

財團法人普仁青年關懷基金會  
「大手拉小手」青少年引導計畫

「竹夢踏實塘開未來-  
竹塘國中田徑隊成長計畫」  
執行計畫書

首次申請

曾接受本會 107、108 年度贊助

申請單位：彰化縣立竹塘國民中學

單位主管：黃仲平 電話:0935-049739

計畫主持人：洪家興 電話:0921-793724

主要參與人員：游俊閔、莊孟融

中華民國 108 年 9 月 14 日



## ◎ 計畫名稱

# 「竹夢踏實，塘開未來」-竹塘國中田徑隊成長計畫

## 第一章、計畫摘要

### 1. 困境：彰化縣人口最少鄉鎮的偏鄉學校

本校位居彰化縣西南隅，濁水溪沖積扇上，地勢低平，隔濁水溪與雲林縣相望，是彰化縣人口最少的行政區。民國 50 年奉准籌設，民國 57 年改制為國民中學，為竹塘鄉最高學府。由於位處鄉村且弱勢學生居多，本應列為偏鄉學校，然而因早期地方人士對於本校被列為偏遠學校的編制表示反對，故學校無法獲得偏鄉所需的資源挹注。直到今年度 107 年才改為偏鄉學校，但在軟、硬體部分都還急需資源，此為困境之一；尤有甚者，面臨 21 世紀 12 年國教的教改浪潮，學校必須跳脫原有框架，以學校為本位，擦亮原有的特色亮點，積極建構一個提供學生適性、多元的學習環境。然而本校雖擁有資質優異的學生，卻苦於資源不足，難以發揮本校特色，此為面臨的困境之二。職是之故，幫助孩子在國中階段找到自己的方向，銜接高中職階段，習得因應未來挑戰的能力，並且突破本校位處偏鄉的發展限制，永續成長，是刻不容緩的任務，所以急需本計畫的協助與關懷。

### 2. 持續培養田徑選手

80 年代初期，在體育科廖學知老師的用心指導下，讓竹塘許多孩子參與田徑隊與撐竿跳的練習，竹塘孩子們也因為生活學習有了目標，行為開始變好；加上廖老師訓練與選才得法，撐竿跳當時成為竹塘國中對外競賽最亮眼的項目，不僅在縣賽，甚至全國賽也都是獲獎常客。當時田徑運動在竹塘國中確實是鄉下孩子增加自信心的重要項目。但到了 90 年代，因為廖老師調回故鄉雲林，田徑隊的表現跌入谷底，因專長不同，僅由體育老師在競賽前集訓，不如當日的風光。但是在 103 學年度，過往廖學知老師在竹中指導的得意門生莊孟融老師返校任教，讓沉寂已久的竹中田徑隊重現曙光。這幾年來，在莊老師與學務主任、各組組長以及老師的合作下，以在地人返鄉服務的精神，用心指導學弟妹，讓竹塘國中的田徑隊又開始在全國各項競賽中發光發熱，重新擦亮竹中田徑隊的招牌！

### 3. 以陪伴與鼓勵來維持學生熱情，以身教與輔導導正孩子身心

竹中田徑隊招收學生的原則，是秉持只要孩子有興趣，都歡迎參與。再透過測試觀察，來安排學生練習項目。當孩子有動機學習時，老師再予以引導、訓練，孩子們的進步自然飛快。練習辛苦時，老師運用鼓勵與陪伴，維持孩子的學習熱情，常常看見清晨與放學後，老師陪伴孩子練習的身影，與聽見鼓勵學生的話語。另一方面，老師也隨時注意孩子們的身心狀況，以身作則並施以個別談話或團體諮商來輔導學生，導正孩子的身心，避免行為偏差。



#### 4、共同學習傳承後進，人際關係合作無間

竹塘國中在資源有限的環境下，學校扮演教育學生的重要角色，田徑隊除日常練習外，在寒、暑假也規劃田徑營隊，讓在校生與畢業校友有機會共同參與練習。營隊中，畢業學長姊除自我練習外，也協助指導學弟妹練習。另一方面，採分工合作的方式整理場地與器材，練習接力賽或團體競賽更是合作無間，無形中隊員們彼此共同學習、傳承，更培養夥伴間的合作默契，讓孩子們達到自我成長與建立良好團隊精神的目標。

