

南投縣信義鄉桐林國小〔084727〕申請
110年度教育部國民及學前教育署推動教育優先區計畫

補助項目二、補助學校發展教育特色

壹、學校基本資料

縣/市	南投縣		
鄉/鎮/區	信義鄉		
學校名稱	桐林國小		
學校類型	極偏學校		
分校/分班	無		
班級數	6班	學生數	30人
承辦人姓名	李信男	聯絡電話	(049)2701-483#12
承辦人信箱	t09178@mail.edu.tw		

貳、特色說明

特色名稱：跳繩

參加學生數：30人（其中含目標學生30人，佔參加學生數比率100.00%）

參、現況/問題分析或計畫目標

- 一、推展跳繩運動，透過多元學習方式，並發展為學校特色。
- 二、透過校內挑戰賽，培養孩子運動的興趣及樂趣。
- 三、遴選優秀學生組成代表隊，參與全縣(國)性民俗體育比賽，以激發其團隊心、成就感和榮

肆、辦理/執行方式

- 一、期程：110年9月至111年6月，週三(13:30~16:00)，預計36週，每次計3節課，合計108節課。
- 二、對象：全校學生(依低、中、高年級)分組學習及跳繩隊組訓練習。
- 三、遴聘校外跳繩專長師資，到校指導分組練習及組訓跳繩隊。
(一)年段分組學習內容：體能訓練、跳繩技巧講解、基本跳繩指導練習。
(二)組訓跳繩隊學習內容：花式跳繩、長繩指導練習。
- 四、辦理校內跳繩比賽，檢驗學生學習狀況及遴選和激勵優秀學生。
- 伍、實施地點：操場。

伍、預期效益

- 一、全校學生下課時，能主動練習跳繩，並以其為休閒活動或當作遊戲比賽。
- 二、期盼學生不僅學習跳繩之各項技能，並且體會合作學習的重要性。
- 三、發揚民俗體育活動，並發展跳繩為其他體育活動之體能及體適能基礎。

陸、課程表

桐林國小申請特色項目：跳繩

申請週次：共 36 週，申請節數：共計 108 節（含內聘節數：0 節，外聘節數：108 節）

(1)上學期課程表：申請共18週，含內聘0節，外聘54節。

項次 (或週次)	日期	上課時間	課程內容	授課 節數	講師內/外聘 說明
1	110/09/08(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（甩繩、空迴旋、前迴旋、後迴旋、原地跑步跳）	3節	外聘
2	110/09/15(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（甩繩、空迴旋、前迴旋、後迴旋、原地跑步跳）	3節	外聘
3	110/09/22(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（甩繩、空迴旋、前迴旋、後迴旋、原地跑步跳）	3節	外聘
4	110/09/29(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（甩繩、空迴旋、前迴旋、後迴旋、原地跑步跳）	3節	外聘
5	110/10/06(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（甩繩、空迴旋、前迴旋、後迴旋、原地跑步跳）	3節	外聘
6	110/10/13(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（甩繩、空迴旋、前迴旋、後迴旋、原地跑步跳）	3節	外聘
7	110/10/20(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（軸心跳、體側迴旋、半迴旋、…）	3節	外聘
8	110/10/27(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（軸心跳、體側迴旋、半迴旋、…）	3節	外聘
9	110/11/03(三)	13:30-16:00	基本動作及規則（軸心跳、體側迴旋、半迴旋、…）	3節	外聘

10	110/11/10(三)	13:30-16:00	基本動作及規則 (軸心跳、體側迴旋、半迴旋、...)	3節	外聘
11	110/11/17(三)	13:30-16:00	基本動作及規則 (軸心跳、體側迴旋、半迴旋、...)	3節	外聘
12	110/11/24(三)	13:30-16:00	基本動作及規則 (軸心跳、體側迴旋、半迴旋、...)	3節	外聘
13	110/12/01(三)	13:30-16:00	基本動作及規則(水平迴旋、轉身迴旋、交叉腳跳)	3節	外聘
14	110/12/08(三)	13:30-16:00	基本動作及規則(水平迴旋、轉身迴旋、交叉腳跳)	3節	外聘
15	110/12/15(三)	13:30-16:00	基本動作及規則(水平迴旋、轉身迴旋、交叉腳跳)	3節	外聘
16	110/12/22(三)	13:30-16:00	基本動作及規則(水平迴旋、轉身迴旋、交叉腳跳)	3節	外聘
17	110/12/29(三)	13:30-16:00	基本動作及規則(水平迴旋、轉身迴旋、交叉腳跳)	3節	外聘
18	111/01/05(三)	13:30-16:00	基本動作及規則(水平迴旋、轉身迴旋、交叉腳跳)	3節	外聘
19					
20					

(2)下學期課程表：申請共18週，含內聘0節，外聘54節。

項次 (或週次)	日期	上課時間	課程內容	授課節數	講師內/外聘 說明
1	111/02/16(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(雙手開叉前迴旋、雙手開叉後迴旋)	3節	外聘
2	111/02/23(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(雙手開叉前迴旋、雙手開叉後迴旋)	3節	外聘
3	111/03/02(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(雙手開叉前迴旋、雙手開叉後迴旋)	3節	外聘

4	111/03/09(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(雙手開叉前迴旋、雙手開叉後迴旋)	3節	外聘
5	111/03/16(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(雙手開叉前迴旋、雙手開叉後迴旋)	3節	外聘
6	111/03/23(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(雙手開叉前迴旋、雙手開叉後迴旋)	3節	外聘
7	111/03/30(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(前後開合跳、左右開合跳、...)	3節	外聘
8	111/04/06(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(前後開合跳、左右開合跳、...)	3節	外聘
9	111/04/13(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(前後開合跳、左右開合跳、...)	3節	外聘
10	111/04/20(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(前後開合跳、左右開合跳、...)	3節	外聘
11	111/04/27(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(前後開合跳、左右開合跳、...)	3節	外聘
12	111/05/04(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(前後開合跳、左右開合跳、...)	3節	外聘
13	111/05/11(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(跑步跳、一跳二迴旋、...)	3節	外聘
14	111/05/18(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(跑步跳、一跳二迴旋、...)	3節	外聘
15	111/05/25(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(跑步跳、一跳二迴旋、...)	3節	外聘
16	111/06/01(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(跑步跳、一跳二迴旋、...)	3節	外聘
17	111/06/08(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(跑步跳、一跳二迴旋、...)	3節	外聘
18	111/06/15(三)	13:30-16:00	體能訓練和技巧(跑步跳、一跳二迴旋、...)	3節	外聘
19					

20					
----	--	--	--	--	--

※ 學校申請總節數：108 節（含內聘節數：0 節，外聘節數：108 節）

柒、經費申請表（單位：元）

項次	科目	類別	項目	單位	單價	數量	金額	說明
1	經常門	教練鐘點費	外聘教練	節	800	108	86,400	跳繩教練鐘點費，預計上課安排36週，每次三節課，共計108節課。（屬於南投縣極偏學校）
2	經常門	教材(具)	跳繩器材	個	180	33	5,940	購買跳繩等用具
3	經常門	補充保費	外聘教練補充保費	式	1,824	1	1,824	補充保費2.11%
4	經常門	雜支	6%	—	—	—	5,650	—
合計	(經常門 99,814元；資本門 0元)						99,814	

承辦人：**教師兼李信男**
教導主任

主(會)計：**兼任會計員簡靜宜**

校 長：**邱伯璟**
南投縣信義鄉林園小校長

110年4月6日13時54分，列印自「教育部國民及學前教育署推動教育優先區計畫網站填報審查系統」。

