

# 一、六十周年運動會暨大竹社區親子健走

## 計劃書：

### 臺南市白河區大竹國民小學 60 週年校慶運動會系列活動實施計畫

壹、依據：本校 112 學年度校務發展實施計畫。

貳、目標：

1. 提倡動靜態親子休閒活動，鼓勵師生、家長養成規律運動習慣，提升日常生活品質。
2. 鍛鍊學生體能，促進身心健康，培養團隊合作精神。
3. 增加學校與社區互動交流，凝聚社區、家長、校友及師生的團結與向心力，共創親師生三贏局面。
4. 透過多元活動與展演，激發教師創新教學與學生活潑生動的學習精神。
5. 慶祝學校 60 週年校慶，發揚薪火相傳，承先啟後的教育任務，展現教育樹人的成果。

參、指導單位：臺南市政府教育局

肆、主辦單位：大竹國小

伍、協辦單位：

大竹國小家長會、大竹里辦公室、大竹社區發展協會、六順宮、觀音廟、女媧宮、大竹校友

陸、實施時間：

一、60 週年 Logo 徵稿設計+T 恤製作 113.03.22 (星期五) 前完成。

二、圍牆彩繪畫 60/113.01 起跑

三、60 週年校慶歌場比賽 113.03.27 (星期三) 下午 7 時至下午 9 時。

四、60 週年親子健走+聖火傳承 113.03.28 (星期四) 上午 8 時至 10 時。

五、音樂會+花燈意象點燈啟動 113.03.29 (星期五) 下午 7 時至 8 時。

六、運動會預演 113.03.27 (星期三) 上午 8 時

113.03.29 (星期五) 上午 8 時

七、運動會開麥拉 113.03.30 (星期六) 上午 8 時至下午 3 時。

八、闖關體驗活動 113.03.30 (星期六) 上午 10 時 30 分至 11 時 30 分。

柒、實施對象：

本校全體學生、教職員工、校友、社區里民及家長。

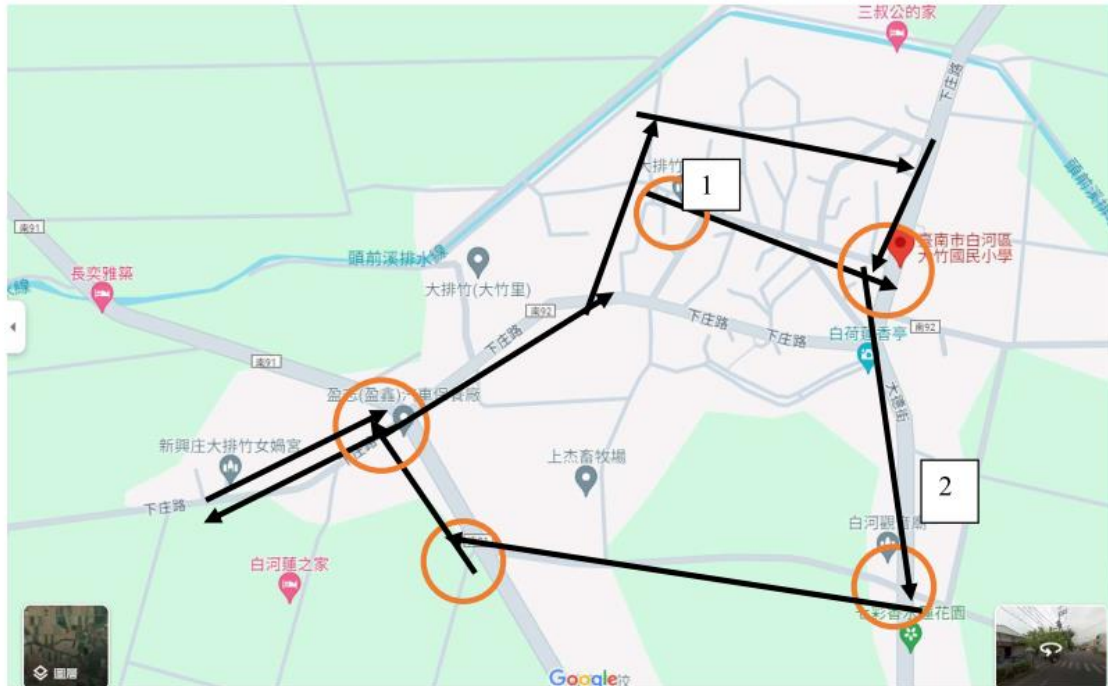
捌、實施地點：本校操場、社區

玖、活動內容：(詳如附件三)

