



臺南市東區裕文國民小學

Tainan Municipal East District Yuwun Elementary School



子標準 七

社區連結與合作 (學校社區關係)



台南市東區裕文國小課後照顧機構學童視力保健合作計畫

110年 9 月 7 日

壹、依據

- 一、臺南市政府教育局 105 年 8 月 12 日南市教安(二)字第 1050759126 號函
- 二、中華民國 110年09月 07日裕文國小安親學童視力座談會議
- 三、本校健康促進學校計畫

貳、目的

- 一、邀集轄區內補教業者，落實宣導正確的視力保健觀念、作法及策略。
- 二、協助課後照顧學童視力保健工作，以達成學童全日眼睛照護，減少近視發生。
- 三、擬定學校暨課後照顧機構學童視力保健合作模式，並落實執行

參、實施方式

- 一、舉辦「安親學童視力保健座談會」，邀集轄區內課後安親機構宣導正確的視力保健觀念、作法及策略。
- 二、分發視力保健宣導單張，請轄區內課後安親機構協助落實視力保健工作，共同維護學童視力健康。
- 三、校方提供相關資源（護理師、照度計）協助課後安親機構建置良好之學童學習環境。
- 四、校方開放場地，提供安親學童假日戶外活動之場所；並由課後安親機構負責管理學童之行為與安全。

肆、預期效益

- 一、提升課後安親機構對學童視力保健的重視，共同促進學童視力健康。
- 二、協助課後安親機構培養學童正確用眼姿勢，及落實規律用眼 3010 等視力保健之作為。
- 三、開放校園場地，協助課後安親機構達到學童戶外活動 120 之目標。

伍、備註

- 一、檢附視力保健宣導單張。
- 二、檢附 110年09月07日裕文國小安親學童視力座談會會議紀錄。

陸、本計畫經校長核可後實施，修正後亦同。

台南市東區裕文國小安親學童視力保健座談會會議記錄

壹、時間：110 年 09 月 07 日（星期二）下午 2 時 00 分貳

貳、地點：裕文國小視聽教室

參、主席：陳彥宏校長

肆、出席人員：詳如簽到名單

記錄：黃瓊慧

伍、主席致詞：（略）

陸、業務報告：（蘇春燕主任）

我國近視發生有年輕化趨勢，高度近視人數也日益劇增，為維護學童視力健康及推動全面性護眼政策，擬訂定國小課後照顧機構學童視力保健計畫，由學校邀集鄰近安親（補教）機構開會，共同研商視力保健事宜。

柒、討論事項：

案由一：為避免學童近視發生及有效控度防盲，請補教業者配合規律用眼 3010，

並增加戶外活動讓眼睛能充分休息，以達戶外活動 120 之目標。

決議：1. 請安親（補教）機構，落實讓學童用眼 30 分鐘即休息 10 分鐘，隨時糾正學童閱讀、寫字時的不當姿勢

2. 校方開放場地，提供學童假日戶外活動之場所；並由課後安親機構負責管理學童之行為安全。

3. 學校分發「視力保健宣導單張」，增進安親（補教）機構對視力保健之

相關知識與重視。

案由二：光線是否充足也會影響學童視力，請安親（補教）機構能定期檢測教室光線。

決議：1. 每半年教室需測光，維持黑板 700 燭光、桌面 500 燭光以上。

2. 校方可提供照度器外借，並由護理師指導安親（補教）機構如何操作。

捌、散會。

台南市東區裕文國小安親學童視力保健宣導

敬愛的安親班業者，您好：

鑑於社會環境改變與學習需求，學生課後安置於課後照顧中心及參與補教課程愈

趨普遍，據研究指出學童視力保健課後照顧中心係為關鍵點之一。本市教育主管機關亦曾來函要求校方與轄區內補教業者建立夥伴關係，共同促進學童視力健康。以下提供相關資訊供諸位參考：

一、戶外活動 120。

研究證實，每天讓孩子在戶外(自然光線下)活動 120 分鐘，除了能讓眼球肌肉充分舒緩，陽光本身也能增加多巴胺的分泌，抑制眼球軸長增加。

二、規律用眼 3010。

減少長時間近距離用眼可以有效遏止近視的發生與惡化，如閱讀、寫字、看電視及使用 3C 產品，應每 30 分鐘休息 10 分鐘。

三、正確的用眼姿勢。

眼睛與書本應距離 35 公分，切勿趴著或躺著寫字或看書。



四、充足的室內光源。

教室內光線應每半年檢測一次，維持黑板 500 燭光及桌面 350 燭光以上。

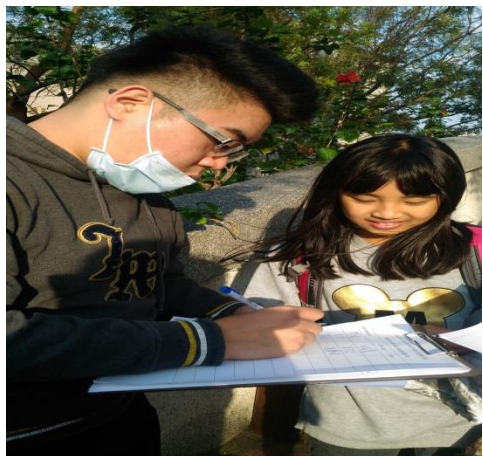
近年來近視發生年齡愈趨年輕，年紀越小罹患近視就越容易惡化成高度近視，進

而併發青光眼、白內障、視網膜病變，甚至失明的機會都比平常人多出10~20倍。為了「預防近視」、「控度防盲」，讓我們憶起照顧學童的眼睛！

裕文國小關心您



台南市東區裕文國小視力保健相關增能活動

活動名稱	課後安親班業者視力保健會議			
活動日期	參加對象	學生	參加業者	教職員工
110 年 9 月 03 日	參加人數	0	6	3
簡述活動內容	1. 分發課後安親班業者視力保健宣導單張，並說明學童視力保健的重要。 2. 邀請課後安親班業者參加本校舉辦「安親學童視力保健座談會」。			
佐證資料（宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等）				
				
				
				

6 台南市東區裕文國小視力保健相關增能活動

課後安親班業者視力保健會議簽到表

課後安親班業者	代表人簽名	備註
學揚	林甘蔓	
元高	曾榮花	
麥田	張寶珠	
金牌	楊淑芬	
吉的堡	劉春伶	
芝蔴街	林秀玲	

Pat

110 學年度台南市東區裕文國小正確用藥實施計畫

壹、依據：

- (一) 學校衛生法及教育部 96 年 1 月 31 日台體(二)字第 0960010999C 號令修正發布之「教育部補助辦理學校衛生保健活動審查原則」辦理。
- (二) 教育部補助地方政府辦理學校健康促進實施計畫。
- (三) 臺南市 110 學年度健康促進學校實施計畫。

貳、實施目的：

- (一) 充實學生對「正確用藥」知能，了解正確用藥的意涵。二與藥師做朋友，認識社區藥局、藥師角色及工作內涵、服務對象，讓學生了解藥局在生活上的重要性。
- (二) 將「正確用藥」知能融入健體領域內，讓學生了解正確用藥五大核心能力
「五要」：1.要知風險 2.要看標示 3.要告病況 4.要遵醫囑 5.要問專業。
「五不」：1.不要求 2.不併用 3.不長期 4.不刺激 5.不亂買。

參、實施辦法：

- (一) 主辦單位：學務處。
- (二) 辦理時間：110 年 12 月 01 日 (三) 下午 1：00-4：00
- (三) 參加對象：本校教職員工與志工
- (四) 研習地點：會議室
- (五) 講師：林恆弘博士藥物濫用防制策略與輔導
- (六) 主題：藥物濫用防制策略與輔導

【附件2】

臺南市110學年度裕文國民小正確用藥 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	正 確 用 藥			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
110年12月01 日	參加人數		20人	58人
111年3月22 日	六年級	198人		
簡述活動內容	1. 110年12月01日邀請講師宣導正確用藥 2. 111年3月2日護理師入班宣導正確用藥			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：藥物濫用防制策略與輔導		說明：藥物濫用防制策略與輔導		
				
說明：正確用藥		說明：校藥師宣導正確用藥		



毒品防制大型刊版



學生觀看毒品防制刊版



自製大型常用簡易藥物手冊



自製大型常用簡易藥物手冊



護理師至班級衛教宣導



學生認真聽講



護理師至班級衛教宣導



護理師至班級衛教宣導



護理師至班級衛教宣導

學校辦理家長講座，以提供家長預防性口腔健康服務資訊



家長講座(口腔保健)



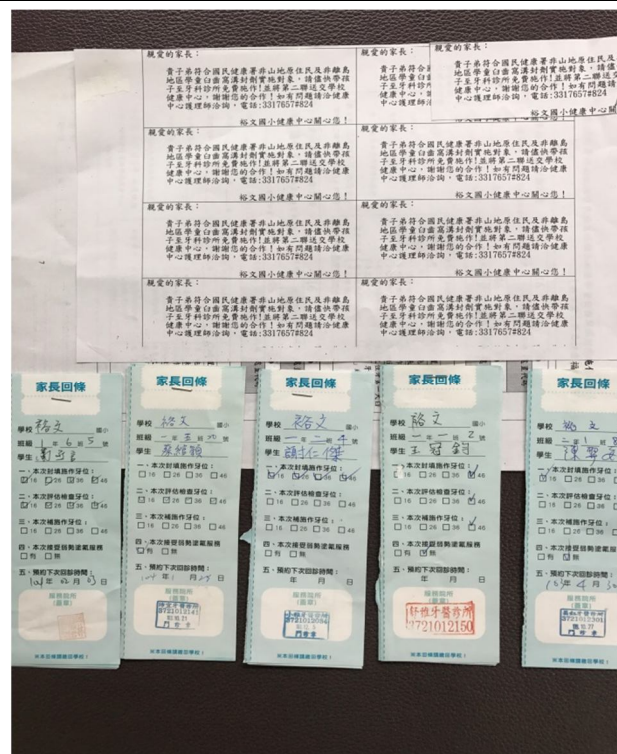
家長講座(口腔保健)



家長講座(口腔保健)



提供護齒護照



窩溝封填回條



臺南市東區裕文國小 110 年度健康促進成果

學校舉辦並邀請家長及社區人士參與健康促進相關活動。

家長有參與學校辦理的健康相關課程或訓練

❤活動名稱：視力保健親職講座



台南市東區裕文國小健康促進相關增能活動

活動名稱	視力保健、健康體位、校園安全、菸害防制、腸病毒增能研習			
活動日期	參加對象	學生	參加業者	教職員工
110 年 4 月 12 日	參加人數	四年級學生 (170 人)	0	8
簡述活動內容	1. 由生教組長宣導校園安全的重要。 2. 由東區衛生所宣導並說明學童視力保健的重要。 3. 由東區衛生所宣導並說明學童健康體位的重要。 2. 由東區衛生所宣導並說明學童菸害防制的重要。 3. 由東區衛生所宣導腸病毒預防的重要。			

佐證資料 (宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



校園安全---生教組長



校園安全---生教組長



菸害防制---衛生所



菸害防制---衛生所



視力保健增能---衛生所



視力保健增能---衛生所



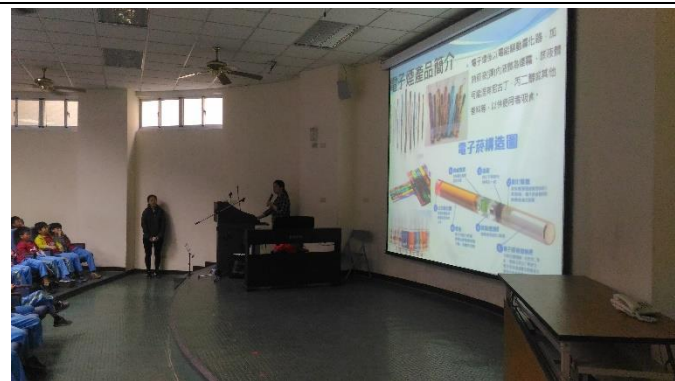
健康體位增能---衛生所



健康體位增能---衛生所



腸病毒宣導---衛生所



有獎徵答---衛生所



電子菸介紹---衛生所



拒檳宣導---衛生所



口腔保健宣導---衛生所

反毒宣導---衛生所



腸病毒宣導---衛生所



登革熱宣導---衛生所

臺南市裕文國民小學 110 學年度學校暨社區聯合運動大會實施計畫

壹、宗旨：為強化健康與體育教學效果、鍛鍊兒童強健體魄，以達到健全兒童身心發展，推展社區全民運動，改善社會風氣之目的。

貳、依據：依 110 學年度學校行事活動。

參、指導單位：臺南市政府

肆、主辦單位：臺南市東區裕文國小

伍、協辦單位：裕文國小家長會、志工團。

陸、預定時程：

一、預賽日期：110 年 11 月 08 日至 11 月 25 日上午八時起

二、預演日期：110 年 12 月 3 日（星期五）、12 月 09 日（星期四）上午第一節

三、裁判講習：110 年 12 月 8 日（星期三）下午二時

四、場地布置：110 年 12 月 10 日（星期五）上午九時起

五、典禮日期：110 年 12 月 11 日（星期六）上午八時至下午四時

柒、地點：本校操場。

捌、參加人員：全體師生、社區家長民眾。

玖、活動內容：

一、運動員創意進場，每個年級進場表演時間約三～五分鐘。

創意進場主題：一年級（小小運動員）二年級（瘋狂派對）三年級（水果家族）四年級（勇往直前，堅持到底）五年級（風馳電掣）六年級（舞動青春 活力滿分），請各年級發揮創意，表演方式不拘。

