

110 年仁愛國小校內運動會暨校慶活動企劃

110 年度接近尾聲，也意味著本校一年一度的校慶運動會即將到來，有別於以往的校慶是利用週六的上午舉行，行政團隊經過討論，決議改變舉辦方式，調整原定 25 日(六)的校慶運動會，轉由利用 12 月份的上課日辦理，並在 12 月 24 日(五)晚間 19:00~21:00 舉辦〈耶誕走秀親子樂，公益互惠道平安〉的晚會活動，晚會的內容包含：化妝遊行進場、團體帶動跳、親子走秀競賽、跳蚤市場-發票換物品競賽、切蛋糕慶生等項目。晚會活動開放家長參與(採實名制登記並進行體溫量測)，以上活動相關期程如下：

一、校內運動會：

| 比賽項目 | 競賽時間 |
|------------------|-----------------|
| 幼兒園、低年級全員 60M 賽跑 | 12/1(三) 8:10 |
| 60M (中、高年級) | 12/3(五) 8:10 |
| 100M (高年級) | 12/3(五) 8:10 |
| 200M (高年級) | 12/3(五) 8:10 |
| 鉛球 (高年級) | 12/10(五)8:10 |
| 壘球擲遠 (中年級) | 12/10(五)8:10 |
| 跳遠 (高年級) | 12/17(五)8:10 |
| 拔河(五、六年級) | 12/21(二) 預 8:10 |
| | 12/22(三) 預 8:10 |
| | 12/23(四) 決 8:10 |
| 大隊接力人數(幼兒園-六年級) | 12/24(五) 8:10 |

二、〈耶誕走秀親子樂，公益互惠道平安〉的晚會活動：

| 活動項目 | 時間 |
|--------------|-------------|
| 教師同仁交換禮物 | 17:00~18:00 |
| 集合準備 | 18:00~18:30 |
| 集合準備& 工作人員就位 | 18:30~19:00 |
| 班級化妝進場 | 19:00~19:20 |
| 來賓致詞 | 19:20~19:30 |
| 團體帶動跳 | 19:30~19:40 |
| 親子走秀競賽 | 19:40~20:40 |
| 跳蚤市場-發票換物品競賽 | |
| 戰鼓開場~頒獎暨慶生 | 20:40~21:00 |
| ~賦歸~ | 21:00~ |

備註：本活動結束後，得於一年內補休 5 小時，課務自理。

臺南市佳里區仁愛國小校慶晚會化妝進場實施計畫

- 一、依據：本校 110 學年度校務計畫學務處工作計畫執行。
- 二、目的：倡導運動休閒風氣，激勵團隊合作精神。營造校園溫馨氣氛。
- 三、活動對象：幼兒園、一至六年級學生。
- 四、活動時間：110 年 12 月 24 日（星期五）下午七時至七時二十時。
- 五、活動地點：本校運動場。
- 六、服裝：穿著本校運動服或化裝遊行的服裝
- 七、費用：各班 1000 元整的經費
- 八、各年級主題：以各年級統一為主，因為晚會時間適逢平安夜，期望能展現耶誕溫馨的氛圍。
- 九、化妝進場的介紹詞：各班以 50 字以內介紹各班的特色，表演是以年級為單位的介紹詞麻煩字數在 100 字以上。
- 十、進行的順序及音樂：以六年級開始到一年級結束各年級需準備進場表演的音樂檔。
- 十一、遊行的方式：由起始點（搶道線）集合分成 4 排各站一跑道〈1-4 跑道〉，等各年級主題音樂播放後開始表演前進，班旗在前，隊伍在後。到司令台向來賓主席致敬並停留 20 秒，各班可安排喊口號或表演，等介紹詞完後，再繞著跑道向前，直到將進入中央球場前，各班的 1-2 跑道學生先行，3-4 跑道接續，一直走到各班的集合位置。
- 十三、雨天備案：若天候狀況不佳，則在本校活動中心舉行。
- 十四、本計畫經行政會議通過，並修正後實施

臺南市佳里區仁愛國民小學 110 學年度

第一屆「平安夜 SHOW 一下，親子走秀」比賽簡章 110.12.01

依據：本校 110 學年度校務計畫學務處工作計畫執行。

一、目的：

透過親子裝扮走秀活動，增進親子間互動及增進彼此情感，進一步促進家庭和諧氣氛。

二、主辦單位：學務處

三、實施對象：本校幼兒園及一至二年級學生及家長，分幼兒園組、低年級組(1-2 年級)及進行評選，採自由報名參加方式，為鼓勵多元文化及祖孫同樂，凡新移民親子組報名或三代同堂組(或以上)會有精美報名小禮物。