拾、活動程序

日期	時間	活動名稱	場地	主持/負責人
113.6.30		60 週年校刊發行		
113.3.27	19:00-21:00	60 週年歌唱比賽	大竹國小前庭廣場	
113.3.28	08:00-10:00	傳遞聖火暨社區親子健走	六順宮 觀音廟 女媧宮 土地公廟	

#### 附件(四): 60週年親子社區健走+聖火傳承



1. 舉辦日期或時間: 113. 3. 28, 上午 8:00-10:00

2. 活動辦法或流程:

(穿著運動會校服上衣)

7:50 出發(健走隊伍幼兒園-1年級-2年級-3年級-4年級-5年級-6年級)

8:00-8:10 六順宮祭拜+表演(十鼓隊+三年級律動)

8:10-8:20 前往觀音廟

(聖火第一組: 校長+六年級模範生+會長+里長+理事長)

8:20-8:40 觀音廟祭拜+小憩

8:40-9:00 前往女媧宮

(聖火第二組: 徐偉淞副主委+五年級模範生+郭銘如班長+曾昭旺總幹事+陳姿帆)

(聖火第一組: 校長+六年級模範生+會長+里長+理事長)

9:00-9:10 女媧宮祭拜+小憩

(聖火第二組: 徐偉淞副主委+五年級模範生+郭銘如班長+曾昭旺總幹事+陳姿帆)

9:10-9:20 前往土地公廟

9:20-9:30 土地公廟祭拜+小憩

(聖火第一組:校長+六年級模範生+會長+里長+理事長)

(聖火第二組:徐偉淞副主委+五年級模範生+郭銘如班長+曾昭旺總幹事+陳姿帆)

9:30-10:00 回到大竹國小

3. 參與對象:大竹親師生+社區民眾

4. 實施地點:六順宮-觀音廟-女媧宮-土地公廟-大竹國小

5. 工作分配:

項次	項目	負責人員	完成日期	經費
1	領隊人員	校長+社區人士		
2	帶隊教師	各班導師		
3	路口管理	志工+行政人力		理事長支援
4	拍照人員	卿妤+柏妤		
5	補給車	家偉爸		
6	前導車	理事長		理事長贊助
7	各據點茶水	主委+委員		
8	盆花	巧芬		600
9	四果	校長		1000
10	紙錢	六順宮		
11	手套*10 雙			
12	聖火*5 支			校長向林鳳國小借用

