

愛與祥和

TAIWAN

桃園縣德龍國民小學
100 學年度
體適能提昇工作

成果報告書



桃園縣德龍國民小學 100 學年度體適能促進實施計畫

壹、依據

- 一、依據本校健康促進學校計畫內容辦理。
- 二、依據本校 100 學年度校務實施計畫辦。

貳、目的

- 一、透過計畫的規劃與編製，以作為學校推動體適能相關工作之依據。
- 二、藉由計畫的執行與實施，協助全校師生體適能的維持或提昇。
- 三、結合現有的課程與教學活動，以強化學生正確的基本概念。
- 四、規劃辦理各項體能活動，促進學生從事規律運動的興趣與習慣。
- 五、辦理社區型體能活動，提供親子共同參與運動及互動的機會。

參、實施內容與原則

一、計畫的編製

以本校健康促進學校計畫的內容為主，配合健康體位議題的部份實施，透過適當的營養攝取及規律的運動，以維持健康的體位，同時保有良好的體能狀態。

二、各項工作之進程規劃

依據本年度相關工作之推行規劃，並將其納入各學期的行事曆中，依各項進程推行相關之提昇體適能工作，期始能達成預定之目標。

三、課程教材的選編與實施

為配合學校有限的人力資源，結合現有的課程教材內容，融入於健康與



體育領域或綜合領域中實施，以達成最少的資源做最大的發揮。

四、相關教育活動的規劃與實施

為提昇活動之多元性，並啟發學生從事運動的動機與興趣，規劃辦理相關的體能活動，如兒童晨操、各班體育競賽、游泳訓練課程、運動會、親子越野路跑活動等。

五、設立相關運動社團，提供從事規律運動的選擇與機會

依據校內外的人力資源與課程內容，積極開設運動相關社團，協助學生強化其從事規律運動的動機、興趣，以達到提昇自我體適能之效果。

六、各項硬體設施的修繕與購置

定期針對校內各項之體育設施進行檢修或購置，以利各項活動的順利實施。而對於重大體育設施的修繕、購置，則採爭取校外資源或納入校務中長程計畫內，逐年編列項目依序執行。

七、辦理社區型活動以拓展實施範圍

為了實施範圍與成果能延伸至校園之外，規劃辦理如運動會、親子越野路跑等活動，以擴大參加對象，同時，傳遞建立良好體適能的重要概念。

八、辦理體適能檢測工作

定期辦理體適能檢測工作，確實掌握學生之體能狀態，並提供給學生或學校未來執行的參考依據，以確保目標的達成與效果的維持。

肆、經費來源

本計畫所需之經費由學校年度相關預算科目下支應，若有需要則爭取校外資



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

源予以協助支應。

伍、預期效益

一、建立學生自我體適能維護的基本概念。

二、培養學生養成從事規律運動的習慣。

三、體適能檢測各項指標比例能有所提昇。

(一)金牌：能提昇 1-2%。

(二)銀牌：能提昇 1-2%。

(三)銅牌：能提昇 2-3%。

(四)中等：能提昇 2-3%。

(五)待加強：能提昇 3-4%。

附則：本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

桃園縣德龍國民小學 100 學年度第 1 學期學校行事曆 100.08.29 編訂

週次	時起 間訖	教 務 工 作	訓 導 工 作	總 務 工 作	幼 稚 園 工 作
第 1 週	100.08.30 100.09.02	※友善校園週 △開學、註冊暨正式上課 (08/30) △書、簿本及教具增補退換 △教室布置開始	△導護輪值開始 △班級幹部遴選、路隊編組 △祖父母週活動(1-6) △迎新活動 (09/01) △安全及疾病防疫宣導活動 △清潔用具配發 △收新生預防注射健康手冊 △家庭訪問 △高風險家庭篩檢、通報 △志工調查	△辦公消耗品採購與配發 △學生課桌椅調整 △發放註冊繳費單、開始收費	
第 2 週	100.09.05 100.09.09	※校務會議 (09/07, 13:30 起) △課程發展委員會 1001-1 (09/08) △各項減免補助審查會議	△09/06 交通安全教育暨防詐騙宣 導(1-6) △學生安全檢查 △潔牙漱口宣導(一年級) △護眼操宣導活動(一年級) △資源回收宣導 △課間護眼操開始實行 △健康促進學校計畫編製 △體適能檢測活動(3-6 年級) △班級學生輔導紀錄冊彙整 △志工座談會	△庫房與工具室整理 △註冊收費截止 (09.09) 與核對 結算 △編製會計報表	
第 3 週	100.09.12 100.09.16	▲中秋節 (9/12) 放假 1 天 ◎週三進修(1): 書法教學研習(精 進專案教師專業研習活動)	△交通安全保腦宣導(5-6) △9/12-9/23 班際象棋比賽 (5-6) △身高體重測量 △登革熱防治宣導(1-6 年級) △開始實施兒童晨操活動 △IEP 會議	△班級家長會 (09/16) (2-6 年級) △財產盤點(第三季) △午餐工作會議 (1)	
第 4 週	100.09.19 100.09.23		△實施品格教育宣導活動(1-6) (禮節-六甲) △營養教育宣導(1-6 年級) △身高體重測量 △視力檢測	△家長委員會 (09/23) △第一棟校舍補強工程 (初驗)	
第 5 週	100.09.26 100.09.30	※教師節慶祝活動 △親職教育講座 100-3: 如何奠定 孩子未來的競爭基礎 (10/01, 上午 09:00 起)	△09/27 敬老宣導 (1-2) △性別平等教育宣導 △身高、體重檢查結果彙整通知 △體位異常管理活動開始 △月末統計 △視力檢查結果彙整通知 △情障、學障鑑定作業	△遊戲器材檢修 △前庭花木修剪 △第一棟校舍補強工程 (複驗)	



龍龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

週次	時起 間訖	教 務 工 作	訓 導 工 作	總 務 工 作	幼 稚 園 工 作
第 6 週	100.10.03 100.10.07	◎週三進修(2)：班級創新經營心得分享 △縣語文競賽活動(10/08, 興國國小)	△10/6(四)國防教育宣導(5-6) △學生安全檢查 △10/4龍潭鄉土導覽活動(四年級) 暫訂 △環境教育宣導 △一、二年級預防注射-暫訂	△中庭花木修剪 △文書、檔案彙整 △水電、門窗檢修 △飲水機檢驗	
第 7 週	100.10.10 100.10.14	▲國慶日(10/10)放假1天 △學生音樂認活動開始 △童詩創作比賽 △水蓮花28期徵稿	△實施品格教育宣導活動(1-6) (合作-六乙) △一、四年級健康檢查-暫訂 △家庭訪問	△辦公事務設備檢修 △編製會計報表	
第 8 週	100.10.17 100.10.21	△學年會議 △親職教育講座100-4：親子共學樂趣多/談學習型家庭(10/21, 上午09:00起)	△家庭教育宣導活動(1-6) △校園生活問卷調查(5、6年級)	△頒發家長委員證書	
第 9 週	100.10.24 100.10.28	◎週三進修(3)：客語教學專業研習活動 △客語生活學校北區觀摩競賽(10/29, 三峽國小)	△實施品格教育宣導活動(1-6) (關懷-六丙) △菸害防治宣導(4-6年級) △一、四年級健康檢查追蹤矯治單回收	△年度學校預算執行檢討 △總務工作期中檢討	
第 10 週	100.10.31 100.11.04	△第1次學習評量(11/01-02)	△學生安全檢查 △月末統計 △季節性流感疫苗注射(1-6年級) 暫訂 △家庭訪問 △身心障礙鑑定安置作業	△辦公消耗品期中盤點、添補 △遊戲器具檢修	
第 11 週	100.11.07 100.11.11	◎週三進修(4) △水蓮花28期出刊 △學生藝文創作展覽	△校慶運動會預演 △校慶運動會	△編製會計報表	
第 12 週	100.11.14 100.11.18	△運動會補假1天(11/14) △課程發展委員會1001-2(11/17)	△人權教育宣導。	△飲用水機台定期清理、檢查	
第 13 週	100.11.21 100.11.25	◎週三進修(5)	△生命教育宣導(1-6)	△水電檢修 △薪津請領	
第 14 週	100.11.28 100.12.02	△學生電腦技能競賽(4-6年級)	△實施品格教育宣導活動(1-6) (謙恭-五甲) △月末統計	△年度結算檢討	
第 15 週	100.12.05 100.12.09	◎週三進修(6)	△學生安全檢查 △環境教育(資源回收創作)	△編製會計報表	



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

週次	時起 間訖	教 務 工 作	訓 導 工 作	總 務 工 作	幼 稚 園 工 作
第 16 週	100.12.12 100.12.16	△德龍兒童 40 期徵稿	△用藥安全教育宣導(1-6 年級) △家庭訪問	△文書、檔案彙整	
第 17 週	100.12.19 100.12.23	◎週三進修(7)：環境生態保育豆 習(校園常見植物巡禮)		△第二次家長委員會 12/23 (五)	
第 18 週	100.12.26 100.12.30		△實施品格教育宣導活動(1-6) (誠信-五乙) △月末統計 △龍潭鄉躲避球競賽	△遊戲器材檢修 △財產盤點(第四季) △薪津請領	
第 19 週	101.01.02 101.01.06	◎週三進修(8)： △校園書香獎活動(01/04) △課程發展委員會 1001-3(01/08)	△學生安全檢查 △寒假體育育樂營招生調查	△送年終會計結報 △送 100 年財產報表 △飲水機檢驗 △午餐工作會議(2)	
第 20 週	101.01.09 101.01.13	△第 2 次學習評量(01/10-11)	△學生寒假生活安全教育宣導 (1-6) △性別平等教育宣導(1-6) △家庭訪問 △學生輔導紀錄簿冊彙整	△門窗檢修 △總務工作期末檢討	
第 21 週	101.01.16 101.01.17	△德龍兒童 40 期出刊 △休業式(01/17) 09:30 放學 期末校務檢討會議 10:00 起	△人權教育宣導 △各項簿冊彙整與回收管理 △月末統計	△班級視聽教學設備回收保管 △文書、檔案彙整 △編製會計報表	



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

桃園縣德龍國民小學 100 學年度第 2 學期學校行事曆 101.02.08 編訂

週次	時起 間訖	教 務 工 作	訓 導 工 作	總 務 工 作	幼 稚 園 工 作
第 1 週	101.02.08 101.02.10	△開學、註冊暨正式上課 (02/08) △書、簿本及教具增補退換 △教室布置開始 △世界客家日 (02/11)	△學生安全檢查。 △學生路隊整訓。 △02/8~02/14 友善校園宣導週。 △高風險家庭篩選與通報。 △掃地用具清點與整補。 △腸病毒預防宣導 △學校傳染病監視通報。 △ 田徑隊集訓。 △校內身心障礙申請安置鑑定受理申請(02/08-02/24)。 △家庭訪問。	△辦公消耗品採購。 △庫房及工具室整理。 △遊戲器材檢修。 △無力支付午餐補助申請 △註冊費及各項補助調查。	△班級布置開始。 △註冊費及各項補助調查。 △遊戲器材及場地安全檢查 △2月慶生會。 △教學會議(期初)。 △台語教學開始。
第 2 週	101.02.13 101.02.17	※校務會議 (02/15, 13:30 起) △課程發展委員會 1002-1 (02/16) △各項減免補助審查會議 △攜手計畫 101-2 開辦	△02/14 交通安全巡迴演講暨反詐騙宣導 (1-6)。 △02/13~03/02 交通安全教育著色比賽 (1-2)。 △ 身高體重測量及頭蝨檢查登錄。 △含氟漱口活動開始。 △凝遠護眼活動開始。 △學校傳染病監視通報。 △ 晨操活動開始。 △ 體適能檢測開始。 △ 運動社團招生開課。	△公文、簿冊歸檔。 △發註冊通知 (02/15) 單及繳費 (02/22 止)。 △校慶籌備會議 (3) (02/17)	△遊戲器材檢修申報。 △班級設備檢核。 △發註冊通知單及繳費 (02/16 起至 02/22 止)。
第 3 週	101.02.20 101.02.24	※世界母語週 △世界母語日 (02/21) ◎週三進修(1)－學生閱讀教育分級指導	△02/21 反毒四格漫畫競賽 (5-6) △02/20-02/24 模範生選拔 (1-6)。 △視力檢查登錄。 △學校傳染病監視通報。 △頭蝨檢查結果彙整與通知。 △ 縣中小學聯合運動會。	△三月份薪資請領。	△教材、簿本退補。 △期初身高體重測量。 △視力檢測。
第 4 週	101.02.27 101.03.02	◎週三進修(2)－教師輔導知能研習 ▲和平紀念日 (02/28 放假 1 天, 02/27 調整彈性放假) ▲補上、課 (03/03)	△實施品格教育宣導活動(1-6) △學生安全檢查。 △視力檢查結果通知 △學校傳染病監視通報。 △ 躲避球隊選拔。 △身心障礙安置鑑定申請案件送件(2/29-3/2)。 △家庭訪問。	△花木修剪。 △飲水機濾材更換。 △西餐禮儀教育學習活動 (02/29) 開始。	△口腔保健宣導。 △3月慶生會。
第 5 週	101.03.05 101.03.09	◎週三進修(3)－101 年學年度課程綱要微調研討會 △攜手計畫學生施測 (03/08)。 △校內語文競賽活動開始	△生命教育 (03/06 三、四年級反毒教育宣導) △學校傳染病監視通報。 △視力宣導。 △ 辦理班際球類競賽。	△水電檢修。 △註冊費結算。	△防災防火演練。
第 6 週	101.03.12 101.03.16	△水蓮花 29 期徵稿	△3/13 交通安全教育抽測 (1-6)。 △3/13 六年級畢業照 (暫定) △校園防災教育宣導 (演練)。 △學校傳染病監視通報。 △預防針接種 (日本腦炎)。 △ 3-5 年級游泳教學活動。	△操場週邊草皮修剪。 △午餐教育評鑑資料彙整。	△教育部 5 歲幼兒免學費教育計畫補助申請。
第 7 週	101.03.19 101.03.23	△學年會議	△03/20 租稅教育宣導 (1-6) △03/21-23 六年級校外教學活動。 △學校傳染病監視通報。	△門窗檢修。 △四月份薪資請領。 △財產盤點(第一季)	△教學研討會議。 △桃園縣幼教專業研習－創意說故事 (03/24, 本校承辦)。
第 8 週	101.03.26 101.03.30	◎週三進修(4)－客語教學專業研習活動 △教評會	△03/27 法律常識抽測 (3-6)。 △模範兒童表揚活動。 △家庭教育宣導。 △學校傳染病監視通報。	△遊戲器材檢修。	△口腔保健宣導。 △幼教研習成果報府核銷經費 △家庭教育活動宣導。 △03/26 拍攝畢業照。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

週次	時起 間訖	教務工作	訓導工作	總務工作	幼稚園工作
第9週	101.04.02 101.04.06	▲清明節、兒童節(4/4)放假1天	△實施品格教育宣導活動(1-6) △學生安全檢查。 △學校傳染病監視通報。 △辦理校園生活問卷調查。	△庫房及工具室整理。 △飲水定期檢查。	※親職教育講座—新世紀的親子教養觀(04/07):大陸暨外配輔導專案。 △4月慶生會。
第10週	101.04.09 101.04.13	△第1次學習評量(04/10-11) △課程發展委員會1002-2(04/12)	△人權教育宣導。 △潔牙宣導。 △學校傳染病監視通報。 △ 運動會表演項目練習活動開始。 △家庭訪問。	△操場週邊草皮修剪。	△親職教育講座成果報府核銷經費。
第11週	101.04.16 101.04.20	◎週三進修(5)—海洋教育課程內涵與實例分享 △教師服務意願調查 △水蓮花29期出刊	△性別平等教育宣導。 △預防針接種(四合一)。 △學校傳染病監視通報。 △期中整潔用具補整。 △ 3-6年級運動會田徑個人項目初選。 △期中輔導資料、紀錄彙整。	△公文、簿冊歸檔。 △午餐工作會議	△聽力保健宣導。 △家庭教育活動宣導。 △中升大績讀調查。
第12週	101.04.23 101.04.27	△新生報到(04/25-27)	△用藥安全教育宣導(1-6年級)。 △學校傳染病監視通報。 △ 3-6年級運動會田徑個人項目初賽。	△遊戲器材檢修。 △五月份薪資請領。	△擬定招生事項。
第13週	101.04.30 101.05.04	◎週三進修(6)—國小英語教學實務研討 △英語村遊學活動(05/01)	△實施品格教育宣導活動(1-6) △學生安全檢查。 △學校傳染病監視通報。	△辦公消耗品期中盤點及補充。	△5月慶生會。 △招生工作準備,寄發及張貼招生文宣。 △教學研討會議。
第14週	101.05.07 101.05.11		△慶祝母親節活動。 △5/10-11 辦理自治市長候選人登記。 △學校傳染病監視通報。 △ 3-6年級運動會田徑個人項目決賽。 △家庭訪問。		△慶祝母親節活動。
第15週	101.05.14 101.05.18	△教育部隨機學力施測(4-6年級) △校慶特刊出版暨藝文展示活動開始	△反賄選教育宣導。 △ 運動會預演。 △學校傳染病監視通報。 △ 校慶暨社區聯合運動會(05/19)	△操場週邊草皮修剪。	△大班報名登記入學。 △新生名冊上網填報。 △校外教學活動。
第16週	101.05.21 101.05.25	※校慶運動會補假(05/21,放假1天) △德龍兒童42期徵稿(畢業特刊) △課程計畫(101學年度)編寫	△5/22-05/31 自治市長選舉活動。 △學校傳染病監視通報。 △4-5年級田徑隊選拔賽。	△六月份薪資請領。 △家長委員會暨畢業生家長會(05/25)	△中班登記入學。 △新生名冊上網填報。
第17週	101.05.28 101.06.01	◎週三進修(7)—書法教學及教材專業研習 ※親職教育講座—協助孩子做好生涯規劃(06/02):教育優先區專案	△05/31 自治市長選舉活動投票日。 △實施品格教育宣導活動(1-6) △學生安全檢查。 △學校傳染病監視通報。 △ 校內田徑隊集訓。	△飲水機濾材更換。	△6、7、8月慶生會。
第18週	101.06.04 101.06.08	△暑期學習活動規劃及彙整 △六年級第2次學習評量(06/05-06)	△性別平等教育宣導。 △學校傳染病監視通報。 △家庭訪問。	△遊戲器材檢修。	△期末測量身高體重。 △6/8圖書借閱結束。
第19週	101.06.11 101.06.15	△德龍兒童42期出刊	△人權教育宣導。 △畢業典禮(6/15)暫訂。 △ 鄉內縣運田徑選拔賽。		△幼小銜接活動。 △畢業典禮預演。
第20週	101.06.18 101.06.22	△第2次學習評量(06/21-22)(一至五年級)	△期末收回統計表(漱口、傷病)。 △ 校內桌球社團排名精英賽。	△公文、簿冊歸檔。 △財產盤點(第二季)	△教學研討會議。 △畢業典禮。



龍潭願景：有景、有詩、有愛、有活力

週次	時起 間訖	教 務 工 作	訓 導 工 作	總 務 工 作	幼 稚 園 工 作
第 21 週	101.06.25 101.06.29	<ul style="list-style-type: none"> △校園書香獎 (06/27) △課程發展委員會 1002-3 (06/28) △休業式 (06/29) 09:30 放學 期末校務檢討會議 10:00 起 	<ul style="list-style-type: none"> △學生暑假生活安全教育宣導 (1-6 年級)。 △龍潭鄉田徑隊暑期集訓。 △輔導相關紀錄、資料彙整。 	<ul style="list-style-type: none"> △七月份薪資請領。 △合作社理監事改選。 △財產盤點。 	<ul style="list-style-type: none"> △教具室整理。 △遊戲器材及場地安全檢查。 △班級設備檢核。 △閩語教學成果報府核銷經費。 △期末環境清潔整理消毒。 △園務會議。



桃園縣龍潭鄉德龍國小營養衛生教育實施辦法

壹、依據

桃園縣學校午餐工作手冊

貳、實施目的：

- 一、改善學生營養，增進學生健康。
- 二、建立正確營養衛生觀念，進而從生活中實踐。
- 三、培養學生養成良好的飲食衛生習慣和用餐禮儀。

參、實施方式：

- 一、固定公佈欄張貼營養健康相關資訊。
- 二、利用兒童朝會時間進行營養衛生教育宣導
- 三、以學年為單位，舉辦營養講座，增進學童正確營養觀念。
- 四、建置午餐教育網站，提供營養資訊與動畫遊戲等資料，加強宣導。
- 五、舉行營養教育測驗，檢驗兒童對營養教育的正確認知。
- 六、利用午餐供應的時機，做營養、衛生及用餐禮儀的指導，生活教育的指導包括用餐前的準備工作、進餐時的習慣和禮儀、用餐完畢後的整理工作，著重在行為的養成及改變。

肆、本辦法呈校長核可後實施，修正時亦同



桃園縣 100 學年度第二學期三年級德龍國民小學

提昇學生游泳能力教育計畫

壹、計畫依據

- 一、依據本縣提昇學生游泳能力中長程計畫及獎懲辦法規定辦理。
- 二、依據本校游泳教學推動小組事前評估及規劃事項辦理。

貳、計畫目標

- 一、具有水上救生基本知能，提昇學生游泳能力。
- 二、積極推展學校游泳教學，推廣水上安全活動教育。
- 三、參加學生須達教育部檢測標準第六級以上，且合格率達 40% 以上。

參、計畫期程：本計劃執行期程為 101 年 3 月 15 日起至 4 月 4 日止，為期 3 週。

肆、實施對象：以本校 100 學年度三年級學生。

伍、實施方式

項次	方式	內容說明
一	實施方案	就健康體育領域等相關的課程做調整，以利游泳課程的實施，且每次上課時數為 2 時。
二	上課次數	100 學年度第二學期共 <u>6</u> 次
三	上課地點	泳池名稱： <u>平鎮室內游泳池</u> 負責人： <u>許新梅</u> 電話： <u>03-4698436</u> 地址： <u>桃園縣平鎮市湧豐里雅豐街 2 號 1 樓</u>
四	游泳師資	師資採外聘，原則上一位教練指導 15-20 位學生。
五	交通情形	須外訂交通車搭車前往上課地點。
六	承辦人	三年級代表： <u>胡梅珍</u> 老師 聯絡電話： <u>03-4792524</u> e-mail： <u>h5814@mail.tles.tyc.edu.tw</u> 行政協辦人員： <u>涂元皇</u> 老師 聯絡電話： <u>03-4792524</u> e-mail： <u>tuh6510@mail.tles.tyc.edu.tw</u>

肆、任務編組

組別	負責人	成員	任務執掌
召集人	校長 宋宏營		綜理游泳教學相關事宜、掌管執行情形



組別	負責人	成員	任務執掌
課程組	教務主任 范家豪	教學組長 李金珍 三年級導師 胡梅珍、莊秀梅	1.規劃體育課程教學計畫 2.研訂游泳教學進度與評量方式 3.辦理調課事宜
財務組	會計 魏芸之	出納 湯鳳有	各項收費、經費核銷與結算
聯絡組	體育組長 涂元皇	訓育組長 李秀娥	宣導水上活動安全教育及安全維護
規劃與執行組	胡梅珍	莊秀梅	1.規劃並訂定游泳課程之計畫。 2.協助辦理游泳課程各相事宜。

伍、預期成效

- 一、實施後學生完全不會游泳的比例能減低約 5%。
- 二、實施後預計通過游泳能力指標比率：依據教育部檢測標準六級以上；合格率能達約 40% 以上。

陸、經費概算

- 一、經費來源：主要是以學生家長自付其費用為主，其次再積極爭取校外資源以茲協助。

- 二、經費概算

本學年度上課次數 6 次 × 每位學生費用 195 元 × 參加學生人數 44 人

= 51,480 元。

柒、獎勵辦法

- 一、凡通過教育部檢測標準六級以上，頒發獎狀壹張以茲鼓勵。
- 二、代表學校參加校外游泳比賽榮獲優異成績者，依校內獎勵金實施辦法辦理。

捌、本計畫呈校長核可後實施，修正時亦同。



桃園縣 100 學年度第二學期四年級德龍國民小學

提昇學生游泳能力教育計畫

壹、計畫依據

- 一、依據本縣提昇學生游泳能力中長程計畫及獎懲辦法規定辦理。
- 二、依據本校游泳教學推動小組事前評估及規劃事項辦理。

貳、計畫目標

- 一、具有水上救生基本知能，提昇學生游泳能力。
- 二、積極推展學校游泳教學，推廣水上安全活動教育。
- 三、參加學生須達教育部檢測標準第六級以上，且合格率達 40% 以上。

參、計畫期程：本計劃執行期程為 101 年 3 月 15 日起至 4 月 4 日止，為期 3 週。

肆、實施對象：以本校 100 學年度四年級學生。

伍、實施方式

項次	方式	內容說明
一	實施方案	就健康體育領域等相關的課程做調整，以利游泳課程的實施，且每次上課時數為 2 時。
二	上課次數	100 學年度第二學期共 <u>6</u> 次
三	上課地點	泳池名稱： <u>平鎮室內游泳池</u> 負責人： <u>許新梅</u> 電話： <u>03-4698436</u> 地址： <u>桃園縣平鎮市湧豐里雅豐街 2 號 1 樓</u>
四	游泳師資	師資採外聘，原則上一位教練指導 15-20 位學生。
五	交通情形	須外訂交通車搭車前往上課地點。
六	承辦人	四年級代表：李莉淳老師 聯絡電話： <u>03-4792524</u> e-mail： <u>nancy@mail.tles.tyc.edu.tw</u> 行政協辦人員：涂元皇 老師 聯絡電話： <u>03-4792524</u> e-mail： <u>tuh6510@mail.tles.tyc.edu.tw</u>

肆、任務編組

組別	負責人	成員	任務執掌
召集人	校長 宋宏營		綜理游泳教學相關事宜、掌管執行情形



組 別	負 責 人	成 員	任 務 執 掌
課程組	教務主任 范家豪	教學組長 李金珍 四年級導師 李莉淳、陳玉燕	1.規劃體育課程教學計畫 2.研訂游泳教學進度與評量方式 3.辦理調課事宜
財務組	會計 魏芸之	出納 湯鳳有	各項收費、經費核銷與結算
聯絡組	體育組長 涂元皇	訓育組長 李秀娥	宣導水上活動安全教育及安全維護
規劃與 執行組	李莉淳	陳玉燕	1.規劃並訂定游泳課程之計畫。 2.協助辦理游泳課程各相事宜。

伍、預期成效

- 一、實施後學生完全不會游泳的比例能減低約 5%。
- 二、實施後預計通過游泳能力指標比率：依據教育部檢測標準六級以上；合格率能達約 40% 以上。

陸、經費概算

- 一、經費來源：主要是以學生家長自付其費用為主，其次再積極爭取校外資源以茲協助。

- 二、經費概算

本學年度上課次數 6 次 × 每位學生費用 195 元 × 參加學生人數 48 人

= 56,160 元。

柒、獎勵辦法

- 一、凡通過教育部檢測標準六級以上，頒發獎狀壹張以茲鼓勵。
- 二、代表學校參加校外游泳比賽榮獲優異成績者，依校內獎勵金實施辦法辦理。

捌、本計畫呈校長核可後實施，修正時亦同。



桃園縣 100 學年度第二學期五年級德龍國民小學

提昇學生游泳能力教育計畫

壹、計畫依據

- 一、依據本縣提昇學生游泳能力中長程計畫及獎懲辦法規定辦理。
- 二、依據本校游泳教學推動小組事前評估及規劃事項辦理。

貳、計畫目標

- 一、具有水上救生基本知能，提昇學生游泳能力。
- 二、積極推展學校游泳教學，推廣水上安全活動教育。
- 三、參加學生須達教育部檢測標準第六級以上，且合格率達 40% 以上。

參、計畫期程：本計劃執行期程為 101 年 3 月 15 日起至 4 月 4 日止，為期 3 週。

肆、實施對象：以本校 100 學年度五年級學生。

伍、實施方式

項次	方式	內容說明
一	實施方案	就健康體育領域等相關的課程做調整，以利游泳課程的實施，且每次上課時數為 2 時。
二	上課次數	100 學年度第二學期共 <u>6</u> 次
三	上課地點	泳池名稱： <u>平鎮室內游泳池</u> 負責人： <u>許新梅</u> 電話： <u>03-4698436</u> 地址： <u>桃園縣平鎮市湧豐里雅豐街 2 號 1 樓</u>
四	游泳師資	師資採外聘，原則上一位教練指導 15-20 位學生。
五	交通情形	須外訂交通車搭車前往上課地點。
六	承辦人	五年級代表：陳雅音老師 聯絡電話： <u>03-4792524</u> e-mail： <u>duck@mail.tles.tyc.edu.tw</u> 行政協辦人員：涂元皇 老師 聯絡電話： <u>03-4792524</u> e-mail： <u>tuh6510@mail.tles.tyc.edu.tw</u>

肆、任務編組

組別	負責人	成員	任務執掌
召集人	校長 宋宏營		綜理游泳教學相關事宜、掌管執行情形



組別	負責人	成員	任務執掌
課程組	教務主任 范家豪	教學組長 李金珍 五年級導師 陳雅音、葉建龍	1.規劃體育課程教學計畫 2.研訂游泳教學進度與評量方式 3.辦理調課事宜
財務組	會計 魏芸之	出納 湯鳳有	各項收費、經費核銷與結算
聯絡組	體育組長 涂元皇	訓育組長 李秀娥	宣導水上活動安全教育及安全維護
規劃與執行組	陳雅音	葉建龍	1.規劃並訂定游泳課程之計畫。 2.協助辦理游泳課程各相事宜。

伍、預期成效

- 一、實施後學生完全不會游泳的比例能減低約 5%。
- 二、實施後預計通過游泳能力指標比率：依據教育部檢測標準六級以上；合格率能達約 40%以上。

陸、經費概算

- 一、經費來源：主要是以學生家長自付其費用為主，其次再積極爭取校外資源以茲協助。
- 二、經費概算

$$\text{本學年度上課次數 } \underline{6} \text{ 次} \times \text{每位學生費用 } \underline{195} \text{ 元} \times \text{參加學生人數 } \underline{55} \text{ 人}$$

$$= \underline{64,350} \text{ 元。}$$

柒、獎勵辦法

- 一、凡通過教育部檢測標準六級以上，頒發獎狀壹張以茲鼓勵。
- 二、代表學校參加校外游泳比賽榮獲優異成績者，依校內獎勵金實施辦法辦理。

捌、本計畫呈校長核可後實施，修正時亦同。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

桃園縣德龍國民小學 100 學年度運動會暨親職教育活動實施計畫

壹、依據

依據本校 100 學年度第二學期校務實施計畫辦理。

貳、目的

- 一、透過活動的辦理，展現學生學習的成果及自我專才的展現。
- 二、藉由體育競賽活動的實施，培養學生從事運動的動機。
- 三、學生經由活動的參與，提供學生平日學習與訓練的目標及目的。
- 四、實施各項團體競賽活動，孕育團隊合作的精神與契機。
- 五、運用活動的實施，提供學校與社區人士、家長、校友彼此互動的機會。
- 六、藉助活動的辦理，提供親師、親子間交流互動的機會，進而增進彼此的情感聯繫。

參、實施內容與時間

項次	時間起訖	活動項目	活動內容(單位)	活動地點	主持/負責	備註
1	08:00~08:30	相見歡·迎嘉賓	報到、參觀	校門、校園	校長	
2	08:30~08:50	開幕典禮	主席致詞、來賓介紹	運動場	校長	
3	08:50~09:00	全員動起來	一至六年級大會操表演	運動場(內)	元皇、玉燕	
4	09:00~09:10	你是我的花朵	德龍附幼表演	運動場(內)	靜芬、彥君	
5	09:10~09:15	學生 60m 競賽	一年級	運動場(外)	詩鵬、德玲	60m
		跳繩接力	三年級班際團體競賽	運動場(內)	蔡主任、秀梅	
6	09:15~09:30	學生 60m 競賽	二年級	運動場(外)	詩鵬、瑞霞	60m
		袋鼠跳	四年級班際團體競賽	運動場(內)	蔡主任、玉燕	
7	09:30~09:45	學生 60m 競賽	三年級	運動場(外)	詩鵬、梅珍	60m
		杯水車薪	五年級班際團體競賽	運動場(內)	蔡主任、建龍	
8	09:45~10:00	學生 60m 競賽	四年級	運動場(外)	詩鵬、莉淳	60m
		驚爆天旋地轉	六年級班際團體競賽	運動場(內)	蔡主任、桂枝	
9	10:00~10:15	學生 100m 競賽	五年級	運動場(外)	詩鵬、雅音	100m
		灌籃高手	一年級團體競賽	運動場(內)	蔡主任、秀娥	
		足下乾坤	二年級團體競賽		蔡主任、德玲	
10	10:15~10:25	學生 50m 競賽	德龍附幼	運動場(外)	詩鵬、靜芬	50m
11	10:25~10:40	學生 100m	六年級	運動場(外)	詩鵬、靜芬	100m
12	10:40~11:20	大隊接力	三、四、五年級	運動場(外)	詩鵬、元皇	
13	11:20~11:50	大隊接力	六年級	運動場(外)	詩鵬、元皇	
14	12:00~13:10	午餐	午間休息	各班教室	各班導師	
15	13:10~14:20	親子越野路跑	三至六年級	校園、校外	元皇、詩鵬	
16	14:20~14:40	復原清理	環境打掃	責任區域	各班導師	
17	14:40~	放學		校門	訓導處	
18	15:00	檢討會		辦公室	校長	

肆、工作人員及職掌

組別	姓名	職稱	工作內容	協辦人員	工作期程	備註
	范家豪	教務主任	綜理活動一切事務	訓導主任	101.04.09- 101.05.19	
公關組	蔡棋安	總務主任	1. 負責請柬印製與發放等業務。 2. 負責接受、管理各方致贈禮金、禮品及收據的印製、發放，以及徵信等相關事宜。	事務組、文書組、主計、出納	101.04.09- 101.05.25	
展覽組	范家豪	教務主任	負責規劃辦理靜態展示工作事宜。	教學組長	101.04.30- 101.05.19	



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

組別	姓名	職稱	工作內容	協辦人員	工作期程	備註
活動組	劉詩鵬		負責規劃辦理當日活動事宜。	訓育組、體育組 長	101.04.09- 101.05.19	各班級 師生
財務組	蔡棋安	總務主任	負責活動經費收支、核銷等各項事宜。	主計、出納	101.04.09- 101.05.25	
文宣組	劉詩鵬	訓導主任	負責執行活動宣傳資料之編製與發放。	教務及總務主任	101.04.09- 101.05.19	
器材組	蔡棋安	總務主任	負責活動所需之器材準備等各項事宜。	事務組長、體育 組長	101.04.16- 101.05.19	
會場布置組	劉詩鵬	訓導主任	負責規劃活動當日會場之布置。	訓育、體育組 長、陳玉燕教師	101.05.07- 101.05.19	
場地組	劉詩鵬	訓導主任	負責活動場地動線、人員座位區域規劃、桌椅放置及場地復原等各項事宜。	總務處、訓育、 體育組長。	101.05.01- 101.05.23	
交通引導組	蔡棋安	總務主任	負責活動當日交通車輛引導、停放區規劃等各項事宜。	警衛	101.05.11- 101.05.19	
接待組	蔡棋安	總務主任	負責活動當日蒞校長官、來賓接待引導等工作。	劉清粉、徐玉 惠、志工隊	101.05.19	
典禮組	劉詩鵬	訓導主任	負責活動流程之掌控及司儀等相關工作執行。	李金珍教師、張 鈞嵐教教師	101.05.14- 101.05.19	
裁判組	劉詩鵬	訓導主任	負責活動競賽裁判規劃與工作執行事宜。	體育組長、總務 主任	101.05.14- 101.05.19	
獎勵品組	劉詩鵬	訓導主任	負責活動競賽獎勵品採購與發放。	體育組長	101.05.14- 101.05.19	
攝影組	連玉婷	職員	負責活動攝影工作。	呂惠茹	101.05.19	
衛生組	陳玉燕	衛生組長	負責活動前、後場地整潔等相關工作。	各班師生	101.05.17- 101.05.22	
醫護組	魏芸之	護士	負責活動醫護相關事宜。		101.05.19	

肆、經費概算及來源

一、經費概算

項次	工作項目	單位	數量	單價	總價	備註
1	校內表演活動道具費	式	1	10,000	10,000	含幼稚園衣服租借
2	運動會競賽器材	式	1	7,000	7,000	學生徑賽及團體競賽所需器材等採購費用
3	競賽獎勵品	份	800	10	8,000	活動競賽及親子越野路跑活動獎勵品
4	運動會場地布置	式	1	10,000	10,000	校園(海報製作或環境布置)及運動場週邊布置
5	休息區棚架	式	1	12,000	12,000	
6	茶水(礦泉水)	瓶	200	15	3,000	
7	邀請函(請柬)	張	350	16	5,600	廠商、學校、來賓、委員
8	文宣資料印製費	式	1	10,000	10,000	文宣印製、紙張及相關耗材(墨水、碳粉匣)
9	郵電費	式	1	1,000	1,000	各項文宣、邀請函印製所需之郵資費用
10	雜支	式	1	3,000	3,000	
	合計				69,600	



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

二、經費來源

由學校年度預算相關科目下支應，以及爭取校外資源或家長會予以協助。

伍、預期效益

- 一、給予學生展現自我及學習成果的舞台與機會。
- 二、讓學生達到運動的效果與目的，並增進學生從事運動的動機。
- 三、使學生體驗團隊合作的主要意涵與重要性。
- 四、提供親子共同參與活動機會，並增進親子間的情感聯繫與互動。

附則

本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。



德龍國小：有景、有詩、有愛、有活力

德龍國小 100 學年度親子越野賽跑活動通知單

一、實施日期及時間：101 年 5 月 19 日下午 1：10~2：20

二、實施路線：學校—社區公園—徐家埤塘—梅龍路—柏園餐廳—吳老師家—學校（全程約 2.9 公里）（如下圖）。



德龍國小 100 學年度親子越野賽跑路線圖



三、參加對象

- (一)三至六年級的學生全體參加。
- (二)幼稚園、一、二年級的同學須有家長陪同方可參加。
- (三)社區民眾及家長。

四、實施方式

當日下午 1：10 由學校操場出發，依照路線圖跑步或健行完成所有路程。抵達終點(學校校門口)時由學校發放紀念品。



德龍國小敬邀您闔家撥冗參與！



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



說明：學生身高體重測量。



實施體適能檢測(立定跳遠)



實施體適能檢測(立定跳遠)



實施體適能檢測(800m 跑走)





實施體適能檢測(800m 跑走)



實施體適能檢測(仰臥起坐)



實施體適能檢測(仰臥起坐)





實施體適能檢測(坐姿體前彎)



實施體適能檢測(坐姿體前彎)





說明：營養專欄不定期更換營養教育
宣導海報。



說明：營養專欄不定期更換營養教育
宣導海報。



說明：營養專欄不定期更換營養教育
宣導海報。



說明：營養專欄不定期更換營養教育
宣導海報。



說明：菜單公布。



說明：菜單公布於教室內。



說明：各班進食指導。



說明：各班進食指導。



說明：各班進食指導。



說明：各班進食指導。



說明：各班進食指導。



說明：各班進食指導。



說明：五蔬果著色比賽。



說明：五蔬果著色比賽。



說明：五蔬果著色比賽。



說明：五蔬果著色比賽。



說明：「天天五蔬果」標語設計比賽。



說明：「天天五蔬果」標語設計比賽。



說明：「天天五蔬果」標語設計比賽。



說明：「天天五蔬果」標語設計比賽。



說明：「天天五蔬果」海報設計比賽。



說明：「天天五蔬果」海報設計比賽。



說明：「天天五蔬果」海報設計比賽，評審老師評分過程。



說明：「天天五蔬果」海報設計比賽，優異作品展示。



說明：『蔬果故事』影片教學。



說明：『蔬果故事』影片教學。



說明：『蔬果故事』影片教學。



說明：『蔬果故事』影片教學。



說明：填寫『蔬果故事』有獎徵答卷。



說明：填寫『蔬果故事』有獎徵答卷。



說明：學生將「蔬果故事」有獎徵答問卷投入信箱。



說明：學生將「蔬果故事」有獎徵答問卷投入信箱。



說明：「蔬果故事」有獎徵答問卷抽獎活動。



說明：「蔬果故事」有獎徵答問卷抽獎活動。



說明：「蔬果故事」有獎徵答問卷抽獎活動。



說明：「蔬果故事」有獎徵答問卷抽獎活動。



說明：介紹柚子的營養成分。



說明：介紹「柚子」「」和「文旦」的差異。



說明：我會自己剝柚子。



說明：我會自己剝柚子。



說明：我戴柚子帽、我愛吃柚子。



說明：我戴柚子帽、我愛吃柚子。



說明：小朋友曬柚子皮準備製作環保蚊香。



說明：小朋友曬柚子皮準備製作環保蚊香。



說明：小朋友曬柚子皮準備製作環保蚊香。



說明：小朋友曬柚子皮準備製作環保蚊香。



說明：利用柚子皮製作的「環保蚊香」已經完成了。



說明：學生展示製作完成的「環保蚊香」。



說明：老師示範製作百香果汁的方法。



說明：老師示範製作百香果汁的方法。



說明：學生親自操作－製作百香果汁。



說明：學生親自操作－製作百香果汁。



說明：學生親自操作－製作百香果汁。



說明：自己做的新鮮果汁果然好喝。



說明：學生分組設計蔬果涼拌菜。



說明：學生分組設計蔬果涼拌菜。



說明：蔬果菜餚製作—學生展現合作的成果。



說明：蔬果菜餚製作—學生展現合作的成果。



說明：蔬果菜餚製作—學生展現合作的成果。



說明：蔬果菜餚製作—學生展現合作的成果。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：學生親手製作的「蔬果菜餚」是不是看起來非常可口呀！。



說明：學生親手製作的「蔬果菜餚」是不是看起來非常可口呀！。



說明：學生親手製作的「蔬果菜餚」是不是看起來非常可口呀！。



說明：學生親手製作的「蔬果菜餚」是不是看起來非常可口呀！。



說明：學生親手製作的「蔬果菜餚」是不是看起來非常可口呀！。



說明：學生親手製作的「蔬果菜餚」成品展示。



說明：蔡主任開場時介紹講師—武漢國小蘇思仔營養師。



說明：蘇思仔營養師和學生活潑互動。



說明：蘇思仔營養師一邊授課一邊和學生做有獎徵答。



說明：蘇思仔營養師一邊授課一邊和學生做有獎徵答。



說明：蘇思仔營養師一邊授課一邊和學生有獎徵答。



說明：蘇思仔營養師一邊授課一邊和學生做有獎徵答。



說明：蘇營養師示範並指導學生如何調配出市售的蔬果汁。



說明：蘇營養師示範並指導學生如何調配出市售的蔬果汁。



說明：蘇營養師示範並指導學生如何調配出市售的蔬果汁。



說明：蘇營養師示範並指導學生如何調配出市售的蔬果汁。



說明：蔬果汁即將調配完成。



說明：蔬果汁已經調配完成。



說明：校門口也張貼「親職教育講座」相關訊息，鼓勵家長多參與。



說明：參加的家長簽到。



說明：參加的家長簽到。



說明：董氏基金會食品營養組許惠玉主任，提早到場準備。



說明：校長介紹講師，家長們也對「董氏基金會」許主任提供的相關資料很有興趣。



說明：校長給家長們勉勵。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：講師精彩的解說。



說明：講師精彩的解說。



說明：講師精彩的解說。



說明：講師精彩的解說。



說明：課程結束前，范主任分享今天的收穫



說明：感謝講師精采的分享，並歡迎家長會後提出個別問題與講師討論。

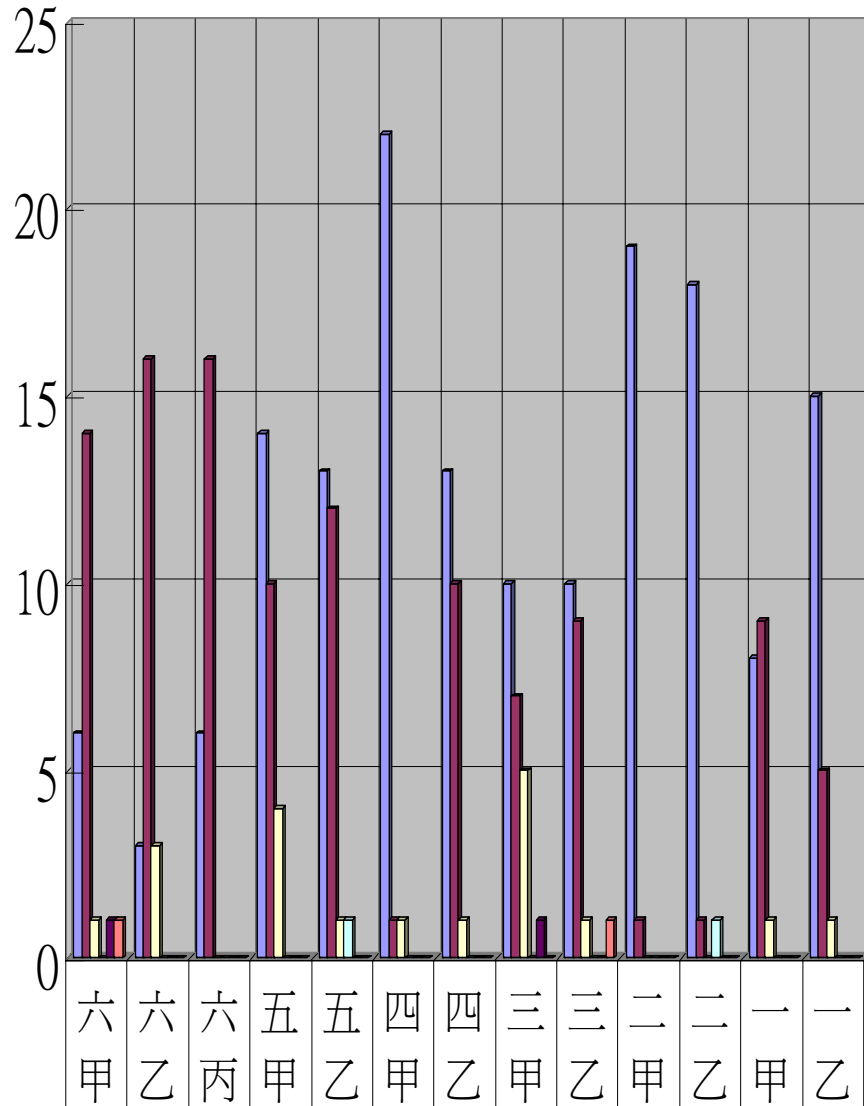


德龍國小 100 年度營養衛生知識測驗分數統計表

班級 分 數	人數						合 計
	100分	90-99分	80-89分	70-79分	60-69分	60分以下	
六甲	6	14	1	0	1	1	23
六乙	3	16	3	0	0	0	22
六丙	6	16	0	0	0	0	22
五甲	14	10	4	0	0	0	28
五乙	13	12	1	1	0	0	27
四甲	22	1	1	0	0	0	24
四乙	13	10	1	0	0	0	24
三甲	10	7	5	0	1	0	23
三乙	10	9	1	0	0	1	21
二甲	19	1	0	0	0	0	20
二乙	18	1	0	1	0	0	20
一甲	8	9	1	0	0	0	18
一乙	15	5	1	0	0	0	21
合計	157	111	19	2	2	2	293



德龍國小100年度營養衛生知識測驗統計圖



■ 人數 100分	6	3	6	14	13	22	13	10	10	19	18	8	15
■ 人數 90-99分	14	16	16	10	12	1	10	7	9	1	1	9	5
■ 人數 80-89分	1	3	0	4	1	1	1	5	1	0	0	1	1
■ 人數 70-79分	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0
■ 人數 60-69分	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
■ 人數 60分以下	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0