四、實施方式：

(一)學務處於十二月份宣傳比賽資訊，也請幼兒園老師、1-2 年級導師及鼓勵學生及家長報名參加比賽。

(二)參賽學生之就讀年段分為幼兒園組、低年級(1-2 年級)組，同一家庭參加人數不限，若

有兩名以上在學學生參加、並分屬不同就讀年級時，以報名較高年級組別參賽。

(三)比賽方式分成團體走秀與各組走秀，參賽隊伍需準備約 100 字的文稿，讓主持人能在第二階段的各組走秀時間介紹該組的特色。

(四)比賽場地於學校操場，以司令臺前方跑道為表演空間。(主辦單位保有比賽場地調整之權利)

(五)評分標準：由主辦單位聘請家長會長及另 4 位委員協助進行評選，採 5~10 分制舉牌給分，滿分為 50 分。

五、報名截止日期：即日起至 110 年 12 月 17 日(星期五)下午 4 時，逾期不予接受報名。

六、比賽日期時間：110 年 12 月 24 日(星期五)19:40。

七、獎勵辦法：

(一) 評選方式：分幼兒園組、低年級組(1-2 年級)，分開評選。

(二) 獎勵方式：1. 第一名：獎狀乙只，獎品一份。

第二至三名：獎狀乙只，獎品一份。

優勝 2 名：獎狀乙只，獎品一份。

2. 各獎項將視參賽情況酌予調整獲獎人數。

(三) 表揚方式：獲獎者將於晚會結束前公布並於週二升旗頒獎時間時，由校長頒獎表揚。

八、注意事項：參加選手須由報名本人參加，不得替代參加，在比賽時間內未到達比賽現場者，以棄權論。

臺南市佳里區仁愛國小 110 年度歲末跳蚤市場

『愛物惜福、感恩回饋、人見仁愛、仁人有愛』活動計畫

- 一、依據：本校年度行事曆辦理。
- 二、目標：
 - 1、資源有限，愛物惜福，才能永續利用。
 - 2、達到物流目的，使書籍、二手學用品及玩具延續其使用價值。
 - 3、愛心回饋，幫助社會弱勢團體。
- 三、時間：收物、整理、分類、標價時間：110年12月01日～12月24日
拍賣時間：110年12月24日(星期五) 19:40~20:40
環境整理：110年12月24日(星期五) 21:00~21:30
- 四、地點：本校操場 兩備：本校活動中心
- 五、對象：全校中、高年級學生、教師及家長，以學年為單位擺攤。
- 六、活動進行方式：
 1. 販賣物品：可使用的新舊物品皆可，例如書籍、文具、玩具、雜誌、擺飾、帽子、圍巾、皮包、玩偶、飾品、衣物、小家電、有合法版權之光碟……等。
 2. 禁售物品：動物、食品，內容含有色情或暴力之漫畫、書刊、影帶、光碟，盜版書籍、光碟，各類具殺傷力的槍砲刀械類型玩具，大型家電及未經父母同意出售的各類物品。
 3. 標價方式：物品以**捐贈物**為主，各項物品標價請以發票張數計算，標示在邊標籤紙上。
 4. 物品清冊：學務組統一發給各班物品登記清冊，俾利各班導師使用。
 5. 兌換方式：活動以11-12月之統一發票交易，**大會將提供登記處讓統計各年級義賣所得的發票數，得票數最高的2個年級可獲得家長會贈送的獎勵金，可當做班費使用，義賣活動所得之發票，將由學務處統籌後捐贈給公益團體。**
 6. 場地佈置：活動於本校操場的學年攤位處舉行進行，各班於前一天進行桌椅的規劃及場地佈置。
 7. 當天活動：由各班排定協助販賣之同學，依標價進行買賣，同時登記發票數，以便進行後續統計作業。
 8. 兌換所得：由物主自行運用，亦可捐助慈善團體、贊助清寒學生。
 9. 環境復位：活動結束後，由各班整理攤位周圍並將用桌椅歸位。
 10. 活動前學務處會統一發下家長通知單，歡迎家長於活動當天參與。
- 七、本計畫經校長核可後實施之，修正時亦同。

臺南市110學年度仁愛國民小學健康教學活動成果表

| | | | |
|--------------|--|------|------|
| 議題名稱 | 110年仁愛國小校內運動會暨校慶活動 | | |
| 日期 | 110年 12月 24日 | 實施班級 | 全校師生 |
| 簡述課程內容 | <耶誕走秀親子樂，公益互惠道平安>的晚會活動，晚會的內容包含:化妝遊行進場、團體帶動跳、親子走秀競賽、跳蚤市場-發票換物品競賽、切蛋糕慶生等項目。 | | |
| 符合生活技能項目(勾選) | <input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input checked="" type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input checked="" type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input checked="" type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能(如刷牙)等不列計。 | | |
| 符合核心素養項目(勾選) | <input checked="" type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 <input type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 | | |