二、表演活動：鼓術隊、管樂團、籃球隊、田徑隊、羽球隊、舞蹈社。

三、趣味競賽：社區暨親子【walk with you】、一～六年級。

四、體育競賽：

（一）三、四、五、六年級田徑總錦標（計分表格詳如附件五）：個人及團體賽依照附件五計分，總分最高前三班級分別頒發冠、亞、季軍田徑總錦標錦旗一面。

（二）個人賽（田、徑賽）（競賽要點如附件六）

1. 低年級 40 公尺分組賽跑

2. 三～六年級 60m 個人賽

3. 四～六年級 200m 個人賽

4. 五～六年級立定跳遠

5. 三～六年級樂樂棒球擲遠

6. 五～六年級 800m 計時賽

7. 三～六年級班際大隊接力賽

※個人賽（田、徑賽）每位選手限報名兩項，大隊接力不在此限

拾、補休事宜：110 年 12 月 13 日（星期一）補假一天。

拾壹、運動會程序表：如附件一。

拾貳、工作分配：如附件二、三。

拾參、雨天備案：如附件八。

拾肆、經費來源：由學校相關經費或家長會經費支付。

拾伍、本辦法經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人

教務主任

教師兼教務主任 陳孟訓

家長會

校長

教師兼體育組長 翁姿婷

學務主任

教師兼學務主任 蔡夫

教師兼輔導主任 葉怡安

臺南市東區裕文國民小學校長 陳彥宏

教師兼學生活動組長 李玟逸

總務主任

教師兼總務主任 林士郁

輔導主任

教師兼輔導主任 葉怡安

附件一： 臺南市東區裕文國民小學 110 學年度學校暨社區聯合運動大會程序表

項	時間	節目	年級	地點
1	08:00-08:10	開幕典禮-鑼鼓喧天慶裕文	鼓術隊	南跑道
2	08:10-08:45	家長會、志工團、運動員創意主題進場 (順序：家長會→志工團→654321 年級)	全校	南跑道
3	08:45-08:50	會旗進場	六年級旗手 6 名	南跑道
4	08:50-08:55	升會旗、行最敬禮	全校	
5	08:55-09:05	校長、會長、長官來賓致詞		司令台
6	09:05-09:10	運動員宣誓	六年級代表	
7	09:10-09:20	體育團隊成果展現	體育團隊	操場
8	09:20-09:30	唱校歌、禮成奏樂	全校	
9	09:30-09:40	舞蹈表演	2~6 年級	場中央
10	09:40-09:55	會前賽頒獎	全校	
11	09:55-10:05	親子趣味競賽	全校	場中央
12	10:05-10:10	音樂欣賞暨準備時間		場中央
13	10:10-10:25	二年級 40M 分組賽跑	2 年級	北跑道
14	10:10-10:25	一年級趣味競賽	1 年級	場中央
15	10:10-10:25	三、四、五、六年級 60M 個人決賽檢錄	3-6 年級	南跑道
16	10:25-10:45	三、四、五、六年級 60M 個人決賽	3-6 年級	南跑道
17	10:45-11:05	一年級 40M 分組賽跑	1 年級	北跑道
18	10:45-11:05	二年級趣味競賽	2 年級	場中央
19	11:05-11:15	四、五、六年級 200M 個人決賽檢錄	4.5.6 年級	籃球場
	11:15-11:45	四、五、六年級 200M 個人決賽	4.5.6 年級	跑道
20	11:45-11:55	頒獎(低年級趣味競賽、60M、200M 個人決賽)	全校	司令台
21	12:00-12:40	午餐/低年級放學 12:00 放學 導護支援	全校	教室
	12:40-13:20	午休	3-6 年級	教室
22	13:30-13:45	三年級趣味競賽	3 年級	場中央
23	13:30-13:45	四年級趣味競賽	4 年級	場中央
24	13:45-14:00	五年級趣味競賽	5 年級	場中央
25	13:45-14:00	六年級趣味競賽	6 年級	場中央
26	13:50-14:00	三年級大隊接力檢錄	3 年級	籃球場
	14:00-14:20	三年級大隊接力決賽		操場
27	14:10-14:20	四年級隊接力檢錄	4 年級	籃球場
	14:20-14:45	四年級大隊接力決賽(分 2 組)		操場
28	14:30-14:40	五年級大隊接力檢錄	5 年級	籃球場
	14:45-15:05	五年級大隊接力決賽		操場
29	14:50-15:00	六年級大隊接力檢錄	6 年級	籃球場
	15:05-15:20	六年級大隊接力決賽		操場
30	15:20-15:40	閉幕典禮	全校	校園
31	15:40-15:50	各班休息區整理	全校	操場
	15:50-16:00	放學		

備註：時間為預估時間，正式時間依實際節目進行決定。

附件二：運動會事前工作分配表

運動會事前工作分配					
職稱/ 組別	職掌/工作項目	負責人/ 小組長	組 員	預定 達成 日	檢 核
召集人	督導運動會籌備工作之執行。	校長			
副召集人	協助辦理運動會之籌備工作及經費籌措。	家長 會長	家長會成員		
總幹事	承辦統籌運動會各項活動、協調各組事務	學務 主任			
競賽組學務主任	檢 錄 競 賽 組	1. 編訂各項競賽規程、報名表、賽程抽籤、比賽時間安排、製定成績登錄表格。 2. 競賽成績與競賽總錦標班級評定	體衛 組長	體育老師團隊 自治市小志工	
	裁 判 組	擔任各項比賽裁判及紀錄、負責各項競賽裁判事宜、接力賽場地秩序維持。 1. 田徑賽 2. 班級大家跑(個人賽) 3. 學年趣味競賽、大隊接力	學務 主任	裁判長：專 任體育老師 副裁判長： 學務主任 裁判：裁判 群	
	場 地 器 材 組	1. 大會操定位、跑道畫線、比賽場地規劃、休息區分配。 2. 各項比賽器材供應及準備 3. 體育競賽類：體衛組長 4. 趣味競賽類：活動組長	體衛暨 活動 組長	體育老師 科任老師 自治市小志工	
	安 全 維 護 組	競賽場地安全管制、徑賽安全維護、闖關活動 (嘉藥闖關、稅務局、天文志工招募)	生教 組長	志工團 國中志工	
	表 演 組	1. 各項預演活動安排：活動組長 2. 大會操練習、訓練時段協調：體衛組長、活動組長 3. 預演排演到場、典禮時間測量 4. 進場表演節目及大會舞訓練	體衛暨 活動 組長	各年級學年 主任 各班老師	
	會 旗 組	大會會旗進場訓練	生教 組長	六年級學 生：6 人	
	聖 宣 組	訓練運動員宣誓	體衛 組長	宣誓代表一人	
	國 中 志 工	1. 公布及錄取國中志工 2. 規劃及訓練國中志工	體衛暨 活動 組長		
場 地 組	佈 置 組	1. 汽球拱門、立旗佈置、洽租休息區帳篷 2. 音響事宜租用、音響設備操作架設	總務 主任	總務處同 仁、工友	

總務主任		3. 司令台前布置及復原：麥克風、主席台、長桌、桌巾、盆花、貴賓席座椅、司儀台。 4. 司令台布置設計、司令台紅龍柱配置、桌椅配置 5. 及其它事務支援				
	事務組	1. 點收獎品、徵信名錄公布、家長會、學校運動會經費核銷事宜 2. 統計獎品數量、各項比賽物品及獎品採購。 3. 各項獎品清點包裝 4. 備妥無線電，體育組統一登記洽借 5. 桌花訂購 6. 訂購及發放教職員工及小志工當天下午餐盒(含素食)。 門禁管理、來賓車輛停放管制	事務組長	出納組長		大家跑獎品先發至低年級各班
	文書組	1. 製作請柬及邀請函發送來賓、家長委員、全校學生家長，會後製發感謝函。 2. 獎品收受收據開立(含花圈、花籃、禮金)。	幹事文書	出納組長		
典禮組教務主任	司儀組	1. 班級(學年)特色文稿調查、典禮司儀排練、播報所有資料蒐集、班級進場介紹詞彙整(活動組協助) 2. 協助校長介紹來賓等 3. 報告員：比賽流程播報、檢錄催場。	教學組長 輔導組長	1. 開幕、閉幕：司儀 2. 競賽項目、趣味競賽及大隊接力：報告員 3. 頒獎司儀		
	音控組	1. 開閉幕典禮、進場及休閒音樂帶準備及播放所有音樂收集 2. 播音：班級進場配樂、奏樂、校歌、大會操音樂及其他串場、頒獎音樂。 3. 校歌教唱 4. 管樂團會旗進場樂及升會旗歌曲演奏聯繫	註設組長	音樂老師		
	攝影組	各項表演活動之拍攝錄影存藏 活動過程拍攝，結束後進行剪輯，燒製成光碟片儲存，並上傳學校網站及FB。	資訊組長			
	服裝組	1. 家長會各項經費支出、費用單據之審核整理、經費控制、財務會計處理。 2. 家長委員、志工團、教職員工運動服套量訂購與發放。 3. 家長會當天餐點訂購	輔導主任			
服務組輔導主任	接待組	1. 布置接待桌、來賓介紹單、來賓簽名簿及伴手禮。	會計主任 人事主任	志工團團員		
	頒獎組	1. 協助領獎者整隊	資料組長	志工團團員		
	醫護組	意外傷害之醫療處理 傷病急救安排 請志工家長協助大門 7:50~9:20 量體溫	護理師	志工團團員		

附件三：運動會當天各組工作配當表

臺南市東區裕文國民小學 110 學年度學校暨社區聯合運動大會當天各組工作配當表

組別	指導 督辦	工 作 內 容 細 目	負責組長 教師職工	備註
大會 典禮 組	教務 陳孟訓 主任	1. 鼓術隊表演結束撤鼓	何善明、黃士恒、蔡淇因、蔡巧玲、賴麗宜、夏綺君、李佳緻	哨子*4 托盤*4 長桌*3 桌巾*3 獎狀 獎牌 奇異筆*4 白手套*4
		2. 協助進場隊伍間距與排面整齊、開路引導器材撤出	李玟逸、翁姿婷、劉鎮銓、李信男	
		3. 校隊表演隊伍流程及秩序控管	李玟逸、翁姿婷	
		4. 管樂團表演控管	黃士恒、曾煜然、蕭詠瀚	
		5. 司儀：開閉幕典禮主持、頒獎播報、廣播。	吳博仁、葉玲雅	
		6. 頒獎、記錄：彙整各年級各項比賽結果成績資料【體衛組彙整後送】、獎狀書寫、成績表及獎狀獎品整理，進行頒獎。	體衛組長彙整 獎狀書寫：鄭以琳、胡曉雯 田徑總錦標紀錄書寫：盧葦庭、謝伯鑫 獎狀整理：李萌嫻 頒獎及整隊：詳見 P. 8	
		7. 拍照、攝影	謝惠珠、林君霞(進場及其他賽事拍照) 李昭蓉(進場攝影及影片照片上傳臉書) PS:每場賽事拍 10~15 張照片	
運動 會 活動 組及 體衛 組	學務 蘇春燕 主任	親子趣味競賽(場中央)	◎主持：陳孟訓主任 ◎器材：李玟逸 ◎報到處： A 組-劉鎮銓、黃士恒、夏綺君、蔡淇因 B 組-何善明、蕭詠瀚、宋亭誼、陳淑玲 ◎器材確認：羅文芳(A)、胡曉雯(B) ◎裁判長：羅文芳(A)、胡曉雯(B) ◎裁判：國中志工 ◎獎品發放：黃瓊慧 ◎舉組別牌：國中志工 ◎器材擺放：國中志工	最末位選手 穿背心 競賽獎品 競賽道次牌 椅子*14 組別 PP 版 *14 小呼拉圈*28 高角錐*12
		1. 2 年級 40M 分組賽跑(每班 5-6 組) ※每組 1-3 名發給獎品兌換券，向導師兌換	◎發令：陳孟訓主任 ◎終點判定： G1：梁雅貞(抓第一名)、 賴麗宜(抓第二名)、何善明(抓第三名) G2：梁雅貞(抓第一名)、 曾煜然(抓第二名)、黃士恒(抓第三名) ◎跑道秩序控制：小志工(引導區域休息)	紅白旗 兌換券 終點裁判抓 一二三名
		一、三、五年級趣味競賽(場西側)	G1 ◎主持：蘇春燕主任 ◎器材：李玟逸 ◎裁判：藍婉嫻、王峯文、林宛儀、 李佳緻、賴麗宜、蔡巧玲 G3 ◎主持：陳孟訓主任 ◎器材：李玟逸	最末位選手 穿背心 成績登錄表 G1： 小呼拉圈 *30 垃圾桶*6 角錐*6 計時器*1 G3:

		◎裁判：藍婉嫻、王峯文、林宛儀、杜品儀、賴麗宜、蔡淇因 G5 ◎主持：蘇春燕主任 ◎器材：李玟逸 ◎裁判：杜品儀、林宛儀、王峯文、宋亭誼、梁雅貞、賴麗宜	鐵湯匙*6 角錐*18 乒乓*6 G5: 大呼拉圈*6
	二、四、六年級趣味競賽(場東側)	G2 ◎主持：林士郁主任 ◎器材：李玟逸 ◎裁判：曾煜然、羅文芳、蔡淇因、陳淑玲、藍婉嫻、蔡巧玲 G4 ◎主持：林士郁主任 ◎器材：李玟逸 ◎裁判：曾煜然、羅文芳、胡曉雯、蕭詠瀚、何善明、蔡巧玲、黃士恒 G6 ◎主持：林士郁主任 ◎器材：李玟逸 ◎裁判：曾煜然、羅文芳、胡曉雯、李佳緻、蕭詠瀚、何善明	最末位選手 穿背心 成績登錄表 G2: 大垃圾桶*6 椅子*36 橡皮筋*18 G4: 呼拉圈*6 G6: 乒乓球*6 桌子*6 筷子*6 盤子*12 綁腳繩*90
	1. 3-6 年級 60M 決賽(每組 6 人，男女共 8 組) 2. 4-6 年級 200M 決賽(每組 6 人，男女共 6 組) 3-6 年級大隊接力 (女生 1-10 棒、男生 11-20 棒)	1. 3-6 年級 60M 決賽 (每組 6 人，男女共 8 組) 2. 4-6 年級 200M 決賽 (每組 6 人，男女共 6 組) ◎主持：蘇春燕主任 ◎發令：翁姿婷 ◎檢錄：劉鎮銓(60m&200m)、黃士恒(200m)、陳淑玲(60m) ◎邊線裁判：蕭詠瀚 ◎計時、終點名次判定：盧葦庭、謝伯鑫 ◎秩序維持：蔡淇因、蔡巧玲 ◎終點攝影：李佳緻 ◎成績紀錄：夏綺君 3. 3-6 年級大隊接力 (女生 1-10 棒、男生 11-20 棒) ◎主持：蘇春燕主任 ◎發令、成績紀錄：翁姿婷 ◎檢錄、號碼衣：胡曉雯、劉鎮銓、何善明 【note】備 12 籃子 12 名志工分為 6 單 6 雙，收號碼衣及接力棒 ◎邊線裁判：羅文芳、夏綺君 ◎接力區裁判：	紅白旗 x3 發令槍 碼錶 x2 檢錄暨成績單 接力棒 x6 1-20 號碼衣 x6 三角錐 x2 攝影機 x1 籃子 x12 椅子 x12 麥克風 x1 黑金剛 x1 桌子 x1

			謝伯鑫、蕭詠瀚、曾煜然【北跑道】 盧葦庭、黃士恒、宋亭誼【南跑道】 ◎終點攝影：李佳緻 ◎終點名次判定、計時：謝伯鑫、盧葦庭	
總務組	總務 林士郁 主任	1. 獎品擺放舞台後方、托盤準備。 2. 門禁、攤販管制，車輛進出指揮及放置。 3. 各場地桌椅配置及復原 4. 校園巡邏及總務處留守。 5. 壽司餐點發放	總務處同仁	午餐餐盒由 午餐秘書及 蔡小姐聯絡 配送
招待組	主任群	1. 長官、學校機構、其他貴賓簽到。	人事主任梁珮竹、會計主任陳倩婷	志工團 預備 20 張 紅色塑膠椅
		2. 家長委員、顧問及其他簽到。	葉怡安主任	
		3. 引導至司令台就坐。(10*3 排)	林士郁主任、陳孟訓主任	
		4. 贈送伴手禮。	家長志工*2	
		5. 寫貴賓小卡。	李萌珊、藍婉珊	
		6. 貴賓小卡傳送。	小志工*2，家長志工*2	
家長會 餐點	葉怡安 主任	招待貴賓、準備餐點 家長會當天餐點訂製 會後收拾	家長會成員 志工團 碧玲、婷如	
環衛組	體衛 組長	1. 各班休息區整潔維護。 2. 周圍環境整潔工作。 3. 協助資源回收及分類。	1. 班級導師 2. 國中志工	
醫務組	黃瓊慧 護理師	負責傷病醫護處理 請志工家長協助大門 7:50~9:20 量體溫	志工團*2	

【註】：頒獎組工作分配

時間	內容	頒獎項目	整隊者	遞獎狀者	整理獎狀者	備註
9:40~9:55	會前賽頒獎	1. 三~六年級樂樂棒球擲遠 2. 五、六年級立定跳遠 3. 五、六年級 800m 個人賽	曉雯 3 位 志工家長	603 陳貝蓉 605 蘇楨詒 605 楊于霆 605 黃宗儀	姿婷 綺君 萌珊	受獎者 集合場地 →東側平台 頒獎地點 →司令台 學生上台 開路→鎮銓
		受獎者整隊時，分為 4 組，1 人負責 1 組 1. 三、四年級樂樂棒球擲遠(男女) 1 組，共分成 4 排面 2. 五、六年級樂樂棒球擲遠(男女) 1 組，共分成 4 排面 3. 五、六年級立定跳遠(男女) 1 組，共分成 4 排面 4. 五、六年級 800m 個人賽(男女) 1 組，共分成 4 排面 頒完一排面，馬上與校長合照，照完即可回班上，換下一排面頒獎				
11:45~11:55	頒獎	1. 一、二年級趣味競賽 2. 四~六年級 60m 個人賽 3. 四~六年級 200m 個人賽	亭誼 婉珊 峯文 宛儀 淇因 巧玲	603 陳貝蓉 605 蘇楨詒 605 楊于霆 605 黃宗儀	玫逸 萌珊	受獎者 集合場地 →東側平台 頒獎地點 →司令台 學生上台 開路→鎮銓
		受獎者整隊時，分為 5 組，1 人負責 1 組 1. 一年級趣味競賽 1 組，為 1 排面 2. 二年級趣味競賽 1 組，為 1 排面 3. 三年級 60m(男女) 1 組，共分成 2 排面 4. 四年級 60m、200m (男女) 1 組，共分成 4 排面 5. 五年級 60m、200m (男女) 1 組，共分成 4 排面 6. 六年級 60m、200m (男女) 1 組，共分成 4 排面 頒完一排面，馬上與校長合照，照完即可回班上，換下一排面頒獎				
15:20~15:40	閉幕典禮	1. 三~六年級趣味競賽 2. 三~六年級大隊接力 3. 三~六年級田徑總錦標	品儀 婉珊 巧玲 淇因	6 位 國中志工	玫逸 萌珊	受獎者 集合場地 →升旗台
		受獎者整隊時，分為 4 組，1 人負責 1 組， <u>先整隊趣味競賽，待趣味競賽頒獎時，再整隊大隊接力</u> 1. 三年級趣味競賽 1 組，為 1 排面 2. 四年級趣味競賽 1 組，為 1 排面 3. 五年級趣味競賽 1 組，為 1 排面 4. 六年級趣味競賽 1 組，為 1 排面 5. 三年級大隊接力 1 組，為 1 排面 6. 四年級大隊接力 1 組，為 1 排面 7. 五年級大隊接力 1 組，為 1 排面 8. 六年級大隊接力 1 組，為 1 排面 9. 田徑總錦標則現場聽到唱名後，再出列 頒完一排面，馬上與校長合照，照完即可回班上，換下一排面頒獎				

附件四 臺南市東區裕文國民小學 110 學年度學校暨社區聯合運動大會裁判工作分配表

時間		09:55 10:05	10:10-10:25		10:25 10:45	10:45-11:05		11:05 11:45	13:30-13:45		13:45-14:00		13:50 15:20
活動 姓名	司儀 播音報 告員	親子 趣味 競賽	二年級 40 M 賽跑	一年級 趣味 競賽	中高中 級 60M 決賽	一年級 40 M 賽跑	二年級 趣味 競賽	四五六 200M 決賽	三年級 趣味 競賽	四年級 趣味 競賽	五年級 趣味 競賽	六年級 趣味 競賽	大隊 接力
陳孟訓		主持	主持			主持			主持				
吳博仁	司儀												
梁雅貞	播音		◎			◎						◎	
羅文芳		A 器材確認					◎			◎	◎		邊裁
李昭蓉	攝影	活 動 拍 照											
蘇春燕				主持	主持			主持			主持		主持
翁姿婷			器材		發令	器材		發令					發令
劉鎮銓		A 組報到			檢錄			檢錄					檢錄
李致遠		器材		器材			器材	頒獎	器材	器材	器材	器材	頒獎
胡曉雯	頒獎	B 器材確認	書寫獎狀 & 處理午餐							◎		◎	檢錄
黃瓊慧		獎品發放						志工 午餐					
葉怡安		招 待 貴 賓 相 關 事 宜											
葉玲雅	司儀												
杜品儀		處 理 閱 關 相 關 事 宜							◎		◎		頒獎 整隊
藍婉嫻				◎			◎	頒獎 整隊	◎				
王峯文				◎				頒獎 整隊	◎		◎		
林宛儀				◎				頒獎 整隊	◎		◎		頒獎 整隊
林士郁							主持			主持		主持	
曾煜然			◎				◎			◎		◎	接裁
蕭詠瀚		B 組報到						邊裁		◎		◎	接裁
何善明		B 組報到				◎				◎		◎	檢錄
夏綺君		A 組報到			終裁 紀錄			終裁 紀錄					邊裁
蔡淇因		A 組報到					◎	頒獎 整隊	◎				頒獎 整隊
李佳緻				◎	終攝			終攝				◎	終攝
賴麗宜				◎		◎			◎		◎		終裁
盧葦庭					計時			計時					接裁 計時
謝伯鑫					計時			計時					接裁 計時
蔡巧玲				◎			◎	頒獎 整隊		◎			頒獎 整隊
黃士恒		A 組報到	◎					檢錄		◎			接裁
李萌珊	頒獎							頒獎	書寫獎狀				頒獎
宋亭誼		B 組報到						頒獎 整隊	◎		◎		接裁
陳淑玲		B 組報到			檢錄		◎						算積分

頒獎時段:09:35-09:45，11:45-11:55，15:20-15:40

附件五：

田徑總錦標計分表

◎三年級

項目 班級	60M 個人賽 男 女		樂樂棒球擲遠 男 女		班際大隊接力	總分	總錦標名次	備註
301								
302								
303								
304								
305								
306								

◎四年級

項目 班級	60M 個人賽 男 女		200M 個人賽 男 女		樂樂棒球擲遠 男 女		班際大隊 接力	總分	總錦標名次	備註
401										
402										
403										
404										
405										
406										
407										

◎五年級

項 目 班級	60M 個人賽 男 女		200M 個人賽 男 女		800m 計時賽 男 女		立定跳遠 男 女		樂樂棒球擲遠 男 女		班際大隊 接力	總分	總錦標 名次	備註
501														
502														
503														
504														
505														
506														

◎六年級

項 目 班級	60M 個人賽 男 女		200M 個人賽 男 女		800m 計時賽 男 女		立定跳遠 男 女		樂樂棒球擲遠 男 女		班際大隊 接力	總分	總錦標 名次	備註
601														
602														
603														
604														
605														
606														

【備註】個人項目錄取六名，依 7、5、4、3、2、1 計分，大隊接力賽加倍計分，合計各單項總分決定田徑總錦標名次：冠、亞、季軍。

附件六：體育競賽要點

臺南市東區裕文國民小學 110 學年度學校暨社區聯合運動大會 體育競賽要點

壹、徑賽

一、低年級 40m 分組賽跑

(一)各班級依據學生性別分組，每組 5-6 人進行分組決賽。

(二)依各年級各組錄取前三名，當場頒給獎品兌換券，回班級向導師兌換獎品乙份。

二、三～六年級 60m 個人賽

各年級分為男女兩組，每班各組報 2 名參加會前賽，各年級各組取 6 名進行決賽。

三、四～六年級 200m 個人賽

各年級分為男女兩組，每班男女各派 2 名選手進行會前賽，各年級各組取 6 名進行決賽。

四、三～六年級班際大隊接力賽

三～六年級每班一隊報名，男、女混合，每隊 20 人(10 男+10 女)，第二棒次後得開始搶跑道，每一項犯規情形，各加總成績五秒鐘，得獎隊伍頒發獎品。

五、五、六年級男女 800M 計時賽

(一)各年級分為男女兩組，每班男女各派 2 名選手進行會前賽

(二)依會前賽最佳成績前六名決定名次，成績列總錦標計分。

※比賽前 10 分鐘檢錄，檢錄時間內唱名不到以棄權論。

貳、田賽

一、五～六年級立定跳遠

(一)各年級分為男女兩組，每班報名男 2 人、女 2 人參加會前賽，每人有兩跳機會。

(二)依會前賽最佳成績前六名決定名次，成績列總錦標計分。

二、三～六年級樂樂棒球擲遠

(一)各年級分為男女兩組，每班報名男 2 人、女 2 人參加會前賽，每人有三擲機會。

(二)依會前賽最佳成績前六名決定名次，成績列總錦標計分。

參、趣味競賽

一、親子趣味競賽

運動會前進行報名，視報名人數進行分組，於 12/11 當日進行比賽。

三、各年級趣味競賽

各年級依競賽內容自訂競賽規則，學生全員參加為原則，於 12/11 當日進行比賽。。

◎對於各項競賽結果如有疑義，請於該項比賽完畢後 1 小時內由導師代表向體衛組提出，逾期不予受理，並不得當場質詢裁判。

		項目	年級	比賽獎勵辦法
徑賽	一	40M 分組賽跑	1-2 年級全班分組競賽	12/11 分組競賽，各組取前 3 名給獎品
	二	60M 個人賽	3-6 年級每班男女各 2 名報名	會前賽各組取 6 名，12/11 決賽，決賽各組前 3 名發給獎狀及獎牌，四五六名發獎狀。
	三	200M 個人賽	4-6 年級每班男女各 2 名報名	會前賽各組取 6 名，12/11 決賽，決賽各組前 3 名發給獎狀及獎牌，四五六名發獎狀。
	四	800M 計時賽	5-6 年級每班男女各 2 名報名	會前賽，各組取 6 名，各組前 3 名發給獎狀及獎牌，四五六名發獎狀。
	五	大隊接力	3-6 年級每班 10 男 10 女	12/11 決賽，各年段一律採計時賽。
田賽	六	立定跳遠個人賽	5-6 年級每班男女各 2 名報名	會前賽，各組取 6 名，各組前 3 名發給獎狀及獎牌，四五六名發獎狀。
	七	樂樂棒球擲遠個人賽	3-6 年級每班男女各 2 名報名	會前賽，各組取 6 名，各組前 3 名發給獎狀及獎牌，四五六名發獎狀。

《運動會各項競賽會前賽 賽程表》

◎組別、道次由體衛組隨機編列，紙本通知級任老師，請老師事先告知班上選手組別與道次，比賽前 10 分鐘檢錄，檢錄時間內唱名不到以棄權論。

◎田賽和徑賽每一位選手最多參加 2 項(接力不在此限)。

◎選手一律穿著運動鞋，不可赤腳、穿釘鞋，起跑姿勢不限制。

◎因參賽選手眾多，比賽時間若使用到第一節上課時間，請各位老師見諒！

◎第一節體育課班級請先至非比賽區域進行暖身操，以免影響比賽成績。

◎進入決賽名單會轉知各位老師並公布於學務處外走廊。

◎11/8(一)~11/25(四)上午體育團隊練習暫停；若需集訓以下午課後及分組活動時間為主。

◎會前賽裁判：春燕、姿婷、葦庭、伯鑫、曉雯、鎮銓

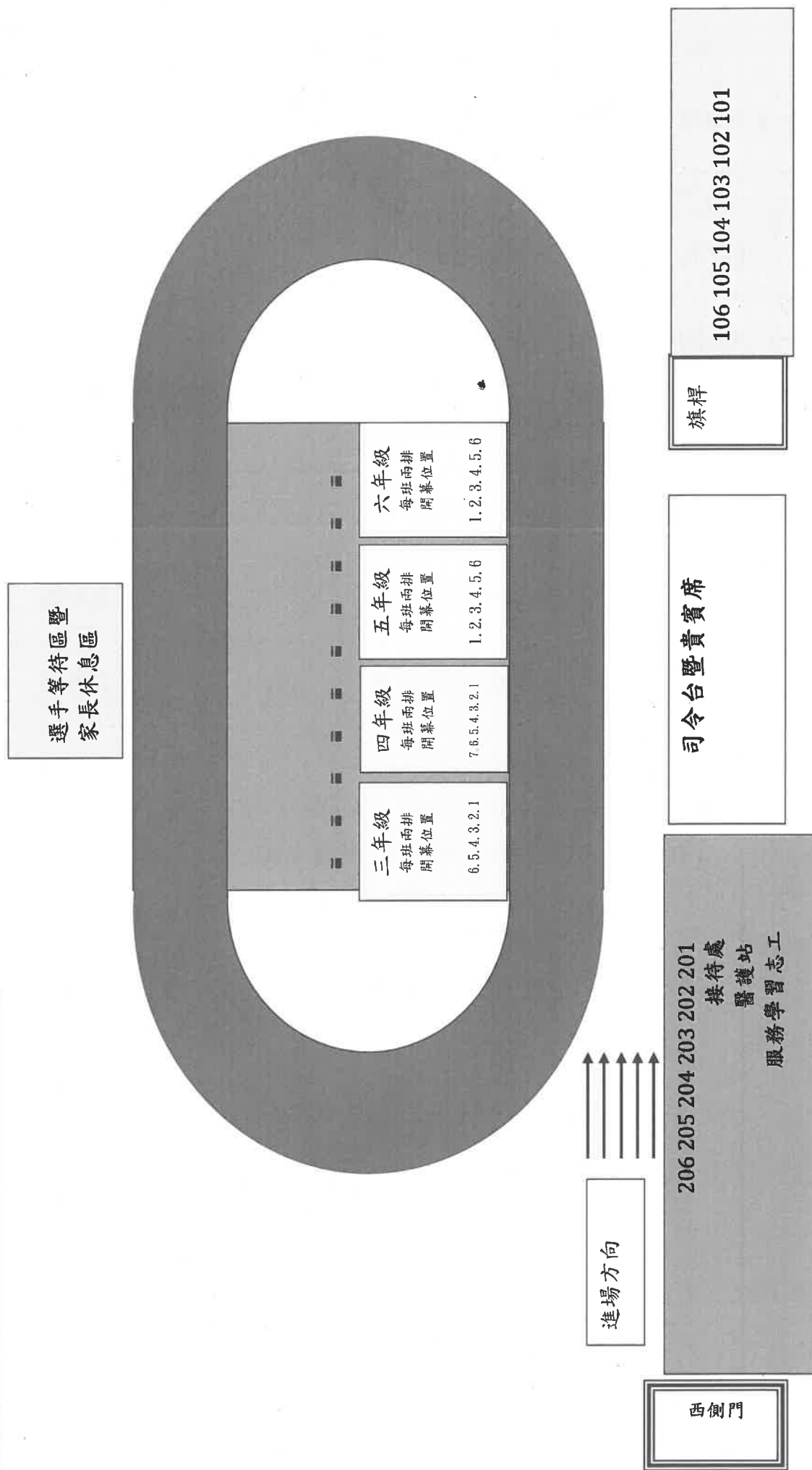
◎檢錄場務組：姿婷

※上午比賽 7:50 集合暖身、檢錄，8:00 開始比賽，唱名三次不到即棄權。

序號	日期	比賽項目	人次/組別	晉級標準
1	11/8 (一)	三年級男、女生樂樂棒球擲遠決賽	24 人	會前賽決定名次，每人三擲機會，男女各取前 6 名。
2	11/9 (二)	四年級男、女生樂樂棒球擲遠決賽	28 人	會前賽決定名次，每人三擲機會，男女各取前 6 名。
3	11/10 (三)	五年級男、女生樂樂棒球擲遠決賽	24 人	會前賽決定名次，每人三擲機會，男女各取前 6 名。
4	11/11 (四)	六年級男、女生樂樂棒球擲遠決賽	24 人	會前賽決定名次，每人三擲機會，男女各取前 6 名。
5	11/12 (五)	五年級男、女生立定跳遠決賽	24 人	會前賽決定名次，每人兩跳機會，男女各取前 6 名。
6		六年級男、女生立定跳遠決賽	24 人	會前賽決定名次，每人兩跳機會，男女各取前 6 名。
7	11/15 (一)	五年級男、女生 800M 計時決賽	24 人/2 組	會前賽決定名次，男女各組取前 6 名。
8		六年級男、女生 800M 計時決賽	24 人/2 組	會前賽決定名次，男女各組取前 6 名。
11	11/22 (一)	三年級男、女生 60M 會前賽	24 人/6 組	採計時賽，會前賽各年級男女生組各取 6 名，12/11 決賽。
		四年級男、女生 60M 會前賽	28 人/6 組	
12	11/23 (二)	五年級男、女生 60M 會前賽	24 人/6 組	採計時賽，會前賽各年級男女生組各取 6 名，12/11 決賽。
		六年級男、女生 60M 會前賽	24 人/6 組	
13	11/24 (三)	四年級男、女生 200M 會前賽	28 人/6 組	採計時賽，會前賽各年級男女生組各取 6 名，12/11 決賽。
		五年級男生 200M 會前賽	12 人/3 組	
14	11/25 (四)	六年級男、女生 200M 會前賽	24 人/6 組	採計時賽，會前賽各年級男女生組各取 6 名，12/11 決賽。
		五年級女生 200M 會前賽	12 人/3 組	

12/2-12/3 為雨備日期

附件八 臺南市東區裕文國小進場位置圖



附件九：

臺南市東區裕文國民小學 110 學年度學校暨社區聯合運動大會兩備程序表

項次	時間	節目	年級	地點
1	08:30-09:00	一年級趣味競賽	1 年級	夢想館
2	09:00-09:30	二年級趣味競賽	2 年級	夢想館
3	09:30-10:00	三年級趣味競賽	3 年級	夢想館
4	10:00-10:30	四年級趣味競賽	4 年級	夢想館
5	10:30-11:00	五年級趣味競賽	5 年級	夢想館
6	11:00-11:30	六年級趣味競賽	6 年級	夢想館
7	11:30-11:40	會前賽頒獎		夢想館
8	12:00	12:00 全校放學 導護支援	全校	
9	12:40-13:30	運動會檢討會	全校老師	會議室