說明：健康體位教育宣導活動。



說明：健康體位繪本導讀。



說明：健康體位繪本導讀。



說明：健康體位繪本導讀。



說明：健康體位繪本導讀。



說明：健康體位繪本導讀。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨操活動。



說明：兒童晨會-毛巾操。



說明：兒童晨會-毛巾操。



說明：兒童晨會-毛巾操。



說明：兒童晨會-毛巾操。



說明：兒童晨會-毛巾操。



說明：兒童晨會-毛巾操。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

定期辦理校內體育競賽



定期辦理校內體育競賽



定期辦理校內體育競賽活動





德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

定期辦理校內體育競賽活動



定期辦理校內體育競賽活動



定期辦理校內體育競賽活動





德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

定期辦理校內體育競賽活動



定期辦理校內體育競賽活動



定期辦理校內體育競賽活動





德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

定期辦理校內體育競賽活動



定期辦理校內體育競賽活動





德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：出發前照張像做個紀念吧。



說明：高高興興的來去上游泳課囉。



說明：大家都來合照吧。



說明：一起來照張像囉。



說明：上游泳課高興吧。



說明：東西都準備好啦。



說明：下水前由教師先帶領暖身操。



說明：要確實伸展身體。



說明：大家一起來做暖身運動。



說明：一起來做暖身操。



說明：進行暖身操活動。



說明：暖身操活動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：教練課程開始前進行教學課程討論。



說明：教練進行說明。



說明：進行分組學習



說明：進行分組練習。



說明：進行分組學習活動。



說明：進行分組學習活動。



說明：進行分組教學活動。



說明：教練進行說明。



說明：進行分組學習



說明：進行分組練習。



說明：進行分組學習活動。



說明：進行分組學習活動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：田徑社團。



說明：羽球社團活動。



說明：羽球社團活動。



說明：羽球社團活動。



說明：羽球社團活動。



說明：羽球社團活動。



說明：羽球社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：直排輪社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：桌球社團活動。



說明：運動會前師生共同清理跑道，防止滑倒。



說明：運動會前師生共同清理跑道，防止滑倒。



說明：運動會前師生共同清理跑道，防止滑倒。



說明：運動會前師生共同清理跑道，防止滑倒。



說明：運動會前師生共同清理跑道，防止滑倒。



說明：運動會前師生共同清理跑道，防止滑倒。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：運動會當日清理跑道積水。



說明：運動會當日清理跑道積水。



說明：運動會當日清理跑道積水。



說明：運動會當日清理跑道積水。



說明：運動會開幕式。



說明：運動會開幕式。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：來賓致詞。



說明：宋宏營校回校指導。



說明：宋宏營校長回校指導。



說明：宋宏營校長回校指導。



說明：大會操表演。



說明：大會操表演。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：大會操表演。



說明：大會操表演。



說明：大會操表演。



說明：大會操表演。



說明：大會操表演。



說明：大會操表演。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：附幼律動時間。



說明：附幼律動時間。



說明：附幼律動時間。



說明：附幼律動時間。



說明：附幼律動時間。



說明：附幼律動時間。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：低年級 60 公尺徑賽。



說明：低年級 60 公尺徑賽。



說明：中年級 60 公尺徑賽。



說明：附幼 50 公尺徑賽。



說明：高年級 100 公尺徑賽。



說明：高年級 100 公尺徑賽。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：三年級團體競賽。



說明：三年級團體競賽。



說明：四年級團體競賽。



說明：四年級團體競賽。



說明：五年級團體競賽。



說明：五年級團體競賽。



說明：六年級團體競賽。



說明：六年級團體競賽。



說明：一年級團體競賽。



說明：一年級團體競賽。



說明：二年級團體競賽。



說明：二年級團體競賽。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



說明：配合兒童節規劃體能活動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：學生於下課間進行運動。



說明：學生於下課間進行運動。



說明：學生於下課間進行運動。



說明：學生於下課間進行運動。



說明：學生於下課間進行運動。



說明：學生於下課間進行運動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：師生於放學後進行運動。



說明：教師們也在下班後一同來運動。



說明：教師們也在下班後一同來運動。



說明：教師們也在下班後一同來運動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：親子越野路跑活動。



說明：由兩任家長會長領隊出發。



說明：由榮譽家長會長領隊出發。



說明：隊伍陸續出發。



說明：隊伍陸續出發。



說明：由校門口出發。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：由校門口出發。



說明：由校門口出發。



說明：親子越野路跑活動。



說明：



說明：家長會長參加路跑活動。



說明：家長們也一同參與。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：親子越野路跑活動。



說明：親子越野路跑活動。



說明：親子越野路跑活動。



說明：親子越野路跑活動。



說明：親子越野路跑活動。



說明：親子越野路跑活動。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：親子越野路跑活動。



說明：親子越野路跑活動。



說明：第一名抵達終點。



說明：第 2 名也抵達終點。



說明：領取獎勵品。



說明：領取獎勵品。



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



說明：老師也到達終點啦。



說明：榮譽家長會長也抵達終點。



說明：現任家長會長也抵達終點。



說明：陸續抵達終點。



說明：陸續抵達終點。



說明：領取獎勵品。



桃園縣 100 年度提昇學生游泳能力測驗結果統計總表

鄉鎮市： 龍潭鄉 學校名稱： 德龍國小 -3

測驗日期：101 年 4 月 5 日 至 101 年 4 月 5 日

一、基本資料統計

1. 參加學生人數： 44 (男 23 , 女 21)
2. 參加測驗總人數： 44 (男 23 , 女 21)
3. 參加測驗總人數佔參加學生人數： 100 % (男 52 % , 女 48 %)

二、自救能力測驗結果 (通過比例=通過人數/參加受測總人數)

- 1、站立韻律呼吸 20 次： 44 人 (男 23 , 女 21) ; 通過比例：100 % (男 100 % , 女 100 %)
- 2、浮具漂浮 60 秒： 21 人 (男 14 , 女 7) ; 通過比例：47 % (男 61 % , 女 33 %)
- 3、水母漂 20 秒(可換氣)： 20 人 (男 14 , 女 6) ; 通過比例：45 % (男 61 % , 女 29 %)
- 4、仰漂 20 秒：16 人 (男 10 , 女 6) ; 通過比例：36 % (男 43 % , 女 29 %)
- 5、仰漂 30 秒：7 人 (男 4 , 女 3) ; 通過比例：16 % (男 17% , 女 15 %)
- 6、立泳 30 秒： 1 人 (男 0 , 女 1) ; 通過比例：2 % (男 0 % , 女 4 %)

三、游泳能力測驗結果 (通過比例=通過人數/參加受測總人數)

- 1、水中拾物 2 次： 44 人 (男 23 , 女 21) ; 通過比例：100 %
- 2、打水前進 10 公尺以上：13 人 (男 9 , 女 4) ; 通過比例：29 %
- 3、游泳前進 15 公尺以上(能換氣 3 次以上)：9 人 ; 通過比例：20.5%
- 4、未通過第一級： 3 人 (男 1 , 女 2) ; 通過比例：7 %
- 5、通過第一級海馬： 32 人 (男 17 , 女 15) ; 通過比例：73 %
- 6、通過第二級海獺： 4 人 (男 2 , 女 2) ; 通過比例：9%
- 7、通過第三級海龜： 5 人 (男 3 , 女 2) ; 通過比例：11%
- 8、通過第四級海豚： 0 人 (男 0 , 女 0) ; 通過比例：0%
- 9、通過第五級旗魚： 0 人 (男 0 , 女 0) ; 通過比例：0%



桃園縣 100 年度提昇學生游泳能力測驗結果統計總表

鄉鎮市： 龍潭鄉 學校名稱： 德龍國小-4

測驗日期：100 年 4 月 5 日 至 100 年 4 月 5 日

一、基本資料統計

1. 參加學生人數： 48 (男 26 , 女 22)
2. 參加測驗總人數： 48 (男 26 , 女 22)
3. 參加測驗總人數佔參加學生人數： 100 % (男 100 % , 女 100 %)

二、自救能力測驗結果 (通過比例=通過人數/參加受測總人數)

- 1、站立韻律呼吸 20 次： 48 人 (男 26 , 女 22)；通過比例：100 % (男 100 % , 女 100 %)
- 2、浮具漂浮 60 秒： 42 人 (男 22 , 女 20)；通過比例：88 % (男 85 % , 女 91 %)
- 3、水母漂 20 秒(可換氣)： 40 人 (男 22 , 女 18)；通過比例：83.5 % (男 85 % , 女 82 %)
- 4、仰漂 20 秒： 32 人 (男 17 , 女 15)；通過比例：66.5 % (男 65 % , 女 68 %)
- 5、仰漂 30 秒：12 人 (男 8 , 女 4)；通過比例： 25 % (男 31 % , 女 18 %)
- 6、立泳 30 秒： 4 人 (男 3 , 女 1)；通過比例：8 % (男 12 % , 女 4 %)