## 第二章、過去執行成果

感謝普仁跟幫助竹塘國中的熱心人士這兩年來的關心跟幫助。讓本校的弱勢學生得以獲得更多的幫忙，有良好的學習環境。學生收穫良多，學習態度的進步，比賽成績進步，在升學也較能到優質的高中職，獲得更多的照顧與陪伴。

在今年我們田徑成長計劃的同學，升學方面大多因競賽積分可以提升達國立標準，有些達第一志願，有些選擇科系而未選國立學校。課業方面也有所進步，作業都能繳交。心得方面，漸漸能表達出想法跟感想，有些可以分享心情。比賽成績方面也不斷的突破個人最佳成績。

在本次「新南向人才培育推動計畫」與普仁贊助下學校田徑隊有良好的海外體育交流，出國訓練交流對於偏鄉的小朋友可以說是可遇不可求的活動，也是本校多年來第一次到馬來西亞新加坡做移地訓練，不僅有國際交流更打開學生的國際視野，對生涯都有相當的幫助跟發展。寒假期間也有三位田徑隊員獲選日本小谷村的國際教育交流，與日本小谷村中學做滑雪、文化、學校生活等體驗活動。

今年田徑隊在鄉內漸漸能幫助社區推動體育發展，從代表鄉內縣運從兩年前兩張獎狀到今年有 14 張獎狀。還有後備軍人運動會拔河賽與二水黑泥季，都有提升在竹塘地人的士氣，推廣農產品等，根社區緊密結合。寒暑假放假期間，可以看到學生一早就同學約去一起運動打球，練習即將的比賽，運動對社區的孩子幫助很大。

學生不斷的成長茁壯，值得鼓勵。但家庭環境因素卻是他們重重的負擔跟影響。缺乏自信、經濟困苦、缺少家人關愛等不斷的打擊他們。有普仁的關心，讓他們在學生生涯上多了溫暖、求學生活多了幫助，感謝有你！



## 田徑隊學業成績優秀

學生姓名	學業成績	附註
莊 0 翰	段考常保 持在全校 前 15 名	1. 鏈球跟鉛球選手 2. 常常指導同學課業 3. 爸爸生病(癌)常常要照顧爸爸跟幫忙媽媽 4. 很孝順懂事
鐘 0 翔	段考常保 持在全校 前 25 名常	1. 全能選手 2. 課業方面愈來愈進步 3. 隔代教養但回家都會幫忙爺爺 4. 田徑隊隊長
沈 0 翰	段考常保 持在全校 前 15 名	1. 跳高選手 2. 常常指導同學課業 3. 很孝順懂事，是老師的得意助手。
莊 0 瑋	段考常保 持在全校 前 10 名	1. 標槍選手 2. 媽媽外配，爸爸 7 月暑假期間車禍過世(網路新聞) <a href="https://tw.appledaily.com/new/realtime/20180722/1396170/">https://tw.appledaily.com/new/realtime/20180722/1396170/</a> 3. 熱心助人指導班上課業運動 4. 乖巧懂事
黃 0 勳	考段考常 保持在全 校前 25 名	1. 撐竿跳、全能選手 2. 常常保持念書跟運習慣 3. 練習非常認真
詹 0 馨	考段考常 保持在全 校前 25 名	1. 短跑選手 2. 常常保持念書跟運習慣 3. 練習非常認真
詹 0 維	段考常保 持在全校 前 10 名	1. 標槍、鐵癩選手 2. 常常保持念書跟運習慣 3. 練習非常認真 4. 是老師的得意助手 5. 父母離異大多都是爺爺照顧

**108 年升學狀況調查表 (108.8 月調查)**參加引導計畫學生總人數： 34 人；畢業人數：11 人考上公立人數：9 人；私立人數：2 人

學生姓名	考取學校	科系	附註
葉 0 靜	國立二林工商	綜合高中	1. 分區免試 2. 低信心 3. 田徑跳高加分
李 0 萱	樹人醫護管理專科學校	物理治療科	1. 分區免試 2. 中低收入戶 3. 撐竿跳加分
莊 0 翰	國立彰化高中	普通科	1. 分區免試 2. 急難救助 3. 父親癌症 4. 鏈球加分
邱 0 承	縣立二林高中	體育班	1. 甄選入學(體育班) 2. 中低收入戶 3. 學習障礙 4. 撐竿跳加分
鐘 0 翔	國立溪湖高中	綜合高中	1. 分區免試 2. 隔代教養 3. 撐竿跳加分
曾 0 羚	國立北斗家商	資料處理科	1. 優先免試入學 2. 鏈球加分
林 0 蓁	國立員林家商	商業經營科	1. 分區免試 2. 巧固球加分
沈 0 翰	國立彰化高中	普通科	1. 優先免試入學 2. 跳高加分
詹 0 捷	中華商海	航海科	1. 獨招 2. 躲避球加分
詹 0 裕	國立二林工商	機械科	1. 分區免試 2. 人際溝通不良 3. 鐵餅加分
林 0 任	縣立成功高中	體育班	1. 甄選入學(體育班) 2. 中低收入戶 3. 鉛球加分



備註:本校 108 年學年度升學達第一志願彰中彰女標準共有 22 名。

### 成果照片

<p>參加縣長盃巧固球賽。與彰化縣田徑賽</p>		
		
<p>寒訓與彰安國中訓練，訓練憶起到竹塘木棉花道郊遊</p>		
<p>部分學生至日本小谷村交流體驗日本學生校園生活與滑雪課程</p>		



學生躲避球  
自我訓練。  
比賽榮獲男  
女第二名。  
田徑比賽榮  
獲田賽團體  
男女第四  
名。



巧固球榮獲  
女生第一、  
二名。男生  
第二名  
帶領班級拔  
河榮獲第一  
名



二水黑泥季  
拔河國中組  
冠軍。彰化  
縣嘉年華拔  
河冠軍。





學長姐教學  
弟妹，傳承  
技術與紀  
律。



說明：感謝普仁提供訓練衣服給選手。





說明：安全欄架讓學生練習安全。



說明：撐竿跳竿子，選手可以使用自己適合竿子。



說明：感謝普仁贊助白沙，讓選手練習更加安全。

### 第三章、計畫動機與目的

#### 一、動機：

本校因位處偏遠城鄉區域，雖然社區與家長對學校大力支持，但因弱勢與新住民孩子尚多，部分孩子甚至會因為家中經濟狀況欠佳終止練習，學校也因為田徑設備漸漸老舊，部分隊員須向他校借用器材設備方能維持練習。為了讓這群資源缺乏卻又天賦滿溢的偏鄉學生繼續在田徑場上揮灑熱情，故急需貴基金會的協助與支持。

#### 二、目的：

1. 讓校內深具田徑運動潛力之選手，可接受專業技術的養成訓練。
2. 提供具有發展潛能之田徑運動學生有明確的升學管道機會。
3. 對優秀田徑運動人才施以有系統之專業教育和長期計畫的培訓。
4. 透過體育專業訓練及體能活動，涵養學生的身體素質與體育情操。



5. 孕育學生健全人格，強化競賽技能，造就傑出運動人才。
6. 協助弱勢學生找回自信並培養挑戰自己、克服困難的精神。
7. 訓練學生互助合作、相互尊重與溝通協調的能力。

## 第四章、問題界定與需求評估

### 一、困境：位於偏鄉學校與亮點持續發展

1. 本校位居彰化縣之西南隅，同時也是彰化縣人口最少的行政區。因是彰化縣人口最少的鄉鎮所能獲得資源相對也是最缺乏。由於地方的工作機會少，青年人外移工作，社區進入高齡化人口。鄉內弱勢學生居多，學校所能獲得的資源少，在軟、硬體部分都急需資源，以利因應 12 年國教，建構一個提供適性、多元發展的校園環境。
2. 本校田徑亮點曾因師資調動而中斷，時隔 10 多年，在地師資已養成，希望藉此一發展的大好時機持續學校既有亮點發展，莫因資源不足，發生空有人才、卻無資源的遺憾，讓偏鄉學生喪失未來發展的機會。

### 二、學生自信建立與人格發展之未來性

1. 因工作機會減少與經濟發展停滯不前，本地之青壯年人口有相當大部份外移至就業機會較多之都會區。隔代教養或新住民子女情形普遍，因此容易產生溺愛或疏於管教之情況。另外，因城鄉差距之故，本地學生所受的外來資訊較少，形成眼界狹隘，容易自滿，也因此成就有限。再者本地之弱勢家庭比例也居高不下，這些都是目前地方教育所面臨的問題。
2. 本地學生個性樸實單純，普遍對學業缺乏興趣，也缺乏建立自信與自我實現的機會，如果遇到不良風氣引誘可能會無法辨別是非而沉迷。但對於體育活動則較有興趣，如果能以田徑訓練來排遣精力，並藉由參加比賽來拓展視野，培養不畏挫折、勇於挑戰的自我，並有良好的人際互動，這將會對學生將來的發展有很大助益。
3. 縣內升學比序加分項目對外競賽有兩分，因田徑體育比賽而獲得分數的弱勢學生考上國立與更優質學校更多人次。所以不單只有適性揚才更可以讓學生到更優質學習環境。而學生更能在其就讀高中職代表學校參加縣運動會，曾其自信心、成就感與榮譽感。

### 三、學校田徑設施與地方體育發展精神延續



1. 過往有些畢業的田徑選手練習都必須到外地去練習。因鄉內地方資源短缺，能提供專業的體育練習場少。而近兩年學校田徑推廣與普仁贊助漸漸有較專業器材與設備。進而有畢業田徑學長姐回來練習，且經驗傳承有助校內田徑學弟妹。現在漸漸以竹塘國中為鄉內田徑訓練中心，達到田徑選手在地練習延續的作用，漸可培植鄉內田徑選手。
2. 在普仁資源提供釘鞋、跳墊、撐竿與比賽服，漸漸有較弱勢且有潛力學生來參與。本校田徑本以田賽為主，現在更能推廣徑賽，讓更多弱勢學生來參與，適性揚才，發展個人潛能。有資源的進駐且選手個人比賽成績也不斷創最佳。但在推廣執行仍有些器材設備需改善增加。如徑賽安全欄架、學校沙坑硬化換黑沙很快又硬化選手易受傷、撐竿…等。

綜合以上，我們需要精於田徑訓練的教練以及相關器材設備來幫助學生，引導學生建立自信心、增加學習意願、提昇自我挑戰的勇氣和永不放棄的精神。

## 第五章 計畫內容

- 一、計畫對象：本校田徑校隊學生，計有：一年級 8 人、二年級 10 人、三年級 14 人，共計 32 人。其中弱勢學生 23 人約佔全部 71.8 %
- 二、計畫時間：田徑訓練原則將於每週早上（星期一、三、五 0720-0820）與中午時間（星期二、四 1230~1310），星期三社團課（0910-1100），週六日與的訓練視訓練成效或於比賽期間做調整。另外寒暑假會安排集訓活動。寒假訓練時間預計 5 天下午 1 點半至 4 點。暑假訓練時間預計 20 天下午 1 點半至 4 點

### 三、補救教學

- （一）、本校田徑隊員來自各班各年級，能力進度方面較不同而不利於另外開班授課，所以採個別指導與設定標準。
- （二）、針對田徑隊員課業方面有落後或未達該科標準，專任老師與導師老師願意義務利用早修、午休等課餘時間加強該科指導同學課業。

### 四、計畫構想描述

#### （一）、運動訓練部份

1. 專業教練進行教學活動
2. 選拔學校選手安排課程



## 3. 移地訓練與參加各級比賽

訓練計畫進度表如下：

月 份	期 別	重要訓練內容及進度	備 註
一月	鍛鍊期	1. 基本體能與基本動作之加強。 2. 培養全面性與專項性體能。 3. 強調團隊精神。 4. 錯誤與不當動作之修正。 5. 精神力與意志力訓練。	1. 辦理校隊選拔。 2. 重視運動技能的訓練。 3. 於每週早上（星期一、三、五 0720-0820）與中午時間（星期二、四 1230~1310）
二月~三月	比賽期	1. 比賽心理適性之培養。 2. 意象訓練模擬。 3. 調整體能與身心準備參加比賽。 4. 灌輸榮譽心。	1. 寒訓 5 日下午 1 點半至 4 點。 2. 參加彰化縣中小學運動會（二月中旬）。 3. 賽後檢討。
四月	完成期	1. 專項技術之矯正。 2. 調整體能與身心準備參加比賽。	參加全國中小學運動會
五月	鍛鍊期	1. 基本動作與體能之加強。 2. 培養全面性與專項性體能。 3. 隨體能改善，提高技術訓練。 4. 加強意志力。 5. 戰術之應用。	1. 質的加強。 2. 技術加強
六月	過渡期	1. 調整身心，準備新的訓練階段。 2. 轉移訓練方式，以球類或遊戲進行。 3. 輕度調整。	1. 個人資料建立。 2. 辦理暑假參訓選手名單調查。



七月~九月	比賽期	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養比賽的心理適性。</li> <li>2. 調整身心與體能狀況達到最高顛峰狀態。</li> <li>3. 意象訓練。</li> <li>4. 訓練選手學習觀察其他選手比賽狀況。</li> <li>5. 依個人比賽項目加強專項訓練。</li> <li>6. 參加比賽。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 重量不重質。</li> <li>2. 要求動作之正確。</li> <li>3. 參加縣運會（8月下旬）。</li> <li>4. 暑訓預計 20 天下午 1 點半至 4 點。</li> </ol>
十~十一月	完成期	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 調整體能與身心。</li> <li>2. 縣中運會賽後之檢討改進。</li> <li>3. 專項技術之矯正。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 加強質量訓練。</li> <li>2. 參加縣中運會（11月中旬）。</li> </ol>
十二月	過渡期	轉移訓練方式，以球類或遊戲方式進行輕度調整。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 缺點檢討改進。</li> <li>2. 減輕訓練量。</li> </ol>

### 訓練內容：

為了使選手的體能跟技能得到保持以及更進步的目標，特將訓練內容以下階段訓練：

#### （一）體能訓練期・訓練內容

基本訓練項目	重量訓練項目	輔助訓練項目
1. 心肺耐力 (1) 慢跑 30 分鐘強度約 40%。 (2) 3000m (或更遠) 強度約 60% 以上。 (3) 12 分鐘跑強度 70% 以上。 2. 基本動作【馬克操】 (1) 抬腿                   (2) 滑步 (3) 跨步走               (4) 擺臂	(高組數中-低強度) 1. 上肢 (1) 頸部肌群 (2) 上臂肌群 (3) 下臂肌群 2. 軀幹 (1) 胸部 (2) 背部、下背部	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 馬克操</li> <li>2. 腳踏車長程訓練</li> <li>3. 柔軟操</li> <li>4. 跳繩</li> <li>5. 循環訓練</li> <li>6. 間歇訓練</li> <li>7. 動作調整</li> </ol>



(5) 抬腿跑	(6) 高抬腿	(3) 腹部
3. 肌(力)耐力【補強】		3. 下肢
(1) 伏地挺身	(2) 仰臥起坐	(1) 大腿肌群
(3) 交叉跳	(4) 半蹲高跳	(2) 小腿肌群
(5) 波比	(6) 上下階梯	

## (二)專項準備期・訓練內容

專項基本訓練項目	重量訓練項目	輔助訓練項目
1. 耐力性項目	(中組數高強度)	1. 柔軟操
2. 速耐力性項目	1. 上肢	2. 跳繩
3. 爆發力項目	(1) 頸部肌群	3. 循環訓練
4. 敏捷性項目	(2) 上臂肌群	4. 間歇訓練
5. 全能項目	(3) 下臂肌群	5. 專項模擬測驗
	2. 軀幹	6. 階梯訓練
	(1) 胸部	
	(2) 背部、下背部	
	(3) 腹部	
	3. 下肢	
	(1) 大腿肌群	
	(2) 小腿肌群	

## (三)比賽前準備期・訓練內容

比賽調整訓練項目	重量訓練項目	輔助訓練項目
1. 技術調整	(低組數中-高強度)	1. 柔軟操
2. 體能調整	1. 上肢	2. 間歇訓練
3. 模擬測驗	(1) 頸部肌群	3. 專項模擬測驗
4. 疲勞度測試	(2) 上臂肌群	4. 意象訓練
	(3) 下臂肌群	5. 飲食、睡眠、行為管制
	2. 軀幹	
	(1) 胸部	
	(2) 背部、下背部	
	(3) 腹部	
	3. 下肢	
	(1) 大腿肌群	
	(2) 小腿肌群	



## (四)比賽後放鬆期・課程內容

放鬆期項目	重量訓練項目	輔助訓練項目
1. 疲勞恢復 2. 體能維持 3. 基本動作 4. 再訓練準備	(低組數低強度) 1. 酌量選擇 2. 維持肌力	1. 柔軟操 2. 戶外活動 3. 球類活動

## 預定進度甘特圖

月次 工作項目	108 年											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. 成立工作及訓練團隊	■											
2. 過渡期 (校內評選、集訓)												■
3. 訓練期 (參與校外各項比賽)	■											
4. 比賽期 (縣長盃、全國賽)		■					■			■		
6. 計畫執行	■											
7. 經費核銷及報告												■

## (二) 學校對本計畫所提供的支援

1. 人力資源：除專業必需之教練人員外，其餘所需人力都由本校教師志願擔任。

## 本校計畫推動小組成員一覽表

職稱	姓名	工作職掌	備註說明
校長	黃仲平	督導計畫執行	
學務主任	游俊閔	研究策劃、督導執行、行政協調、 社區及學校資源協調	





體育組長	洪家興	協助計畫執行、社區及學校資源協調	
健康中心護理師	洪惠君	身體狀況及需求評估	
教務主任	江東陽	研究策劃、督導執行、行政協調	
家長代表	蔡良政	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展	
總務主任	邱嘉祥	研究策劃、督導執行、行政協調	
會計主任	陳志成	經費核銷	
各班導師		協助計畫推行與督導	
田徑隊教練	莊孟融	計畫執行、學校資源協調	

2. 場地資源：場地部份由學校與縣府共同維護管理，並開放對外使用。
3. 提供對學生之進階輔導與尋求合作之高中職，讓田徑隊學生能順利的升學。
4. 學校每年主辦的運動會及寒暑假集訓，畢業同學們皆會返校擔任各項服務性工作。
5. 提供竹塘鄉內田徑選手集訓，增加在地人使用機率，同時提供並鼓勵學生服務社區的機會和熱情。

### (三)短中長期目標

短期目標：規畫多樣課程及活動，提升學生學習興趣

1. 規劃良好的設備環境
2. 培養運動興趣與自我管理
3. 學習運動技能與器材使用規範
4. 提升群體生活隸屬感與自信心

中期目標：擴大服務課程，培養學生比賽經驗，提升責任與成就

1. 服務校內體育活動
2. 教導學弟妹運動技巧與規範
3. 能有參與縣運及比賽經驗
4. 比賽訓練心得分享
5. 提升責任感與成就感

長期目標：推動自我管理成長規劃，積極參與鄉內學校服務，形塑服務態度



1. 自我規劃訓練時間與訓練課表
2. 領導團隊訓練與品德行為管理
3. 服務鄉內體育活動與訓練
4. 培養榮譽感與服務態度

### 具體指標

短期目標：規畫多樣課程及活動，提升學生學習興趣

1. 增加跳高墊安全設備
2. 安排多樣化訓練與輔助球類 2 種以上
3. 學會保養自己使用運動器材
4. 樂於練習田徑活動，相互鼓勵

中期目標：擴大服務課程，培養學生比賽經驗，提升責任與成就

1. 每年至少服務體育活動最少三次
2. 能指導學弟妹一般性體能
3. 比賽訓練心得分享至少 2 次
4. 參與縣運比賽至少一次，訂定自我目標標準

長期目標：推動自我管理成長規劃，積極參與鄉內學校服務，形塑服務態度

1. 能規劃訓練課表並執行
2. 管理團隊與指導專項訓練
3. 服務鄉內活動至少一次



附表 1-2

## 學校基本資料表

單位名稱	彰化縣立竹塘國中		設立時間	51 年 6 月
單位屬性	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 都會區 <input checked="" type="checkbox"/> 偏遠 <input type="checkbox"/> 特偏 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 離島			
校 長	黃仲平	電 話	0935-049739	
E-mail	rhinohcp@ms10.hinet.net	傳 真	04-8970955	
通訊地址	525 彰化縣竹塘鄉竹林路一段 550 號			
學校網址	<a href="http://163.23.67.129/school/web/index.php">http://163.23.67.129/school/web/index.php</a> <a href="https://www.facebook.com/ctjhs/">https://www.facebook.com/ctjhs/</a>			
計畫承辦人	洪家興	電 話	04-8972034#12#14, 0980138525	
E-mail	yichon525@gmail.com	傳 真	04-8970955	
學生屬性概況	<p>全校學生人數 <u>576</u> 人，每班平均約 <u>28</u> 人。</p> <p>低收入戶人數 <u>22</u> 人，佔 <u>3.8%</u>。清寒家庭(不含低收入戶)人數 <u>75</u> 人佔 <u>13%</u></p> <p>外籍配偶人數 <u>109</u> 人，佔 <u>18.9%</u>。隔代教養人數 <u>8</u> 人，佔 <u>1.3%</u>。</p> <p>單親家庭人數 <u>101</u> 人，佔 <u>17.5%</u>。</p> <p>原住民 <u>1</u> 人，佔 <u>0.2%</u>。殘障人士子女人數 <u>17</u> 人，佔 <u>2.9%</u>。</p> <p>總計弱勢家庭人數高達 <u>296</u> 人次、佔全校百分之 <u>51.3%</u>。(剔除重覆人數)</p>			
學校背景與發展特色	<p>學校規模：</p> <p>1. 普通班 <u>21</u> 班、全校學生 <u>576</u> 人，教職員工 <u>69</u> 人。</p> <p>2. 校地面積約 <u>2.13</u> 公頃。</p> <p>家長素質：</p> <p>1. 職業屬性以農業為主，至外鄉工作者眾，貧富差距大。</p> <p>2. 資源分配不均，社經地位高的家長選擇讓學生跨區就讀，唯多數家長對</p>			



	<p>學校辦學仍深具信心。</p> <p>3. 單親、隔代教養、外配家庭人數有增加的趨勢。</p> <p>地理環境：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 地處郊區，民風樸實，環境單純。</li><li>2. 屋舍儼然，農田廣布，氣候宜人。</li><li>3. 地理位置不佳，鄰近二林、北斗，產生磁吸效應，進修機會少，新知取得不易。</li></ol> <p>學生狀況：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 本性單純樸實，生活步調簡單，刻苦耐勞，動靜皆宜。</li><li>2. 學習力程度差異大，反映家庭貧富差距大的情況，接受文化刺激的條件亦呈現極端分布。</li><li>3. 交通不便，文化不利，新知取得不易，須仰賴網路資源，但易沉迷。</li><li>4. 貧富差距大，低社經家長忙於工作，疏於管教，導致學生沉迷網路，未能建立良好讀書習慣。</li><li>5. 成就低者學習意願低，被動好玩，接受刺激少，眼界低，容易以自我為中心。</li><li>6. 成就高者有天賦，肯學習，動機高，唯因家庭經濟條件不佳，缺乏資源挹注，故急需「大手」提攜拉拔，提供經費、資源協助其成長發展。</li></ol> <p>發展特色：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>5. 直笛隊</li><li>6. 田徑隊</li><li>7. 籃球隊</li><li>8. 跆拳道隊</li><li>9. 躲避球隊</li><li>10. 巧固球隊</li><li>11. 拔河隊</li></ol>
--	--