佐證資料(教案、教學過程紀錄等)



說明：校長親自主持聖誕晚會活動。

說明：跳蚤市場。



說明：親子走秀。



說明：健康大會操。

臺南市仁愛國小 65 週年校慶親子路跑活動計畫

一、依據：

- (一)臺南市政府教育局健康體適能計畫。
- (二)仁愛國小 110 學年度校務發展計畫。

二、目的：

- (一)響應教育局健康體適能計畫，培養學生正確運動習慣。
- (二)鼓勵親子熱愛運動，孕育運動家庭，鍛鍊全民強健體魄。

三、指導單位：臺南市仁愛國小

四、承辦單位：臺南市仁愛國小家長委員會

五、協辦單位：仁愛國小校友會、仁愛國小退休教師聯誼會、仁愛國小志工團、臺南市警察局佳里分局

六、活動對象：

- (一)幼兒園及中、低年級學生，建議由家長陪同。
- (二)仁愛國小教職員工、學生、家長。

七、報名方式及地點：請填妥報名表，連同報名費用，送交

仁愛國小學務處鄭志勇組長。(聯絡電話：06-7222227#802)

八、報名日期：即日起至 111 年 3 月 11 日(五)止。

九、報到日期：111 年 3 月 26 日 (六) 上午 7：30—7：50

十、報到地點：仁愛國小大門口 (一律穿著本次路跑服裝)

十一、開跑時間：111 年 3 月 26 日 (六) 上午 8：00

十二、路跑動線：仁愛國小出發→仁愛路→鎮山街→佳南路→成功路→仁愛路→回到仁愛國小，約 3.3 公里 (沿途有旗幟標示、交通指揮及中途蓋章驗證)。如路線圖

十三、參加費用：參與家長每人收費 150 元(本校學生不需收費)

(內含衣服、保險、茶水)。

路線圖



臺南市仁愛國小 65 週年校慶親子路跑活動計畫

親愛的家長：

仁愛國小親子路跑活動開始報名了！趕快帶領您的子女來參加既健康又能親子同樂有意義的活動吧！

一、參加對象：(一)幼兒園及中、低年級學生，建議由家長陪同。

(二)仁愛國小教職員工、學生、家長。

二、報名日期：即日起至 111 年 3 月 11 日(五)止

三、報名方式及地點：請填妥報名表，連同報名費用，送交

仁愛國小學務處鄭志勇組長。(聯絡電話：06-7222227#802)

四、報到日期：111 年 3 月 26 日(六) 7:30-7:50

五、報到地點：仁愛國小大門口(一律穿著本次路跑服裝)

六、開跑時間：111 年 3 月 26 日(六) 8:00

七、路跑動線：仁愛國小出發→仁愛路→鎮山街→佳南路→成功路→仁愛路→回到仁愛國

小，全程約 3.3 公里。(沿途有旗幟標示、交通指揮及中途蓋章驗證)

(路線圖在背面)

八、參加費用：家長每人收費 **150 元** (本校學生不需收費) (內含衣服、保險、茶水)。

(請於繳交報名表時一併繳交費用)

九、保險：由大會統一辦理團體意外險

十、時間流程：

(一)7:30-7:50 報到。

(二)7:50-8:00 熱身活動。

(三)8:00 開跑。

(四)8:00-9:00 路跑。

(五)9:00-9:30 休息後，準備進行校園闖關活動。

沿線剪下

臺南市仁愛國小 65 週年親子路跑活動報名表

※衣服尺寸：XS、S、M、L、XL、2L、3L。

※請於 3 月 11 日(五)前完成報名，以利統計人數。

一、紀念衫尺寸對照表：(±1~3 公分為正常現象) 如未標示尺寸者一律以 L 發放。

二、尺寸選擇參考(選擇請以自身實際尺寸為準)：

| | XS | S | M | L | XL | 2XL | 3XL |
|----|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 胸圍 | 92cm | 97cm | 102cm | 107cm | 112cm | 117cm | 122cm |
| 肩寬 | 42cm | 44cm | 46cm | 48cm | 50cm | 52cm | 54cm |
| 衣長 | 62cm | 64cm | 66cm | 69cm | 71cm | 74cm | 75cm |

