

宜蘭縣壯圍國民小學 101 學年度友善校園暨健康促進計畫

【壯圍健康好兒童健康體位競賽】活動實施辦法

壹、目的：透過辦理校園健康體位競賽活動，降低校園體位不良比例；藉由體育活動營造祥和校園之氛圍。

貳、依據：本校 101 學年度友善校園計畫、健康促進學校實施計畫辦理。

參、辦理單位：

主辦：教學事務處學務組

協辦：健康中心、體育股

肆、參加對象：一至六年級學生

陸、活動日期：102 年 2 月至 102 年 5 月

柒、比賽項目：

(一)跳繩競賽：

1. 時間：三月二十六日（二）上午八時半學生朝會結束後

2. 組別：低年級組、中年級組、高年級組

3. 比賽方式：

A. 計時賽：低年級組計時一分鐘、中年級組計時一分鐘、高年級組計時一分鐘；次數最多者獲勝。

B. 耐力賽：中、高年級，時間最長者獲勝。

4. 每組取前六名，頒發獎品、獎狀。

5. 各班學生依意願報名參加，以班級為單位，統一繳報名表。

(二)體位競賽：

1. 時間：二月進行前測，五月進行後測。

2. 組別：低年級組、中年級組、高年級組

3. 比賽方式：

A. 身高：這段期間身高增長最多者。

B. 體重：過重及肥胖者，體重減輕最多者；過輕者，體重增加最多者。

C. 班級團體競賽：全班平均長高最多者。

4. 每組個人取前六名，班級取前三名，頒發獎品、獎狀。

5. 全班學生參加，依護士阿姨測量統計評定。

陸、經費概算及來源：由學校友善校園經費項下支出。

項次	品名	單價&數量	金額
1	個人獎品	20*48	960
2	班級獎品	100*9	900
3	合計		1860

柒、本辦法經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

教學組長：

教學事務主任：

校長：

健康中心：

行政事務主任：

體育股：

主計：

宜蘭縣壯圍國民小學 101 學年度健康促進計畫

【壯圍健康好兒童健康體位競賽】跳繩競賽報名表

班級：三忠

項目：計時賽

座號	姓名	成績	座號	姓名	成績
1	陳柏翰		13	林珮岑	
2	郭柏韋		14	莊容綾	
3	李書丞		15	林珮妤	
4	張宇賢		16	王靖平	
5	陳祈伸		17	黃品瑄	
6	陳威霖		18	李燕雨	
7	賴昊鈺				
8	林政寬				
9	陳玟蓁				
10	游芯柔				
11	呂思萱				
12	黃郁茵				

班級：三忠

項目：耐力賽

座號	姓名	成績	座號	姓名	成績
1	陳柏翰		13	林珮岑	
2	郭柏韋		14	莊容綾	
3	李書丞		15	林珮妤	
4	張宇賢		16	王靖平	
5	陳祈伸		17		
6	陳威霖		18		
7	賴昊鈺				
8	林政寬				
9	陳玟蓁				
10	游芯柔				
11	呂思萱				
12					

宜蘭縣壯圍國民小學 101 學年度健康促進計畫

【壯圍健康好兒童健康體位競賽】跳繩競賽報名表

班級：五忠

項目：計時賽

座號	姓名	成績	座號	姓名	成績
1	林 東 佑		13	林 子 安	
2	田 孟 玄		14	游 曜 璞	
3	林 奕 辰		15	王 心 燁	
4	黃 年 慶		16	郭 憶 萱	
5	簡 郁 叡		17	吳 雨 瞳	
6	莊 家 任		18	游 詩 穎	
7	林 錦 翔		19	吳 若 瑀	
8	林 韋 辰		20	林 姿 妤	
9	陳 俊 宇		21	李 芸 伊	
10	黃 竣 揮		22	李 芸 姍	
11	陳 秉 生		23	蘇 于 馨	
12	陳 芄 瑄				

班級：五忠

項目：耐力賽

座號	姓名	成績	座號	姓名	成績
1	林 東 佑		13	林 子 安	
2	田 孟 玄		14	游 曜 璞	
3	林 奕 辰		15	王 心 燁	
4	黃 年 慶		16	郭 憶 萱	
5	簡 郁 叡		17	吳 雨 瞳	
6	莊 家 任		18	游 詩 穎	
7	林 錦 翔		19	吳 若 瑀	
8	林 韋 辰		20	林 姿 妤	
9	陳 俊 宇		21	李 芸 伊	
10	黃 竣 揮		22	李 芸 姍	
11	陳 秉 生		23	蘇 于 馨	
12	陳 芄 瑄				