

5-1-1 自主管理及獎勵辦法

臺南市崇和國小 111 學年度課間活動實施計畫

一、依據：

1. 本校校務發展計畫辦理。

二、目的：

1. 透過本計畫提升學生體適能
2. 推動本校學生積極參與運動，使學校充滿朝氣與活力，提昇學生體適能。

三、承辦單位：教導處

四、參加對象：全校學生

五、實施時間

- 1、每週一、三、五 上午 10：10 至 10：30
- 2、開學準備週及評量週暫停實施
- 3、若遇天氣炎熱、下雨、場地不堪使用或空氣品質不佳時，由教導處人員視狀況停止活動

六、實施項目與地點

活動項目	星期一 10：10~ 10：30	活動地點	星期二 10：10~ 10：30	星期三 10：10~ 10：30	星期四 10：10~ 10：30	星期五 10：10~ 10：30
幼稚班	感統 運動	幼兒園遊樂區	自由活動	健康操	自由活動	跑步
一年級	跳繩	操場	自由活動	健康操	自由活動	跑步
二年級	跳繩	操場	自由活動	健康操	自由活動	跑步
三年級	跳繩	操場	自由活動	健康操	自由活動	跑步
四年級	跳繩	操場	自由活動	健康操	自由活動	跑步
五年級	跳繩	操場	自由活動	健康操	自由活動	跑步
六年級	跳繩	操場	自由活動	健康操	自由活動	跑步

七、實施方式

- 1、每週一、三、五 上午 10：10 至 10：30 各班學生聽由導護老師廣播帶至活動地點，進行體適能課間活動。
- 2、各班導師若有空可到場協助指導，並留意學生身體狀況，病號同學可免活動。
- 3、課間活動相關器材由學生自備。

八、附則：

- 1、假日期間，由導師宣導、家長督促，使學生持續運動，每日 30 分鐘以上為原則。
- 2、本辦法經校務會議通過，呈校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：曾玉玲

教導主任：蔡博宇

校長：陳彥良

崇和國小體適能實施計畫(跑步)

壹:依據

- 一、教育部新課程標準。
- 二、教育部提昇國民體適能 333 計畫。

貳:目標

- 一、培養學童良好的體能，增進運動持續能力，促進身心均衡發展。
- 二、啟發學童運動興趣，體驗運動樂趣與效益，建立規律運動習慣。
- 三、培養運動道德，促進和諧人際關係，發展良好社會行為。

參:具體措施:

1、 實施方式：

1. 學校分發跑步認證卡(老師、同學皆可認證)。
2. 認證方式：蓋章或簽姓即可。
3. 期末進行統計，每跑 3 圈榮譽存摺可獲得 1 點。

二、實施時間：

1. 每節下課 10 分鐘，自行練習（中午吃飯完下課時間不實施）。
2. 每週五 10：10~10：30（課間活動），全校師生集體跑操場活動。
3. 其餘課餘時間。

※活動過程以安全為最高考量，若學生有不適情形，即應立刻停止活動。

肆:獎勵考核: 1. 30 圈以上者每人一份小獎品，30 圈以下者不發予獎品。

2. 於休業式公開抽獎，以資獎勵。

伍:經費來源:學校自籌

陸:本計劃經校長核定後實施，若有所修定時亦同。

學務組長:曾玉玲

教導主任:蔡博宇

校長:陳彥良

臺南市崇和國小跑步認證卡

班級： 甲

__號			__號			__號			__號			__號			__號		
1	22	42	1	22	42	1	22	42	1	22	42	1	22	42	1	22	42
2	23	43	2	23	43	2	23	43	2	23	43	2	23	43	2	23	43
3	24	44	3	24	44	3	24	44	3	24	44	3	24	44	3	24	44
4	25	45	4	25	45	4	25	45	4	25	45	4	25	45	4	25	45
5	26	46	5	26	46	5	26	46	5	26	46	5	26	46	5	26	46
6	27	47	6	27	47	6	27	47	6	27	47	6	27	47	6	27	47
7	28	48	7	28	48	7	28	48	7	28	48	7	28	48	7	28	48
8	29	49	8	29	49	8	29	49	8	29	49	8	29	49	8	29	49
9	30	50	9	30	50	9	30	50	9	30	50	9	30	50	9	30	50
10	兌	51	10	兌	51	10	兌	51	10	兌	51	10	兌	51	10	兌	51
11	31	52	11	31	52	11	31	52	11	31	52	11	31	52	11	31	52
12	32	53	12	32	53	12	32	53	12	32	53	12	32	53	12	32	53
13	33	54	13	33	54	13	33	54	13	33	54	13	33	54	13	33	54
14	34	55	14	34	55	14	34	55	14	34	55	14	34	55	14	34	55
15	35	56	15	35	56	15	35	56	15	35	56	15	35	56	15	35	56
16	36	57	16	36	57	16	36	57	16	36	57	16	36	57	16	36	57
17	37	58	17	37	58	17	37	58	17	37	58	17	37	58	17	37	58
18	38	59	18	38	59	18	38	59	18	38	59	18	38	59	18	38	59
19	39	60	19	39	60	19	39	60	19	39	60	19	39	60	19	39	60
20	40	兌	20	40	兌	20	40	兌	20	40	兌	20	40	兌	20	40	兌
21	41		21	41		21	41		21	41		21	41		21	41	

