編號：126

臺中市國民中小學辦推動「SH150方案-推動每週在校運動150分鐘策略」考核表

受評學校:臺中市外埔區外埔國民小學　　學校自評日期:110年6 月30　　日

實施內容:　　實施期間:109.9～110.6

考核要項及配分	學校自評內容	原配分	自評分數	複評分數
1.學校推展計畫	應檢附完整學校推展計畫，給滿分20分。	20	20	

2.計畫推動之具體成果	計畫推動方式與內容(文字簡述):詳如推展計畫 A榮獲教育部健康促進績優學校 B榮獲健康促進國際認證銀質獎 C台中市普及化運動跳繩比賽分區高年級第二名、中年級冠軍 D外埔區國小田徑錦標賽榮獲男女田徑總錦標雙料冠軍 E外埔區長盃桌球賽榮獲國小個人甲組第三名 F腹平減重樂臺中–校園健康減重環境營造競賽—健康促進獎 G健康促進學校行動研究小論文評選—榮獲第二名 H健康促進學校行動研究成果海報」優良 I全市健康小學堂益智競賽全市第一名 校內普及化班際運動競賽及共同體育活動:共 4 場次。 學生達體適能常模中等標準人數及比率:計0人(0 %)。	40	38	
3.運動社團推展情形	含躲避球、桌球、扯鈴、舞蹈、直排輪、跆拳道、田徑、圍棋、太鼓等項目。 參與人數, 共計185人(佔學校總人數22 %)。	10	9	

4.運動場地設施利用情形	文字簡述: A課後與假日提供球場、禮堂、操場等場地設施供學生與民眾使用。 B夜間開放校園供親師生與社區民眾休憩運動 C提供場地興建社區夜間籃球場，提供正當休閒運動場所 D提供場地規畫為槌球場地，供社區民眾運動休憩 E提供本校場地每年辦理全市槌球賽、三對三籃球賽、桌球賽、跳繩比賽等。 F運用本校天然高低落差地形所產生的多處樓梯，進行體能指導訓練。	10	10	
5社會資源運用情形	引入社會資源(包含人力、物力、運動專業團體等)情形: (◎請文字敘述，並檢附照片2-3張。) A招募成立運動志工隊(含Line群組)，協助各項體育活動之推展 B技術支援:外埔桌委會、勁速直排輪社、翼世代扯鈴社、靜武道館、歐若湄舞蹈社、日麗圍棋。 C活動支援:外埔體育會、外埔區公所、外埔各里與社區發展協會、外埔槌球委員會、水上救生協會、外埔民防隊與後憲弟兄、慢跑協會、衛生所、李綜合醫院等 D場地支援:外埔桐花步道、外埔六分綠廊步道等	10	10	

6.推展特色	文字簡述: A市府普及化跳繩運動，本校榮獲區賽中年級第一名，本校持續推動課間跳繩運動，深化並向下紮根，讓跳繩運動真正普及化到每個學生並成為其日常生活中不可或缺之運動。近幾年成績斐然，去年區賽中年級組第一名、今年區賽中年級第一名 C成立體重控制樂樂班三年，長期指導過重學生每周運動與營養教育，成效顯著(BMI值下降超過30位)，大台中新聞到校採訪報導 D結合公益辦理為愛而跑活動，學生每跑一圈，展裕建設捐10元，所得3萬5千元捐慈善機構。 E本校擁有天然高低落差地形所產生的階層看台與多處樓梯，得以長期進行體能指導訓練。 F運動社團多元共9個，學生參加比例超過22% G每年畢業典禮中，頒獎表揚體育團隊績優個人 H能充分結合運用社會人力、物力等各項資源，協助推動各項體育活動	10	10	
	自 評 總 分		97	

承辦人:　　主任:　　校長: