

臺北市政府教育局「趣味樂活及大縱走」課程設計徵選計畫

你(妳)是不是好久沒有跟爺爺奶奶或長輩一起運動玩樂？從小爺爺奶奶牽著孫子，去公園玩、一起爬山，那牽手齊心的感覺。這一次，我們希望透過「創意樂活」及「青銀共遊臺北大縱走」的活動，以祖孫長輩共玩的初心，讓學生們能夠重拾祖孫之情，最後祖孫同秀、一同遊玩，將青銀之愛傳承下去。透過活動，帶動代間情感的交流，也讓學校與社區志工及長者家長能與學校有更真切的互動及感動。

一、辦理單位

(一) 主辦單位：臺北市政府教育局

(二) 承辦單位：臺北市立古亭國中，臺北市至善國中

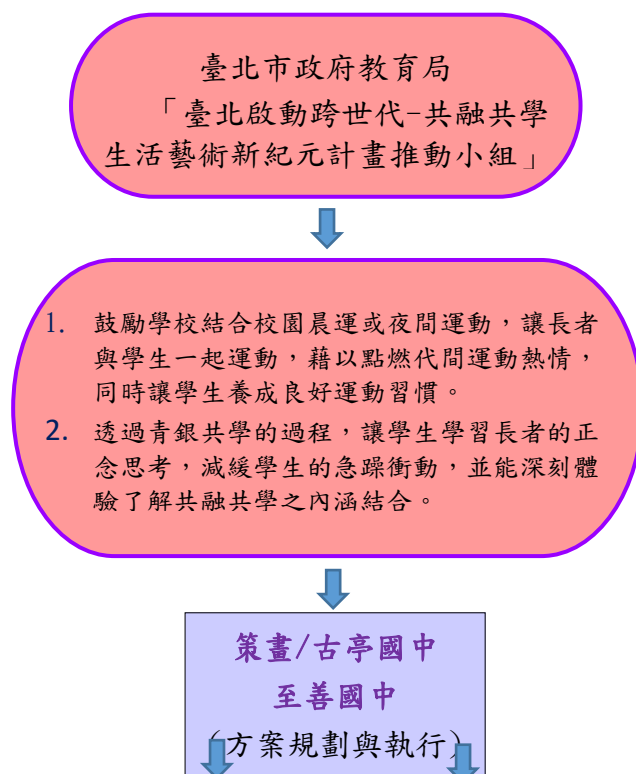
二、活動主題及說明

(一) 活動主題：「運動樂活 藝心投入」、「青銀縱走 藝身是勁」

(二) 計畫說明：

1. 依主辦單位所提供運動項目做選擇(太極拳、元極舞、排舞、土風舞、槌球、木球、健身氣功、瑜珈)，可自行遴聘指導教師或由承辦學校至善國中媒合相關協會或專業教師(鐘點費800元/每節整)。
2. 參加計畫內需填寫欲分享的運動項目及共同樂活的推廣方式，另請上傳活動照片、活動影片之youtube連結等佐證尤佳。
3. 運用國中會考後、國小段考後之時間，邀請祖父母長輩、社區長者、田園志工共同郊外踏青，聯絡情感與運動交誼。

三、活動架構



運動樂活
藝心投入
(八種運動為主)

青銀縱走
藝身是勁
(配合臺北大縱走)

四、實施方式

- (一) 於111年2/17(四)下午2:00-4:00假麗山國小，辦理申辦說明會(視疫情滾動修正說明會辦理方式)，本市欲參加本計畫之學校，每校務必薦派承辦處室主任及參與本計畫之教師各1位與會，參與成員給予公假派代，並核予2小時研習時數。
- (二) 有意願申辦之學校應於3/2(三)前將申請計畫及經費概算表核章正本，免備文以聯絡箱方式寄送至善國中學務處(連絡電話：28411350轉32林組長)。
- (三) 申辦學校選定辦理指定之運動項目類別，並自行遴聘指導教師或由承辦學校媒合相關協會或專業教師(鐘點費800元/每節整)。規劃16-20堂之青銀共學課程，並招募有興趣之校內學生與社區長者(學生與長者比例為1:1，長者年齡超過60歲尤佳)，運用晨間活動、社團或課後時間辦理。
- (四) 規劃於國中會考後畢業前及課餘時段，善用臺北盆地近郊自然資源，結合臺北大縱走之推動，辦理青銀共同微旅行，
- (五) 申辦學校於期末課程結束或搭配九九重陽節活動，需辦理成果發表。

