

提報內容

發表時間：2015/08/05 22:49 瀏覽數：8 回應數：1 葉片數：0片

一般提報

標題：野外健康路跑
提報分類表：認識社區
策劃/執行人：林志謙
動機：無
目標範圍：全校性
難易度：困難
實施期間：103年12月3日
參予人數：455人

目標：

1.讓學生透過路跑活動，了解運動在日常生活中的重要性。2.透過路跑活動，實踐本校推動健康體位的行動。3.以社區做為路跑的範圍，讓學生在路跑活動中認識社區與環境。4.在路跑活動中，指導學生應注意的交通安全規則。

進行方式：

1.以路跑的方式，學生繞周圍環境社區一圈共3.7公里，讓學生對學校週遭的環境有更進一步的了解。2.在路跑活動中，提醒學生在社區中應該注意的危險地點與體會到生活周遭環境的美好。

成果描述：

1.學生在路跑活動中，不僅達到運動的效果，也讓學生認識社區的環境。2.學校週遭的社區環境中，多少還是有一些隱藏的危險地帶，透過路跑活動，也讓學生懂得避開危險地方。3.透過此次路跑活動讓學生體會到生活周遭的環境是多麼多美麗。

實施心得：

【路跑是很好的體育活動，透過路跑活動，可以提升學生的心肺功能，讓學生更健康。】【對國一的學生來說，路跑很有挑戰性，而且到了不熟悉的社區環境，小朋友的興致很高。】【跑的地點在河邊自行車道，風景真是優美阿。】

學習者心得：

1.好開心喔！我得第一名，因為我平時就常常運動，所以我才能跑這麼快，我希望每年都辦，叫爸爸也一起來跑。2.國一的學生能有機會用步行的方式走入自己的社區，認識社區的環境是非常棒的。

補充：

上傳圖片：





上傳檔案：