三、游泳能力測驗結果 (通過比例=通過人數/參加受測總人數)

- 1、水中拾物 2 次： 48 人 (男 26 , 女 22)；通過比例：**100 %**
- 2、打水前進 10 公尺以上：34 人 (男 19 , 女 15)；通過比例：**70.5 %**
- 3、游泳前進 15 公尺以上(能換氣 3 次以上)：26 人 (男 13 , 女 13)；通過比例：**54%**
- 4、未通過第一級： 0 人 (男 0 , 女 0)；通過比例：**0 %**
- 5、通過第一級海馬： 23 人 (男 13 , 女 10)；通過比例：**48 %**
- 6、通過第二級海獺： 19 人 (男 7 , 女 12)；通過比例：**40%**
- 7、通過第三級海龜： 3 人 (男 3 , 女 0)；通過比例：**6%**
- 8、通過第四級海豚： 0 人 (男 0 , 女 0)；通過比例：**0%**
- 9、通過第五級旗魚： 3 人 (男 3 , 女 0)；通過比例：**6%**



桃園縣 100 年度提昇學生游泳能力測驗結果統計總表

鄉鎮市： 龍潭鄉 學校名稱： 德龍國小-5

測驗日期：100 年 4 月 5 日 至 100 年 4 月 5 日

一、基本資料統

1. 參加學生人數： 55 (男 24 , 女 31)
2. 參加測驗總人數： 54 (男 23 , 女 31)
3. 參加測驗總人數佔參加學生人數： 98.18 % (男 95.83 % , 女 57 %)

二、自救能力測驗結果 (通過比例=通過人數/參加受測總人數)

- 1、站立韻律呼吸 20 次： 54 人(男 23,女 31);通過比例:100 % (男 100 % , 女 100 %)
- 2、浮具漂浮 60 秒： 52 人(男 23 , 女 29);通過比例:97 % (男 100 % , 女 94 %)
- 3、水母漂 20 秒(可換氣)： 49 人(男 22 , 女 27);通過比例:91 % (男 95 % , 女 87 %)
- 4、仰漂 20 秒： 46 人(男 22 , 女 24);通過比例:86 % (男 95 % , 女 77 %)
- 5、仰漂 30 秒： 33 人(男 15 , 女 18);通過比例:61.5 % (男 65% , 女 58 %)
- 6、立泳 30 秒： 25 人(男 13 , 女 12);通過比例:47 % (男 56 % , 女 38 %)

三、游泳能力測驗結果 (通過比例=通過人數/參加受測總人數)

- 1、水中拾物 2 次：54 人(男 23 , 女 31);通過比例：**100 %**
- 2、打水前進 10 公尺以上： 48 人(男 22 , 女 26);通過比例：**89 %**
- 3、游泳前進 15 公尺以上(能換氣 3 次以上)：42 人(男 20,女 22);通過比例：**78%**
- 4、未通過第一級： 0 人(男 0 , 女 0);通過比例：**0 %**
- 5、通過第一級海馬： **11** 人(男 3 , 女 8);通過比例：**20 %**
- 6、通過第二級海獺： 14 人(男 6 , 女 8);通過比例：**26%**
- 7、通過第三級海龜： 12 人(男 5 , 女 7);通過比例：**22%**
- 8、通過第四級海豚： 13 人(男 6 , 女 7);通過比例：**24%**
- 9、通過第五級旗魚： 4 人(男 3 , 女 1);通過比例：**8%**



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力



縣長 吳志揚





99 學年度體適能檢測結果

歡迎使用教育部體適能資料上傳管理系統

教育部體適能資料上傳管理系統 Version 3.0

公告訊息	100學年上傳資訊	100學年彙整管理	歷年體適能資料	其他功能	個人資料維護	退出系統
------	-----------	-----------	---------	------	--------	------

如有任何問題，請電洽體育學會，陳小姐 02-77341673

HI! 國立德龍國小你好！ 上次登入時間：2012-04-20 11:54:50 來自：168.30.160.7

選擇學年度：99 學年度

99學年度統計資料總長小學不分1-3級4-6，請按「國民小學4-6」查詢不同年度統計資料

99學年度 國立德龍國小 上傳資料平均

	身高體重/身體組成	坐位體前彎	立定跳遠	400公尺	心肺適能
男(66)	142.40 公分/36.78 公斤/19.23	24.98 公分	145.60 公分	28.43 次	340.95 秒
女(66)	142.35 公分/37.66 公斤/19.30	26.81 公分	128.61 公分	28.07 次	340.87 秒
全(132)	142.37 公分/36.72 公斤/19.36	25.90 公分	137.11 公分	27.75 次	340.96 秒

99學年度 國立德龍國小 全校百分等級統計表

項目	性別	百分等級						總計
		15%以下	15%-24%	25%-40%	40%-54%	55%-64%	65%以上	
坐位體前彎	男	17	10	28	24	9	10	98
	女	18	14	28	22	6	9	98
立定跳遠	男	14	19	34	19	16	10	98
	女	20	18	28	18	19	10	98
400公尺	男	11	9	29	24	10	13	96
	女	19	15	24	26	7	12	96
心肺適能	男	27	13	22	20	6	9	98
	女	23	9	26	24	13	7	98

99學年度 國立德龍國小 全校 身體組成 統計表

性別	過輕	正常	過重	肥胖	總計
男	17	48	17	15	98
女	19	57	8	12	98

99學年度 國立德龍國小 全校學生體適能服務年狀

	金牌	銀牌	銅牌	中等	待加強	無法評等
男(66)	0	1	6	24	65	0
女(66)	1	0	10	22	62	1
全(132)	1	1	16	46	127	1

99學年度 國立德龍國小 學年詳細列表



100 學年度體適能檢測結果

歡迎使用教育部體適能資料上傳管理系統

Page 1 of 2

教育部體適能資料上傳管理系統 Version 3.0

公告訊息	100學年上傳資訊	100學年課務管理	歷年體適能資料	其他功能	個人資料維護	登出系統
------	-----------	-----------	---------	------	--------	------

初查日期: 100年11月10日 10:27:33

IP: 國立清華大學 11.154.58 上次登入時間: 2012-04-20 11:54:58 本台: 163.30.160.7

統計分類: 國民小學4-6年級 國民小學1-3年級 日期選擇: 國民小學4-6年級

100學年度 國立清華國小上傳資料平均

	身高體重/身體組成	心肺適能	立定跳遠	有球類	心肺適能
男(70)	143.11 公斤/40.38 公斤/18.48	27.77 次	145.08 公分	25.54 次	288.40 步
女(80)	145.08 公分/39.51 公斤/18.08	30.77 次	139.78 公分	23.88 次	291.88 步
全(150)	144.17 公分/39.97 公斤/18.78	29.27 次	142.93 公分	24.71 次	289.32 步

100學年度 國立清華國小 百分等級統計表

性別	15%以下	15%-24%	25%-48%	49%-74%	75%-84%	85%以上	無資料	總數
坐墊體前彎	男	0	0	15	38	18	0	78
	女	5	8	18	30	19	0	80
立定跳遠	男	15	3	23	17	8	0	78
	女	4	10	30	21	18	0	80
有球類	男	15	5	26	28	4	0	78
	女	15	15	32	20	5	0	80
4.膝關節	男	4	8	28	25	8	0	78
	女	5	8	21	34	17	0	80

100學年度 國立清華國小 身體組成 統計表

性別	體重	正常	過重	肥胖	無資料	小計
男	17	31	12	18	0	78
女	23	61	8	8	0	80
總計	40	92	20	26	0	158

100學年度 國立清華國小 學生體適能標準分布

	良好	中等	及格	中等	及格	無資料
男(70)	0	0	15	24	39	0
女(80)	0	1	8	34	48	0
全(150)	0	1	24	58	87	0



德龍願景：有景、有詩、有愛、有活力

100 學年度與 99 學年體適能檢測結果比較分析

學年度	比例	金牌	銀牌	銅牌	中等	待加強	無法評等
99 學年度	全校人數	1	1	16	46	127	1
	百分比	0.60%	0.60%	9.52%	27.38%	75.60%	0.60%
100 學年度	全校人數	0	1	24	58	85	0
	百分比	0.00%	0.60%	14.29%	34.52%	50.60	0%
99-100 比例增減		-0.60%	0.00%	+4.77%	+7.14%	-25.00%	-0.60%