

臺南市111學年度西港國民小學111學年度會長盃 TBALL 聯誼賽

健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	西港國小111學年度會長盃 TBALL 聯誼賽			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111年 12月 18日	參加人數	32	37	20
簡述活動內容	邀請親師生於12/18週六一同到學校舉辦 TBALL 聯誼運動比賽，增進親師生健康與交流增進情感。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)

111 學年度西港國小會長盃體育聯誼賽標準

一、目的：
1. 促進身體健康。
2. 增進師生間互動。
3. 培養運動習慣。

二、活動時間：111年12月18日(日) 8:00-16:00。

三、活動地點：西港國小。

四、活動對象：西港國小學生、老師、家長及顧問。

五、活動項目：
1. 團體操表演競賽。
2. 足球競賽。
3. 桌球競賽。
4. 空氣浮台大戰。
5. 排球比賽(聯誼賽)。

六、活動時間表：

時間	活動內容	地點	備註
08:00-08:20	場地、器材準備	西港國小	
08:20-08:50	集訓	司令台	
08:50-09:00	暖身活動	操場	自行暖身
09:00-11:00	團體操表演競賽	操場	

11:00-12:00	空氣浮台、網球、中樂、文藝類	自備相關器具
12:00-14:00	排球單及雙打賽	1.自備擊球 2.家長會高爾夫球擊
14:00-16:00	場地回復與整理	西港國小 全體同仁

七、工作分配：

組別	工作內容	成員
裁判組	委員審判	教師處
場地組	比賽場地規劃與整理	事務處
裁判組	擔任比賽裁判	各級級組一名
器材組	體育器材及生命器具準備	總務處、學務處
採購組	器材採買	總務處
人員組	美味午餐準備	家長會

八、比賽辦法：
1. 安排教練指導進行比賽。
2. 比賽規則以國際標準及高制規則為主，行打高。
3. 比賽人數適宜每隊 18 人(大人、小孩、年齡、性別不拘)。
4. 本比賽以團體操表演項目為主，比賽當日在觀賽與人數進行調整。
九、參加活動之同仁請穿著運動服 1 小時。
十、本計畫經校長核准後實施，修正亦同。

承辦人： 主辦： 協辦：



校長

說明：活動計畫

說明：校長帶領同學參與 TBALL 比賽



說明：參與人員集合分隊

說明：親師生運動同樂



說明：室內羽球運動

說明：適合小小孩的空氣浮台運動

臺南市111學年度西港國民小學校慶運動會 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	西港國小106周年校慶運動會			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112年 4月 8日	參加人數	628	200	56
簡述活動內容	106周年校慶運動會，舉辦多項親師生運動與趣味競賽，歡迎親師生以及校友一同參與，獲得健康也增進交流。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：校長帶領教師與家長隊拔河		說明：會長帶領家長隊與教師隊大隊接力		
				
說明：各年級趣味競賽		說明：各年級大隊接力		

台南市西港國民小學 111 學年度校慶運動會實施計畫

壹、主旨：

- 一、鼓勵學生參與體能活動，提高學生對運動之興趣。
- 二、促進社區民眾及家長與學校之互動。

貳、時間：中華民國 112 年 4 月 8 日，星期六，07:40~15:50。

參、地點：西港國小。

肆、對象：全校親師生。

伍、當日活動：

靜態成果展-文華館

動態體育競賽-運動場

陸、競賽項目：

團體：

- (一) 大隊接力：一~六年級、親師組。
- (二) 趣味競賽：幼兒園、特教班、一~六年級、親師組。
- (三) 拔河比賽：三~六年級、親師組。

個人：

- (一) 60 公尺全班分組跑：特教班、幼兒園、一、二年級。
- (二) 60 公尺個人：中年級各班男女各 4 位、高年級各班男女各 2 位。
- (三) 100 公尺個人：中年級各班男女各 4 位、高年級各班男女各 2 位。
- (四) 200 公尺個人：5-6 年級各班男女各 2 位。
- (五) 跳遠：5-6 年級各班男女各 2 位。
- (六) 壘球擲遠：6 年級各班男女各 2 位。

柒、獎勵：

- (一) 各年級接力、拔河賽、趣味競賽 3 隊取 2 名，4 隊取 3 名，5 隊取 4 名發給獎狀、獎品(榮譽護照群育第一名 3 點，第二名 2 點、三~四名 1 點)。
- (二) 個人賽取前 3 名發給獎狀、獎品，以資鼓勵。獎品部分頒發校長柑仔店點數：第一名：30 點，第二名：20 點，第三名：15 點。
- (三) 全班分組跑各組取前 2 名頒發獎品以資鼓勵。獎品部分頒發校長柑仔店點數：第一名：10 點，第二名：5 點。
- (四) 親師組全程完成，即可獲得精美小禮物一份。