實施方式：

1. 學校分發跑步認證卡(老師、同學皆可認證)。
2. 期末進行統計，每跑3圈榮譽存摺可獲得1點。

臺南市關廟區崇和國民小學「榮譽存摺」獎勵制度實施計畫

- 1、 依據：校務發展計畫
 - 2、 實施目的：鼓勵學生積極參與校內外各項展演、競賽、檢測，藉由每一次活動的參與與探索，提昇自我概念的肯定，以期建立學生自尊自信的健全人格。
- 參、實施原則：
- 1、 正向激勵原則：藉由各項點數累計紀錄，激發同儕相互學習之效。
 - 2、 全面照顧原則：從各學習領域建立學生多能教育目標，鼓勵積極參與、良性競賽，建立真善美之學習型態。
 - 3、 內外兼顧原則：鼓勵學生積極參與校內外各項競賽與展演，展現教室外多元智能學習成果樣貌。
 - 4、 系統整合原則：依教學輔三合一資源整合系統概念，積極建立學生生活學習、教學活動表現紀錄，深化追求卓越、創新的自我實現歷程。
- 3、 實施範疇：結合教學與活動兩大表現區域，運用八大智慧的觀點，將獎勵制度分項分類，由語文、數學、社會、自然科技、藝術人文、體育健康與綜合分別激勵，並以培育學生能表達、能溝通、能探索、能合作、能創新等核心目標為正向激勵的準則。
- 伍、實施辦法：

一、計點項目

項目	內容	點數
服務績優	環保小志工	每週 10 點
	擔任班級幹部	每學期 15-20 點(導師認定)
	播音天使、國旗旗手	每學期 50 點
	學校表演活動支援小志工	每次 30 點
	擔任小校長、小老師、司儀	每次 5 點
	擔任崇和自治小市長	每學期 100 點
學習績優	模範生	30 點
	寒暑假作業優良	5 點
	期末品學兼優、五育獎(成績優良)、進步獎	品學兼優 50 點五育獎 20 點 進步獎 20 點
	閱讀績優(確實完成閱讀學習單)	完成一張學習單 2 點
	成語詩歌背誦獲得獎狀	25 點
	課後照顧班表現優良	斟酌給獎，每週以不超過 10 點為限
	學習歷程進步	
	學習扶助課堂表現及進步情形	
校外文章投稿見報	50 點	
學藝績優	校外展演	參加即得 10 點

衛生保健	才藝展演	得獎另計，計點方法如下表二
	配合學校活動表演	
	校內外各項學藝及體育競賽	
	每天午休前潔牙	連續一週皆有潔牙 2 點
	利用下課或課間活動時間跑步(可與跑步認證卡同步進行)	每跑 3 圈操場 1 點
	均衡飲食-飯菜吃光光	連續一週都沒有剩下任何廚餘 2 點
其它	行政業務推動表揚表現優良學生(業務承辦人須擬定計畫並經校長核定)	依核定計畫

2、計點方法表

區域別	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名以後	特優	優選	佳作	入選
校內	50	40	30	20	10	0	50	40	30	20
區級	70	60	50	40	30	20	70	60	50	40
市級	90	80	70	60	50	40	90	80	70	60
全國性	150	120	100	80	60	50	150	120	100	80
國際性	600	500	400	300	200	100	600	500	400	300

3、其他

- (1) 請各行政業務單位依權責自行核定(簽名、蓋章)於學生之榮譽存摺上。
- (2) 上述計點項目須為政府公家機關所舉辦，私人單位所頒之獎狀不予採計。(認定方式同才藝市長獎標準)團體或班級競賽，有列出得獎者姓名者比照個人計點減半給點數。
- (3) 每一個集點紀錄在榮譽存摺上，點數累計有效期限為在校 6 年，每學期期末(12 月、6 月)申請兌換獎品，期末公開頒獎表揚。轉出學生得於辦理轉學手續前至學務組結清點數、兌換獎品。
- (4) 同一計點項目參加不同區域獲獎，不得重複計點，取最高計點方法採計。給獎方式如採第一名、第二名、第三名、佳作者，其佳作計點等同上表第四名給予點數。
- (5) 榮譽存摺請妥善保管，遺失恕不補發。**所有榮譽點數皆需有學生姓名，沒有學生姓名則該點數不予採計。**
- (六) 六年級榮譽存摺點數結算至**該年 5 月 31 日截止**，之後點數不再累計。

陸、獎品內容：

柒、獎勵所需經費由學校家長會預算支應，不足部分由本校自籌。

捌、本計畫經由行政會議討論決議，經校長同意後實施，修正時亦同。

獎品 (皆為暫定)	腳踏車 (每人最多兌換一輛)	運動蛇板	隨身硬碟 (1TB)	圖書禮卷 (1500)	多層次透氣背包	羽毛球拍	行動電源	USB圓形無葉電扇	奶油獅 60色彩色筆
點數 (皆為暫定)	2500	1900	1800	1700	1600	1500	1400	1300	1200
獎品 (皆為暫定)	16G USB	籃球	水彩提袋組	益智迷宮球	卡通圖案筆袋	冰淇淋疊疊樂	可愛筆盒	主題樂高系列	益智拼圖
點數 (皆為暫定)	1100	1000	900	800	700	600	500	400	300
備註	上列獎品內容僅供參考，點數兌換時，若上列獎品缺貨或無法購買時，將改兌等值獎品。								