附表 1-3

## 普仁「大手拉小手」青少年引導計畫 學校承諾書

本校 彰化縣立竹塘國民中學（學校全銜）接受財團法人普仁青年關懷基金會「大手拉小手」青少年引導計畫贊助，願訂立本承諾書，承諾遵守下列約定事項：

- 第一條 本校承諾願意配合於基金會網站每月定時上傳進度報告（如：靜態文字或圖片、動態影片或簡報檔等），以供徵信。
- 第二條 本校承諾願意配合進行年中評估及年度結報工作，若年中評估未達評審標準時，基金會得暫緩或停止第二期贊助款。
- 第三條 計畫獲得核准贊助設備或服裝費用時，本校願意在適當處放置基金會標誌及基金會名稱（附表 4）以協助推廣引導計畫精神。
- 第四條 本校承諾本計畫贊助款專款專用，所獲資助設備應列入學校財產管理，且於年終檢附設備財產清單及經費核實結報，並彙整成果資料一份以利基金會核銷。
- 第五條 本校願配合參與基金會相關成果展出，協助推廣引導計畫成效。

本校若有未依上述承諾執行之情事，願自動放棄各項贊助並繳回之前已贊助之經費。

學校單位負責人  
（蓋關防或機關印信）

中 華 民 國 108 年 9 月 14 日



附表 1-4

## 學校執行預期成效自評量表

※本表『成效評估』項需含：高關懷學生數及比例、中輟人數、未來繼續升學高中職人數…等項目。

成效評估	量化指標	評估方法與工具
一、改善學生在校行為	1. 正常出席，不可有缺曠課紀錄，達 90%	紀錄表
	2. 準時繳交作業，達 90%	導師紀錄、學校作業抽查紀錄
	3. 學生參加田徑隊自我表現回饋表	以問卷訪問學生，調查其加入田徑隊後學習態度的變化與成長
	4. 普仁主題心得撰寫，完成每人每月心得主題一篇	教練批閱
	4. 獎懲次數，達 90%以上無警告或削過中	學務處紀錄
二、獲得訓練成果	1. 參加田徑賽人數增加達 30 人以上	人數統計
	2. 個人比賽成績進步達 80%	比賽紀錄
	3. 獲得彰化縣競賽分數達 80%	獎狀證明
三、配合社區學校運動體育發展	1. 參與體育相關活動(田徑巧固球躲避球)120 人次	人數統計
	2. 個人比賽成績進步，達 90	人數統計
	3. 結合社區田徑發展，在校生參與人數達 20 人以上	人數統計
四、學業、活動均衡發展，並鼓勵學生繼續升學	1. 符合七大領域中，四領域及格之畢業證書領取資格，100%	對照畢業生升學資料
	2. 繼續升學人數比例，達 100%	
五、提供弱勢家庭學生學習機會	1. 弱勢家庭學生參加田徑隊達 60%以上	弱勢家庭學生人數統計
六、增加主動學習、國際觀能力	1. 全國性比賽達 2 場以上	統計
七、零中輟	中輟人數，0 中輟	中輟人數



## 預期效益

1. 發展學校田徑運動特色，配合十二年國教方針積極推廣全方位適性揚才，吸引未來在地國小畢業生前來本校就學，無須離家到外鄉鎮上課，進而減低學生外流情況。
2. 積極參加各級田徑比賽，藉由比賽競爭的良性刺激，提昇學生奮力求進的企圖心，同時增加同學對自我要求的自信心。
3. 田徑隊成員能協助學校體育課內之田徑課程、校際田徑活動中擔任安全確保工作，培養同學負責任、協助他人之自我認知態度。
4. 以田徑訓練教育方式進行學生輔導，在活動中引導學生突破自我障礙、增加對自身的瞭解和自信。藉由田徑訓練培養專業田徑運動人才，培養升學之外的其他專業技能。