## 臺南市白河區大竹國民小學健康促進成果照片

凡 走 過 必 留 下 痕 跡



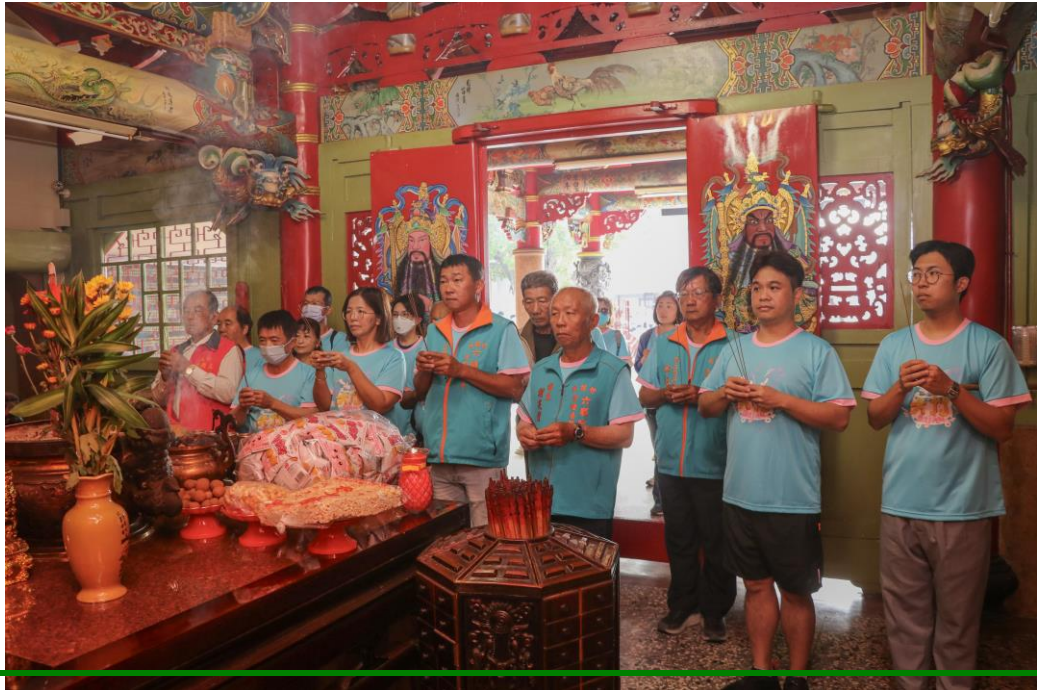
**照片說明：**與里長及社區居民一起召開大竹社區健走籌備會



**照片說明：**市長夫人為大竹國小社區健走活動致詞

我  
們  
的  
用  
心  
您  
看  
得  
見





照片說明：為健走順利祈福



照片說明：大竹社區健走-為大家的健康把關。

我們的用心您看得見

## 二、 社區控窯-食農教育-認識白河當地特色農產品 臺南市白河區大竹國民小學健康促進成果照片

凡 走 過 必 留 下 痕 跡



照片說明：蓮藕的製作過程



照片說明：自己採收蓮藕

我  
們  
的  
用  
心  
您  
看  
得  
見





照片說明：控窯前教育課程



照片說明：控窯親子同樂





### 三、 母親節感恩活動-正向心理

## 臺南市白河區大竹國民小學健康促進成果照片

凡 走 過 必 留 下 痕 跡

臺南市白河區大竹國民小學 113 年度親職教育

寵愛媽咪，就是愛「獻」計畫

一、依據：教育部 113 年 1 月 3 日臺教社(二)字第 1132400017 號函。

二、目的

(一)透過母親節活動，邀請全家人一起參與，讓媽媽透過日常生活一些簡易紓壓方式，如芳香療法或其他紓壓方式放鬆自己，日後也能運用精油按摩拉近親子距離。

(二)孩子與其他家人於另一教室上課，傳遞家務分工概念，避免家事集中一人身上之負擔，「5 種愛之語」如何於日常落實及課程最後親子共作獻給媽咪愛的卡片。

(三)兩邊課程結束後全家會合，贈送卡片及康乃馨並擁抱媽媽，民眾將對家人的愛與關懷轉化為實際行動，透過 5 種愛之語化為具體行動直接體現，最後一起聚餐，共創美好回憶，營造健康成長的幸福家庭。

三、辦理單位

(一)指導單位：臺南市政府教育處

(二)主辦單位：臺南市白河區大竹國民小學

四、期程及場次：113 年 5 月 10 日(星期五)，每次 3 小時；每場開放 30 組家庭參與，人數計 70 人左右。

五、實施對象：本市國中、小親子家庭一起參與。

六、辦理地點：臺南市白河區大竹國民小學。

七、辦理資訊

時間	課程/活動單元名稱	課程/活動內容簡介	地點
09:00-09:10	開場	校長致詞歡迎大家	風雨球場

09:10-11:10	1、媽咪開心紓壓	1、媽咪開心紓壓(參與對象：媽咪們) (1)講師透過短講提醒默默付出的媽咪們，平時除了照顧家人外，也要記得好好愛自己，並引導照顧者抒發育兒心得、釋放壓力。 (2)調製紓壓精油，搭配簡易按摩手法，舒緩媽咪們平日緊繃情緒及放鬆身心，亦能學習如何藉由精油按摩促進家人親密關係。	視聽教室
	2、幸福，從日常開始	2、短講及DIY(參與對象：陪同家人及孩子) (1)短講 A、幸福，從日常開始：5種愛之語 B、教養子女是父母共同責任。 C、我是家中一份子—「家務分工、幸福多多」、超人媽媽也需要休息(服務的行動) D、創造生活儀式感、透過節日表達對家人的愛與感謝(精心的時刻)(2)驚喜活動：感恩卡片DIY (每個家庭獨立紙袋貼上名字標籤，將做好卡片放入紙袋收)	風雨球場
11:20-12:10	幸福，就從現在開始	3、幸福，就從現在開始(兩組成員會合) (1)、參與心得分享：愛要大聲說出來 (2)、愛的按摩(服務的行動) (3)、驚喜活動： A、家庭分組贈送卡片及康乃馨給媽媽並擁抱媽媽及表達感謝(肯定的言詞、愛的禮物、身體的接觸、精心的時刻) B、家人幸福聚餐時光	風雨球場