捌、活動進程

西港國小 111 學年度全校運動會時間表

序號	時間	節目名稱			場地	備註
		特教、低年級 趣味競賽	幼兒園 趣味競賽	5 年級拔河決賽 6 年級拔河決賽		
1.	0740-0800	校園打掃			各班級掃地區域	靜態 成果展
2.	0800-0850	3-6 年級 60 公尺決賽 3-6 年級 100 公尺決賽 5-6 年級 200 公尺決賽			運動場	
3.	0850-0900	班級就定位			各班級休息區	
4.	0900-0930	開幕 個人賽頒獎、模範生頒獎			運動場	
5.	0930-1000	特教、低年級 趣味競賽	幼兒園 趣味競賽	5 年級拔河決賽 6 年級拔河決賽	運動場	
6.	1000-1040	3 年級拔河決賽 4 年級拔河決賽 親師組拔河比賽			運動場	
7.	1040-1140	幼兒園、特教班、低年級 60 公尺分組跑	中年級趣味競賽 高年級趣味競賽		運動場	
8.	1140-1200	親師生組趣味競賽			運動場	
9.	1200-1315	午餐、午休、攤位巡禮			各班級教室	
10.	1320-1500	大隊接力 (低年級到高年級)			運動場	
11.	1500-1520	大隊接力 (親師生組)			運動場	
12.	1520-1550	閉幕、團體項目頒獎			運動場	
13.	1550	放學			校園	

玖、工作分配表

組別	負責人員	籌備期間工作	當日工作內容	備註
	郭國成	督導	活動主席	
	徐士敦	擬定計畫、協調演練等準備工作	掌控所有活動流程	
競賽組	張銘倫 徐士敦 顏璋呈 蘇伯千 方相利 李岳芳 陳明木	1. 各項競賽報名與分組。 2. 各項競賽會前賽舉行。 3. 各項會前賽裁判。 4. 檢錄單填寫。	1. 各項競賽決賽舉行。 2. 徑賽裁判。 3. 競賽成績公告。 4. 競賽檢錄。	
器材組	張銘倫 蘇伯千 顏璋呈 李岳芳	1. 相關器材準備。 2. 場地規劃。	1. 發送各項競賽所需器材。 2. 回收各項器材。	
典禮組	蘇蕙芳 曾琬珺 張芸榕 張鳳玲	1. 校長柑仔店點數準備。 2. 頒獎用品準備。	1. 競賽活動與閉幕司儀。 2. 獎狀列印。 3. 頒獎典禮遞獎。	
總務組	林鶴原 林祺淳 陳淑妹	1. 採買各項獎品及器材。 2. 寄發邀請函。 3. 提供捐款人名單與聯繫。	1. 監督各廠商執行情形。 2. 提供各項獎品。	
攝影組	李明鴻 徐士敦	1. 攝影器材準備。	當日活動攝影。	
醫護組	周玉蓉 警衛 志工	1. 準備相關醫療用品。 2. 防疫物品準備。	1. 提供醫療服務。 2. 測量體溫與消毒等防疫工作。	
招待組	林鶴原 林祺淳 陳淑妹	1. 來賓簽到簿準備。 2. 簽到處佈置。	1. 當日來賓簽到。 2. 當日來賓引導。 3. 禮金收付。	

趣味競賽組	王昱元 許倍甄 黃惠群 黃厚富 吳家綺 王宥茹 沈小玫 潘信任 方馨平 黃逸璇	了解各項趣味競賽規則及檢查器材是否正確。	擔任各項趣味競賽裁判。
	曾琬琚 班級導師	靜態成果展佈置。	1. 協助指導當日學生活動。 2. 踴躍參與當日活動。

拾、進度完成時間表：

工作	完成時間	負責單位
個人賽報名完成	2/17 前	班級體育老師
各學年討論事項	2/24 前 (上教師共享區學務處→體衛組→111 學年度運動會→各學年討論事項, 進行填報)	各學年主任
各項目會前賽完成	3/31 前	學務處

拾一、本計畫呈校長核可後實施，修訂亦同。

承辦人：

教師兼
體衛組長
張銘倫

學務主任：

教師兼
學生輔導組
徐士敦

校長：

西港國小
校長
郭國成