

## 桃園縣平鎮市祥安國民小學「晨間及課間活動」實施辦法

### 一、目的：

- (一)培養學生運動興趣，增進健康體適能。
- (二)帶動校園運動風氣，養成終身運動習慣。

### 二、實施對象：本校全體師生。

### 三、實施方式：採班級、班群協同或全校實施。

### 四、活動內容：

時間	活動內容	地點	負責單位
每週二學生朝會後	實施健康操	操場	總導護
每週四學生朝會後	中年級：跑步（心肺適能） 五年級：跳繩（心肺、肌肉適能） 六年級：三分鐘登階	跑步：跑道 跳繩：操場 登階：看台	各班自行實施
每週二、四 10：10-10：25	一年級 <b>投籃</b> 二年級 <b>呼拉圈</b> 三年級 <b>扯鈴</b> 四年級 <b>躲避球</b> 五年級 <b>跳繩</b> 六年級 <b>籃球</b> (各學年一人一運動推展項目)	各班指定地點	各班自行實施
每週三 10：10-10：25	望遠凝視	各班指定地點	各班自行實施
每週一、五 10：10-10：25	實施健康操	各班走廊	體育組

※備註：各班器材請學生自備。

### 五、本辦法經校長核可後實施；修正時亦同。

承辦人：

主任：

校長：