離負面情緒，另外，搭配飲食技巧課程讓學童學習運用小技巧達到熱量控制維持健康體位。	
參加對象	五六年級學生	
預估學生參加人數/人次	人數：163	人次：675
活動地點/場館	地點：文欣國小校區	場館：體操教室、視廳教室
參與單位(大專院校/系所社團)	大專校院：長庚科技大學	系所社團：護理系
參與單位(高國中小)		
大專院校提供人力資源	教師人數：1	大專生人數：
活動聯絡人	黃琬珊老師	
聯絡電話	03-3974893#312	
郵件信箱	wanshan524@gmail.com	
學校/單位首頁	http://www.weses.tyc.edu.tw/	

附件 2：實施計畫

桃園市龜山區文欣國民小學

108 年度結合大學資源打造知識城實施計畫

一、依據：桃園市 108 年度結合大學資源打造知識城實施計畫。

二、目的：本課程讓學童了解身體之構造，並建立正確的運動觀念，結合肢體伸展動作來調整身心健康，遠離負面情緒，另外，搭配飲食技巧課程讓學童學習運用小技巧達到熱量控制維持健康體位。

三、辦理單位：

(一) 指導單位：桃園市政府教育局。

(二) 主辦單位：桃園市龜山區文欣國民小學

四、參加對象及預估學生參加人數：五年級~六年級學生、163 人，弱勢學生人數 25 人、比例 15%。

五、活動性質：學生學習活動、在地特色課程。

六、辦理方式：

(一) 與鄰近長庚科技大學合作，邀請其副教授擔任本次主講教師，以學年及班級的方式進行教學，由講師帶領著孩童們，大手牽小手，一同進行體育活動的展現。

(二) 依據本校發展特色，運用鄰近長庚科技大學資源，擬定具學習性、趣味性及健康性之活動計畫，提升本校學生體育能力；透過講師之專業能力，結合本校教師專業能力，將健康與體育融入學校本位課程，促使學生經由體驗活化校園氛圍。

(三) 本方案規劃八節課，邀請長庚科技大學副教授簡報的介紹，講解健康的飲食與與正確的運動概念，以循序漸進的方式設計體育教學活動，透過實際操作體驗活動，激發學生運動興趣、改善不良的運動方式，以提升學生其健康與體育之學習成效。

七、活動流程(課程表)：

日期	時間	課程名稱	授課者(姓名)	課程提綱	節數	備註
108.4.22(一)	8:00-8:50	健康大本營	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	1. 飲食小技巧： 健康飲食攻略； 2. 解開身體密碼： 檢測脊椎	1	五、六年級
108.4.24(三)	8:00-8:50	健康大本營	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	1. 飲食小技巧 -1: 健康飲食攻略； 2. 解開身體密碼： 檢測脊椎	1	五、六年級
108.4.26(五)	8:00-8:50	頭好壯壯伸展趣	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	放鬆身體方法： 基本伸展體位	1	授課 班級 601

108.4.29(一)	8:00-8:50	頭好壯壯伸展趣	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	放鬆身體方法： 基本伸展體位	1	授課 班級 601
108.5.1(三)	8:00-8:50	美姿美儀	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	美背體態調整： 背部伸展舒緩疲勞	1	授課 班級 601
108.5.3(五)	8:00-8:50	美姿美儀	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	美背體態調整： 背部伸展舒緩疲勞	1	授課 班級 601
108.5.6(一)	8:00-8:50	挑戰極限	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	挑戰人魚線	1	授課 班級 601
108.5.8(三)	8:00-8:50	挑戰極限	外聘 長庚科技大學 謝佩玲副教授	挑戰人魚線	1	授課 班級 601

備註：1. 於課餘時間辦理：■朝(集、週)會

八、活動時間及地點：108年4月22日至5月8日朝會時間、文欣國小校區。

九、組織與職掌：

職稱	工作人員	工作執掌
校長	吳俊生	本計畫各項教學活動之進行總督導
學務主任	戴佑任	本計畫各項教學活動之進行聯繫督導
訓育組長	黃琬珊	執行本計畫、協助外聘講師課程規劃及聯繫講師
級任教師	曾郁翔	協助計畫執行、活動拍照
級任教師	薛詩穎	協助計畫執行、活動拍照
級任教師	蕭慈祥	協助計畫執行、活動拍照
級任教師	林昌役	計畫執行、協助教學
級任教師	藍心彤	計畫執行、協助教學
級任教師	許真菱	計畫執行、協助教學

十、經費：本案所需經費由桃園市政府教育局補助款項下支列(經費概算表如附件3)。

十一、獎勵：本計畫工作圓滿完成後，相關承辦人員報請桃園市政府教育局依規定辦理敘獎。

十二、本案經桃園市政府教育局核定後實施，修正時亦同。

桃園市龜山區文欣國民小學

108 年度「結合大學資源打造知識城」活動照片

時間：108 年 5 月 8 日（星期五）

活動名稱：快樂健康動動動



講師宣導飲食小技巧



講師引導學生體驗肢體伸展



講師測驗學生肢體協調度



講師讓學生體驗肢體伸展



講師讓學生體驗肢體伸展



講師讓學生體驗肢體伸展