

單位：臺北市博嘉實驗國民小學

活動時間：110 年 9 月 1 日(星期三) 07：20~11：50

活動地址：臺北市文山區木柵路四段 159 巷 14-1 號

新聞聯絡人：學輔主任 巫柏樹 聯絡電話：02-2230-2585#120

行動電話：0953-333-260

【發稿日期：110 年 9 月 2 日】

【活動主題：博嘉全能王-防疫動起來】

【臺北報導】

經過了史上最長的暑假，小朋友們的體能變差了嗎？臺北市博嘉實小學輔處巫柏樹主任及團隊，規劃新生開學闖關活動，結合了今年暑假最夯話題「東京奧運」，設計了我們國家隊表現優異的六項運動，讓小一新生進行闖關，包含：

第一關「舉重」：舉起全世界、第二關「桌球」：拍出未來、第三關「羽球」：羽你同行、第四關「射箭」：箭無虛發、第五關「體操」：翻滾吧！夢想、第六關「籃球」：百發百中。

經過努力的挑戰，全體小朋友都榮獲「金牌」，贏得滿滿的成就感。

校長洪慧瑄表示，因應疫情，每位小朋友都帶口罩進行闖關，並配合酒精消毒，希望透過活動建立運動興趣與習慣，新學期有好的開始，開開心心、健健康康每一天！

「博嘉全能王」新生闖關/過關規則/道具

	關名	過關規則	道具
一	舉重(舉起全世界)	將槓鈴以雙手舉過頭頂 3 秒即可過關	舉重(DIY)2 組
二	桌球(拍出未來)	手持桌球拍，將乒乓球放置球拍上，向上拍擊三下即可過關	桌球拍*3 支、桌球*10 個
三	羽球(羽你同行)	手持羽球拍，將羽球放置於球拍上，來回一趟即可過關 (頭尾放置三角錐)	羽球拍 3 支，羽球*5 個 角錐 2 個
四	籃球(百發百中)	拍球 3 下，運球投籃，撿球回來原地，即可過關	軟性小球 2 顆、角錐 2 個， 自製籃框架
五	體操(翻滾吧！夢想)	側滾一圈即可過關	軟墊 2 組
六	射箭(箭無虛發)	每人射出三箭，其中一箭射中靶心即可過關	靶心 1，弓 2 把，箭枝 10 支

110.09.01 博嘉全能王-防疫一起動起來



博嘉全能王，全體工作人員與小一新生合影



舉起全世界

110.09.01 博嘉全能王-防疫動起來



翻滾吧!夢想!



百發百中

110.09.01 博嘉全能王-防疫動起來



箭無虛發



通過六關的考驗後獲得金牌一面、以及學校貼心準備的新生十禮