臺南市裕文國民小學110學年度校慶運動會經費概算

競賽給獎

項目	給獎標準	獎牌(品)數量	單價	小計
60M個人賽	G3~6男女前三名	24	45	1080
200M個人賽	G4~6男女前三名	18	45	810
800M個人賽	G5~6男女前三名	12	45	540
樂樂棒球擲遠	G3~6男女前三名	24	45	1080
立定跳遠	G5~6男女前三名	12	45	540
田徑總錦標錦旗	G3~6前三名	14	160	2240
低年級大家跑 (每班6組)	1-3名獎品	216	20	4320
低年級大家跑 (每班6組)	參加獎	144	10	1440
班際大隊接力	G3~6各年級前三名餅乾*2 其餘名次餅乾*1	1110	10	11100
班級趣味競賽	G1~6各年級前三名餅乾*2 其餘名次餅乾*1	1650	10	16500
親子趣味競賽	參賽每組一份紀念品	200	0	0
破紀錄獎	破往年紀錄每人500元	15	500	7500
				47150
雜項類				
學年補助	每班300元(進場成果展)	37	300	11100
短代鐘點		1	320	320
競賽器材	場地貼布、趣味競賽器材 文具、包裝紙等	1	3000	3000
國旗、校旗貼條		98	50	4900
校旗		1	600	600
大會旗		1	2000	2000
夢想館掛旗		2	1350	2700
闖關獎品		1	2000	2000
舞蹈表演衣服		1	5000	5000
影印費	程序表、大圖輸出、 通知單	1	2000	2000

盆花				
場地布置 (氣球)		1	4000	4000
音響		1	10000	10000
帳篷	班級帳篷:12個 招待組+醫護組+服務志工 組:3個 選手休息區:1個 家長休息區:2個	18	600	10800
伴手禮	麵包	60	60	3600
工作人員便當	約70份(含小志工48人) (嘉藥設關人員18人)	70	80	5600
運動會茶水		5	450	2250
壽司餐盒		70	70	4900
運動會會前賽 裁判茶水費		1	1000	1000
				75770
總計				122920

設關分配

穿堂:嘉藥6關+兌換獎品

大門:嘉藥2關

穿堂1面可擺4張長桌，但1面穿堂可設3關

1個關卡→1張長桌+2張椅子



臺南市東區裕文國小 110 年度健康促進成果

7-3 學校連結衛生單位、社區、民間團體或大專院校辦理學校健康促進活動

♥活動名稱: 嘉南藥理保健學院保健營養系於運動會到校辦理健促議題闖關活動





臺南市東區裕文國小 110 年度健康促進成果

7-3 學校連結衛生單位、社區、民間團體或大專院校辦理學校健康促進活動

❤活動名稱: 嘉南藥理保健學院保健營養系於運動會到校辦理健促議題闖關活動

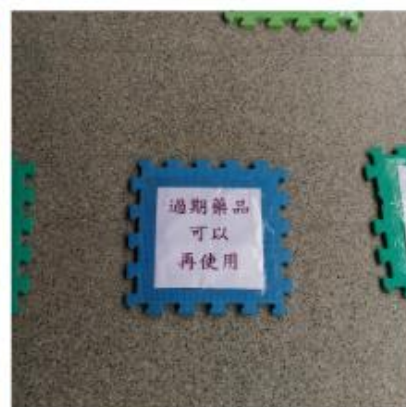


臺南市東區裕文國小 105 年度健康促進成果



7-3 學校連結衛生單位、社區、民間團體或大專院校辦理學校健康促進活動

♥活動名稱: 嘉南藥理保健學院保健營養系於運動會到校辦理健促議題闖關活動



台南市東區裕文國小健康促進相關增能活動

活動名稱	視力保健、健康體位、校園安全、菸害防制、腸病毒增能研習			
活動日期	參加對象	學生	參加業者	教職員工
110年9月9日	參加人數	四年級學生 (170人)	0	8
簡述活動內容	1. 由生教組長宣導校園安全的重要。 2. 由東區衛生所宣導並說明學童視力保健的重要。 3. 由東區衛生所宣導並說明學童健康體位的重要。 2. 由東區衛生所宣導並說明學童菸害防制的重要。 3. 由東區衛生所宣導腸病毒預防的重要。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



校園安全---生教組長



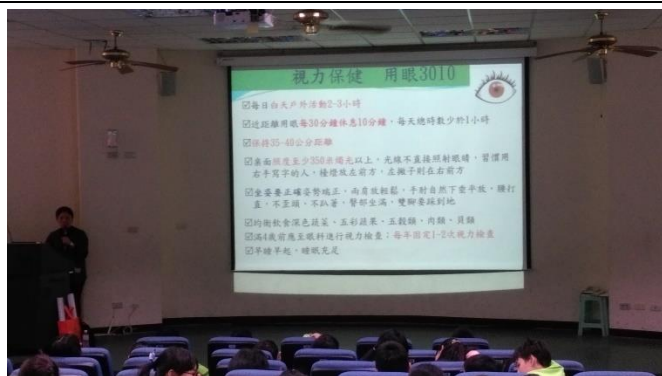
校園安全---生教組長



菸害防制---衛生所



菸害防制---衛生所



視力保健增能---衛生所



視力保健增能---衛生所



健康體位增能---衛生所

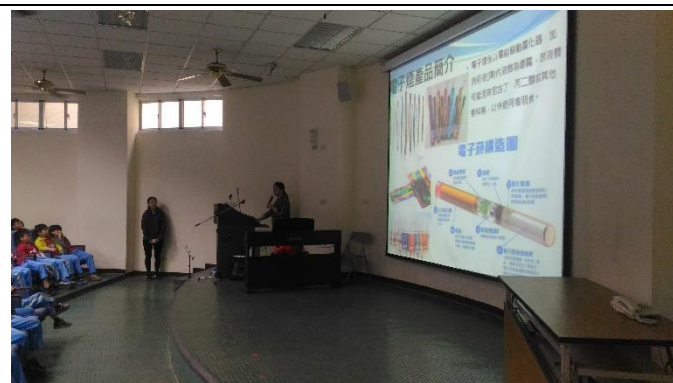


健康體位增能---衛生所



腸病毒宣導---衛生所

有獎徵答---衛生所



電子菸介紹---衛生所

拒檳宣導---衛生所



口腔保健宣導---衛生所

反毒宣導---衛生所



腸病毒宣導---衛生所



登革熱宣導---衛生所

裕文國小 110 學年度牙醫師蒞校指導



李耀智醫師入班宣導(台南市牙醫師公會監事)



李耀智醫師入班宣導(台南市牙醫師公會監事)



李耀智醫師入班宣導(台南市牙醫師公會監事)



李耀智醫師入班宣導(台南市牙醫師公會監事)



李耀智醫師入班宣導(台南市牙醫師公會監事)



李耀智醫師入班宣導(台南市牙醫師公會監事)