

桃園市立楊梅國中 105 學年度體育日亮點活動計畫

壹、依據：

- 一、桃園市 105 年度體育日亮點推廣活動計畫辦理。
- 二、桃園市政府 105 年 8 月 22 日桃教體字第 1050063839 號函辦理。

貳、目的：

- 一、促進學生身心健康，增進運動持續力，養成規律運動習慣，進而提昇學習精神，更達到每週累積運動 150 分鐘之目標。
- 二、於朝會、課間、放學後時間增加身體活動，帶給學生活力、健康與智慧，除可兼顧健康體位亦可提昇學生學習效率。
- 三、配合國民體育日體育推廣活動，推廣本市亮點項目—跳繩，期以簡單的一條跳繩，帶起學生運動的興趣，進而養成運動的好習慣。

參、活動方式：

- 一、七年級：九月九日當天朝會時間一同進行跳繩運動，請導師於活動進行時協助拍攝照片及影片，並於當日放學前將電子檔繳交至體育組。
- 二、八、九年級：利用九月九日課間時間，以班為單位進行跳繩運動，請導師於活動進行時協助拍攝照片及影片，並於當日放學前將電子檔繳交至體育組。

肆、主辦單位：學務處體育組。

伍、協辦單位：七、八、九年級各班導師。

陸、實施對象：全校學生(以班為單位)。

柒、實施日期：105 年 9 月 9 日(五)。

捌、獎勵方式：完成跳繩活動並繳交照片、影片電子檔之班級，使可獲得獎勵品。

七年級：每班可領取飲料兩箱、籃球 1 顆。

八、九年級：每班可領取飲料兩箱、排球 2 顆。

玖、本計畫呈請校長核定後實施，修正時亦同。