

桃園市光華國民小學 107 學年度上學期課間活動實施規程

- 一、 本校為使全體學生每日獲得健身運動，培養學生愛好運動之習慣，特定本規程。
- 二、 時間定於每週一至五第二節下課後實施十五分鐘活動。(1015-1030)
- 三、 活動項目進度表如下：

週次 進度	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
2 (09.03~09.07)	籃球	原住民健康操	跳繩	接力賽	跳繩
3	羽毛球	原住民健康操	跳繩	跑步	跳繩
4	跳繩	原住民健康操	跳繩	呼拉圈	跳繩
5	跑步	原住民健康操	躲避球	籃球	躲避球
6	躲避球	原住民健康操	躲避球	躲避球	躲避球
7	踢足球	原住民健康操	躲避球	跳繩	躲避球
8	接力賽	原住民健康操	籃球	羽毛球	籃球
9	準備期中考	準備期中考	準備期中考	準備期中考	準備期中考
10	期中評量週	期中評量週	期中評量週	期中評量週	期中評量週
11	接力賽	原住民健康操	羽毛球	籃球	羽毛球
12	籃球	原住民健康操	羽毛球	籃球	羽毛球
13	躲避球	原住民健康操	羽毛球	跑步	羽毛球
14	跳繩	原住民健康操	跑步	躲避球	跑步
15	呼拉圈	原住民健康操	跑步	羽毛球	跑步
16	羽毛球	原住民健康操	跑步	足球	跑步
17	踢足球	原住民健康操	籃球	接力賽	籃球
18	接力賽	原住民健康操	籃球	跳繩	籃球
19	準備期末考	準備期末考	準備期末考	準備期末考	準備期末考
20	期末評量週	期末評量週	期末評量週	期末評量週	期末評量週
21	羽毛球	原住民健康操	籃球	接力賽	籃球

四、 全校學生一律參加，以團體活動方式進行。

五、 由自治區幹部集合並實施。

自治區幹部體育組：五甲聖傑、六甲聖崇、六甲令千

六、 如遇雨天、地濕或其他事故必須停止實施時，由輔導室宣佈。

七、 本規程經陳校長核准後施行，修正時亦同。

承辦人：

副組長 吳書樓

輔導主任：

代理 潘隆麟
輔導主任

校長：

光華國民小學
校長 李中正(化)

桃園市光華國民小學 107 學年度下學期課間活動實施規程

- 一、 本校為使全體學生每日獲得健身運動，培養學生愛好運動之習慣，特定本規程。
- 二、 時間定於每週一至五第二節下課後實施十五分鐘活動。(1005-1020)
- 三、 活動項目進度表如下：

週次 進度	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第 二 週 0218-0222	接力賽	原住民健康操	籃球	羽毛球	足球
第 三 週 0223/0225-0227	籃球	原住民健康操	籃球	接力賽	羽毛球
第 四 週 0304-0308	足球	原住民健康操	接力賽	躲避球	足球
第 五 週 0311-0315	躲避球	原住民健康操	籃球	足球	羽毛球
第 六 週 0318-0322	羽毛球	原住民健康操	接力賽	跳繩	躲避球
第 七 週 0325-0329	籃球	原住民健康操	躲避球	羽毛球	躲避球
第 八 週 0401-0403	躲避球	原住民健康操	接力賽	足球	跳繩
第 九 週 0408-0412	準備期中考	準備期中考	準備期中考	準備期中考	準備期中考
第 十 週 0415-0419	期中評量週	期中評量週	期中評量週	期中評量週	期中評量週
第 十 一 週 0422-0426	tabata	原住民健康操	排球	tabata	接力賽
第 十 二 週 0429-0503	躲避球	原住民健康操	接力賽	tabata	籃球
第 十 三 週 0506-0510	tabata	原住民健康操	tabata	躲避球	排球
第 十 四 週 0513-0517	羽毛球	原住民健康操	接力賽	排球	羽毛球
第 十 五 週 0520-0524	排球	原住民健康操	tabata	足球	躲避球
第 十 六 週 0527-0531	籃球	原住民健康操	躲避球	躲避球	跳繩
第 十 七 週 0603-0606	躲避球	原住民健康操	籃球	排球	排球

第十八週 0610-0614	接力賽	原住民健康操	躲避球	籃球	羽毛球
第十九週 0617-0621	準備期末考	準備期末考	準備期末考	準備期末考	準備期末考
第二十週 0624-0628	期末評量週	期末評量週	期末評量週	期末評量週	期末評量週

四、由自治區幹部集合並實施。

五、如遇雨天、施工、其他事故時，由導護老師安排活動或暫停。

六、本規程經陳校長核准後施行，修正時亦同。

承辦人： 

輔導主任： 

校長： 