

臺北市政府教育局 函

地址：11008臺北市市府路1號8F

承辦人：林雅博

電話：02-27256386

傳真：27593365

受文者：臺北市萬華區雙園國民小學

發文日期：中華民國103年12月4日

發文字號：北市教體字第10343005400號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：

主旨：本局推動學生每週在校運動150分鐘（SH150）一案，請各校務必配合執行，請 查照。

說明：

- 一、依據國民體育法第六條規定及教育部體育署Sport Health 150(SH150)方案辦理。
- 二、本案係教育部對各縣市政府督導各校辦理學生在校運動情形之視導項目，請各校確實落實學生每週在校運動150分鐘政策。
- 三、各校辦理方式如下：
 - (一)安排學生除體育課程時數外，每日在校參與體育運動時間，每週累積應達150分鐘以上。
 - (二)由體育發展委員會擬定學校實施計畫，並列入學校行事曆推動實施。
 - (三)配合學校環境、資源及學生興趣，自主規劃及發展學校運動特色，並系統推動1項以上運動，俾利學生畢業前至少學會1項運動技能。
 - (四)推廣具普及、安全、易學與場地便利等特性之運動（例如跑步、健身操、游泳、球類、國武術、舞蹈、民俗體育、飛盤、跳繩、踢毽、溜

(滑)冰等與體育相關活動)，以提升學生興趣及運動效果。

(五)整合校園空間及充實運動設施，提供學生足夠的運動空間及器材，提升多元活動效能。

(六)利用每日晨間、(大)課間、課後、彈性課程、綜合課程或課後放學，安排運動相關活動，以提升學生在校運動時間。

(七)增設運動社團，提供學生多樣化選擇及參與運動時間與機會。

(八)定期辦理班際，或參加校際及群組體育運動交流競賽，以活絡學校運動風氣。

(九)持續推動教育部體育署訂頒之「國中小學生普及化運動」及本局訂頒之「臺北市政府教育局所屬高級中等以下學校推動跑步運動計畫」、「臺北市國民中小學實施課間運動注意事項」及「臺北市公私立中小學親山教育活動實施計畫」。

(十)自行建置學生、班級運動紀錄表(卡)提供學生、班級記錄運動時間，並自主檢核及統計全校運動時間，彙整推廣活動成果，留校備查。

四、各校推動情形將列入未來校務評鑑及各視導督學視導項目。

五、本局訂於12月底初步瞭解各校推動情形，並於近日發布本案實施計畫，再請學校檢送初期推動成果，績效卓著者，另酌予獎勵。

六、教育部體育署SH150方案請逕至本科熱門公告(<http://www.doe.taipei.gov.tw/lp.asp?ctNode=33719&CtUnit=10399&BaseDSD=56&mp=104001>)查詢下載。

正本：臺北市政府教育局所屬公私立各級學校

副本：