※本次活動會辦理【團體意外險】，請參與家長務必填妥個人【身分證字號】及【出生年月日】

以利投保工作進行。

| 家長姓名 | 身分證字號 | 出生年月日 | 服裝尺寸 | 備註 |
|------|-------|-------|------|----|
| | | | | |
| | | | | |
| 學生姓名 | 學生班級 | 學生座號 | 服裝尺寸 | 備註 |
| | | | | |
| | | | | |

【附件2】

臺南市110學年度仁愛國民小學健康教學活動成果表

| | | | |
|---|--|--|----|
| 議題名稱 | 65週年校慶親子路跑活動計畫 | | |
| 日期 | 111年 3 月 26 日 | 實施班級 | 全校 |
| 簡述課程內容 | (一)響應教育局健康體適能計畫，培養學生正確運動習慣。 (二)鼓勵親子熱愛運動，孕育運動家庭，鍛鍊全民強健體魄。 | | |
| 符合生活技能項目(勾選) | <input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input checked="" type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input checked="" type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input checked="" type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。 | | |
| 符合核心素養項目(勾選) | <input checked="" type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心 應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康 有關的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 | | |
| 佐證資料(教案、教學過程紀錄等) | | | |
|  | |  | |
| 說明：校長主持親子路跑活動。 | | 說明：家長會成員合影。 | |



說明：熱身活動。



說明：親子合影。

臺南市110學年度仁愛國民小學健康教學活動成果表

| | | | |
|--|--|--|----|
| 議題名稱 | 澧食教育基金會食育教材有獎徵答 | | |
| 日期 | 110年 11 月~111年4月 | 實施班級 | 全校 |
| 簡述課程內容 | 本校與澧食基金會合作，引進食育教材，各班於每週晨光時間或融入領域課程執行，行政端配合教材內容，每學期進行8週有獎 | | |
| 符合生活技能項目(勾選) | <input checked="" type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input checked="" type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。 | | |
| 符合核心素養項目(勾選) | <input type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心 應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input checked="" type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input checked="" type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康 有關的美感體驗。 <input type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 | | |
| 佐證資料(教案、教學過程紀錄等) | | | |
|  | |  | |
| 說明：得獎者與校長合影。 | | 說明：每學期進行8週有獎徵答活動。 | |



說明：澧食教育基金會低、中、高食育教材

低年級

1. 骨骼生長需要的食物有哪些？起司優格或()
2. 肌肉生長需要的食物有哪些？豆類雜糧或()
3. 吸收營養素和部分水分是什麼器官？()
4. 食物從嘴巴進去經過多久才會變成大便？()天
5. 洗手五部曲(濕)
6. 每口食物至少要咬幾下才能吞下去？()下
7. 用含什麼的牙膏刷牙可以預防蛀牙？()
8. 食物要經過什麼過程以後，才能被人體吸收？()

中年級

1. 蛋的營養素除了優質蛋白質，蛋黃中有豐富的()
2. 經過清洗挑選包裝完整陳列在架上的雞蛋叫做()蛋
3. 目前人類所養的母雞平均每年生 260~()顆蛋
4. 蛋的氣室在尖的端或是圓鈍的一端()
5. 雞蛋所含維生素包含維生素 A 維生素 D 維生素 E 和維生素()群
6. 蛋的營養素所含礦物質有()和錳等多達 10 種的礦物質
7. 國王企鵝是企鵝爸爸或企鵝媽媽孵蛋()
8. 夜市常見的煎鳥蛋是()蛋

高年級

1. 臺灣的牧場大都飼養荷蘭牛，牠們從生產之後開始算起，大約可以持續泌乳()個月
2. 牛媽媽一天可以產乳約()公斤
3. 小牛一天大約喝()~()公斤的牛奶
4. 建議每個人一天喝()~()杯牛奶 (1 杯 240cc)
5. 牛乳的主要成分包括()乳脂 乳糖 維生素和()磷等礦物質
6. 喝牛乳會拉肚子的人表示有()症
7. 全脂乳脂肪含量在()%以上未滿()%
8. 保久乳經高溫滅菌無菌包裝不用冷藏也不會壞大約可以保存()年

解答

低年級

1. 牛奶
2. 蛋肉
3. 小腸
4. 1~3 天
5. 搓沖捧擦
6. 20
7. 氟
8. 消化

中年級

1. 卵磷脂
2. 洗選
3. 280
4. 圓鈍的一端
5. B
6. 鐵
7. 企鵝爸爸
8. 鵝蛋

高年級

1. 10
2. 25
3. 4~8
4. 1.5~2
5. 蛋白質 鈣
6. 乳糖不耐
7. 3.8
8. 半

說明：有獎徵答題目