時間	課程內容	講座
13:30~14:00	報到	教育局長官 國教輔導團 古亭國中 至善國中 麗山國小
14:00~14:30	運動樂活藝心投入之申辦方式	至善國中
14:30~15:00	青銀縱走藝身是勁之申辦方式	至善國中
15:00~15:30	家鄉滋味 藝起回憶 家鄉食譜 藝同分享 徵件方式說明	麗山國小
15:30~16:00	綜合討論(Q & A)	古亭國中

五、辦理各校《運動樂活 藝心投入》申請計畫評選

- (一) 目的：

1. 鼓勵學校結合校園晨運或夜間運動，讓長者與學生一起運動，藉以點燃代間運動熱情，同時讓學生養成良好運動習慣。
2. 透過青銀共學的過程，讓學生學習長者的正念思考，減緩學生的急躁衝動，並能深刻體驗了解共融共學之內涵結合。
3. 學校可規劃於國中會考後畢業前及課餘時段，善用臺北盆地近郊自然資源，結合臺北大縱走之推動，辦理青銀共同微旅行，透過登山健行，覺察彼此需求，開展視野，鍛鍊體魄，強化心理及身體健康，達到青銀共榮共學的目標。

(二) 評選方式：

1. 由至善國中邀請評審人員就各校申請計畫進行評選，**每校申請計畫必須提出邀請社區長者一起樂活運動及青銀大縱走的計畫原則**，錄取共20校(是計畫經費滾動式修正錄取校數)，審查通過學校補助額度為每校3-4萬元。(用於鐘點、雜支、場地布置及誤餐等)
2. 各校評選錄取公告將於3/9(三)公布錄取學校，並由至善國中發文通知。

(三) 成果彙整：

1. 運動樂活藝心投入：參加學校於課程結束後須繳交活動照片8-10張(含說明)、活動影片5-10分鐘(請以 youtube 連結呈現，並提供連結，供點選檢閱)
2. 青銀縱走藝身是勁：繳交活動成果報告含照片(含封面不超過2頁)
3. 得配合111學年度之相關活動展演(如重陽敬老活動)

六、經費：

(一) 經費項目一覽表：

項目	金額	備註
參與學校(運動樂活及青銀縱走)	800,000	每校核撥4萬 預計邀請20所學校
行政費	20,000	包含專家學者出席費、誤餐費、辦公事務等費用
總計	820,000	

(二) 本計畫經費由**臺北啟動跨世代-共融共學生活藝術新紀元計畫**及本局相關經費支應。

七、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

臺北市府教育局「運動樂活及大縱走」活動申請計畫

壹、 學校基本資料

校名			
申請組別	☐ 運動樂活藝心投入 ☐ 青銀縱走藝身是勁	預計參與人數	學生人數： 長者人數：
承辦人員		職稱	
		連絡電話	(0) (手機)
		電子信箱	
規劃理念	(含選擇選定之運動項目或臺北大縱走路線)		
課程規劃	(含對應12年課綱之九大核心素養中至少三項)		
特色亮點			

預期效益	

貳、經費概算

為協助各校課程推動及參與本計畫之教師社群運作，本局補助每校新台幣叁萬元，支應項目為鐘點費、教材教具、膳費及雜支，請列舉所需之經費概算，其中展品保險及運送費另案撥付，故不需列於下列明細表中。

臺北市 (校名) 各項費用明細表

項次	項 目	單 位	數 量	單 價	合 計	說 明
	臺北啟動跨世代-共融共學生活藝術新紀元生態美學全人教育				40,000	
1	鐘點費	時				
2	場地布置費					
3	膳費					
4	雜支					
合計		40,000				
		新臺幣參萬元整				

承辦人：

處室主任：

會計主任：

校長：

臺北市政府教育局「運動樂活及大縱走」活動成果報告

學校名稱：

辦理日期：

學校活動辦理過程及內容簡述(500字以內)

活動youtube連結網址

一、活動照片

圖 片 說 明	圖 片 說 明
圖 片 說 明	圖 片 說 明
圖 片 說 明	圖 片 說 明
圖 片 說 明	圖 片 說 明
圖 片 說 明	圖 片 說 明