我們的用心您看得見

### 照片說明：母親節感恩活動計劃書

講師資訊 (請包含具有相關專業背景，以達親職教育之目的)	外聘講師 (教室 A)	姓名：廖耀煌 學歷： 現任：東山區青山國小退休校長
	外聘講師 (主場地、教室 B)	姓名：張麗美 學歷： 現任：慶奇兒童劇團演員
	助理講師	姓名：顏雲美 學歷：台東大學特殊教育研究所 現任：白河區大竹國小教學主任
	助理講師	姓名：潘怡婷 學歷：高雄餐旅大學旅館管理系 現任：白河區大竹國小教學組長

八、承辦人聯絡資訊

(一)姓名：賴富美、職稱：教導主任

(二)電話：6852508 分機 12、網電：170010

(三)mail:dalelie@djps.tn.edu.tw

九、預期成效

(一)透過短講活動，傳遞民眾共親職及家務分工等家庭教育觀念，並藉由感恩卡片活動，增進親子交流，提升家人關係。

(二)學習於日常生活中落實「5 種愛之語」，將對家人的愛轉化為具體行動，提升家人互動關係與家庭凝聚力，計 70 人次參與。

臺南市政府家庭教育中心補助或委辦經費概算表

申請機關：06555臺南白河區大竹國民小學						
計畫名稱：113年度親職教育-寵愛媽咪，就是愛「獻」計畫						
計畫日期：113年3月6日						
計畫經費總額：34,000元，申請金額：34,000元						
計畫經費明細						家庭教育中心核定(計畫單位自填)
用途別科目	單位	數量	單價	總筆數	說明	補助金額及說明
<b>2服務費用</b>						
				15,464		
24印刷製訂與廣告費	式	1	2,700	2,700	海報、DM、講義等資料	
28專業服務費	節	5	2,000	10,000	外聘講師鐘點費 (2位外聘講師 同時段20小時(場租不在 教室上2排課，最後1節1 位外聘講師)	
28專業服務費	節	5	500	2,500	內聘助理講師鐘點費 (同時段20小時助理講師 於不同教室全場服務， 最後1節1位內聘助理講師)	
28專業服務費	式	1	264	264	外聘講師繳納二代健保 保費免保費2.11%	
<b>3材料及其他費用</b>				18,536		
32周品消耗	份	70	120	8,400	活動材料(DIY實作卡 片、康乃馨等)及文具 用品等	
32周品消耗	人次	70	100	7,000	活動雜費	
32周品消耗	式	1	2,000	2,000	活動場地布置費	
32周品消耗	式	1	1,136	1,136	雜支	
合計				34,000		家庭教育中心核定補助 元
承辦單位		主辦會計		機關長官		家庭教育中心 承辦單位
賴富美 賴富美		潘怡婷 潘怡婷		張麗美 張麗美		會計審核
附：1. 此表各項說明及其科目歸屬請參照「地方教育發展基金開支科目名稱、編列及定義」表辦理並適當之二級開列。 2. 經費申請補助款由本局教育服務課及委辦經費核撥組負責核撥執行需妥當辦理。 3. 本局中心編列經費科目，請於開支前經本局核對，經核對無異後再行開支，單據不得遺失。 4. 經費之支出應註明及(印)附單據並註明執行要點辦理，執行如遇調整，屬於原項目增加量，金額由機關長官核定，辦理歸回本中心核對。 5. 經費最高以【(個人費用以外之經費支出10%)】為限。 6. 申請補助計畫，下列經費不予補助： (1)人事費。 (2)內購場地使用費。 (3)行政管理費、水電費、電話費、燃料費及設備維護等費用，但開辦會中心政策需要者，不在此限。						

### 照片說明：母親節感恩活動計劃書

我  
們  
的  
用  
心  
您  
看  
得  
見



照片說明：親職講座



照片說明：爸爸與我一起DIY



我  
們  
的  
用  
心  
您  
看  
得  
見



照片說明：全家一起完成最棒的作品



照片說明：活動圓滿結束。