

桃園市觀音區崙坪國民小學 112 學年度越野賽跑實施計畫

壹、目的：

- (一) 提升兒童體能、增進心肺適能，以達全民運動的目的。
- (二) 培養學生熱愛運動，感受運動的舒暢感。
- (三) 訓練學生長距離跑步的體能分配調整。

貳、主辦單位：輔導室。

參、時間：112 年 12 月 22 日（星期五）AM8:10。（遇雨延至隔週 12 月 29 日）

肆、地點：本校操場及校外社區路線。

伍、實施辦法：

(一)對象：

1. 幼兒園、一~六年級學生(心臟病、氣喘或患有重大疾病及家長不贊成之學童得不參加)。
2. 學生家長、社區人士。

(二)競賽路程：

1. 幼兒園及低年級組步行賽跑路線，折返全程約 2 公里。
2. 中、高年級組依路線圖跑步，折返全程約 2 公里。
3. 學生家長、社區人士組依路線圖跑步，折返全程約 2 公里。

(三)獎勵方式：

1. 三至六年級學生分男生組及女生組，各取前六名。
2. 前三名頒發獎牌，於學生朝會公開表揚。
3. 三至六年級第一名頒發獎卡三張、第二至三名獎卡二張、第四至六名獎卡一張。
4. 全程完賽運動飲料一瓶，以班級為單位發放。學生家長、社區人士組完賽後可至司令台領取運動飲料一瓶。

(四)時間限制：

1. 8:40 前未完成比賽回校同學，由交通車載回。
2. 原則上希望所有學生跑或走完全程。

(五)路線規劃：

1. 起點線及終點線均設立於操場升旗台前跑道上黃線。
2. 參考附件路線圖及服務志工位置圖。

陸、工作分配：

組別		負責人	組員	工作地點	工作內容
一、裁判組	(一) 裁判長	林盛基校長	徐淑榕主任	大門	綜理各項事務
	(二) 起點裁判	黃旭正主任	林盈君老師	操場	1. 比賽開始發令，由六年級先出發，依序五、四、三年級，低年級及幼兒園最後出發。 2. 各年級比賽時間間隔 2 分鐘或依情況而定、巡視最後離校學生。
	(三) 計時、記錄	吳曉芬主任	三年級： 劉妍伶老師 四年級： 徐文義老師 五年級： 馮珮榕老師 六年級： 古堯杰老師	操場 大門	1. 負責各年級終點計時、紀錄。 2. 未參加路跑學生管理。 3. 學生回校至終點報到，引導學生操場集合。
二、巡察秩序組		黃旭正主任	各班導師	沿途	沿路巡視及安全照護。
三、交通維安組		柯雪霞隊長 林盈君老師	志工團	沿途及岔路口	負責各定點賽跑路線導引及交通維安
四、醫護安全組		林孟君護理師	陳美惠小姐	健康中心	負責學生緊急照顧
五、照相組		黃旭正主任	莊育霖助理員	比賽場地	1. 負責活動全程照相事宜 2. 8:40 分沿路線接未跑完學生

柒、注意事項：

(一)交通維安組：

1. 各定點志工負責沿線路口指揮及路線導引；請各班級任導師協助巡視班級跑步狀況給予協助。
2. 7:30 集合工作說明；7:50 分就交管位置定位。
3. 學生至折返點時，由定點 13.14 志工在學生手背蓋章證明，終點各年級負責老師紀錄時需檢查印章。

(二)行文大園分局，請其派員協助交管，以維護學生之安全。

捌、本計畫經 校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

學務組長 林盈君

主任：

輔導主任 黃旭正

校長：

崙坪國民小學 校長 林盛基

桃園市觀音區崙坪國民小學 112 學年度越野賽跑通知單

親愛的家長您好：

本校謹訂於 12 月 22 日（星期五）上午 8 時 10 分起（遇雨延至隔週 12 月 29 日），舉行本校越野賽跑，共分成中、高年級越野賽跑及低年級、幼兒園步行遠足。

舉辦此活動目的在結合社區資源，鍛鍊學童體能，培養耐力和毅力及宣導結能減碳愛地球的觀念。

本次活動以全學年參加為原則，鼓勵跑完全程但不勉強，可依體力跑或走完全程，為顧及學童身體狀況殊異，需取得家長同意書才能參加，歡迎家長參加。若患有心臟病、氣喘或重大疾病者請勿參加。

桃園市觀音區崙坪國民小學 112 學年度越野賽跑回條

◎ 家長同意書及學生報名表 ◎

_____ 年 _____ 班 學生姓名：_____

- ☐ 同意子女參加越野賽跑。
- ☐ 家長參加越野賽跑(_____ 人)。(全程完賽運動飲料一瓶。)
- ☐ 不同意子女參加越野賽跑。

不參加越野賽跑學生同時間在操場健走。

學生家長：_____（請簽名）

請於 12/13(三)前交予導師後繳回輔導室學務組



福山路一段

14分
1公里

桃園市觀音區國民小學

桃園市觀音區觀音
幼兒園

桃園市觀音區文化地景園區

國際電話株式會社觀音
觀音

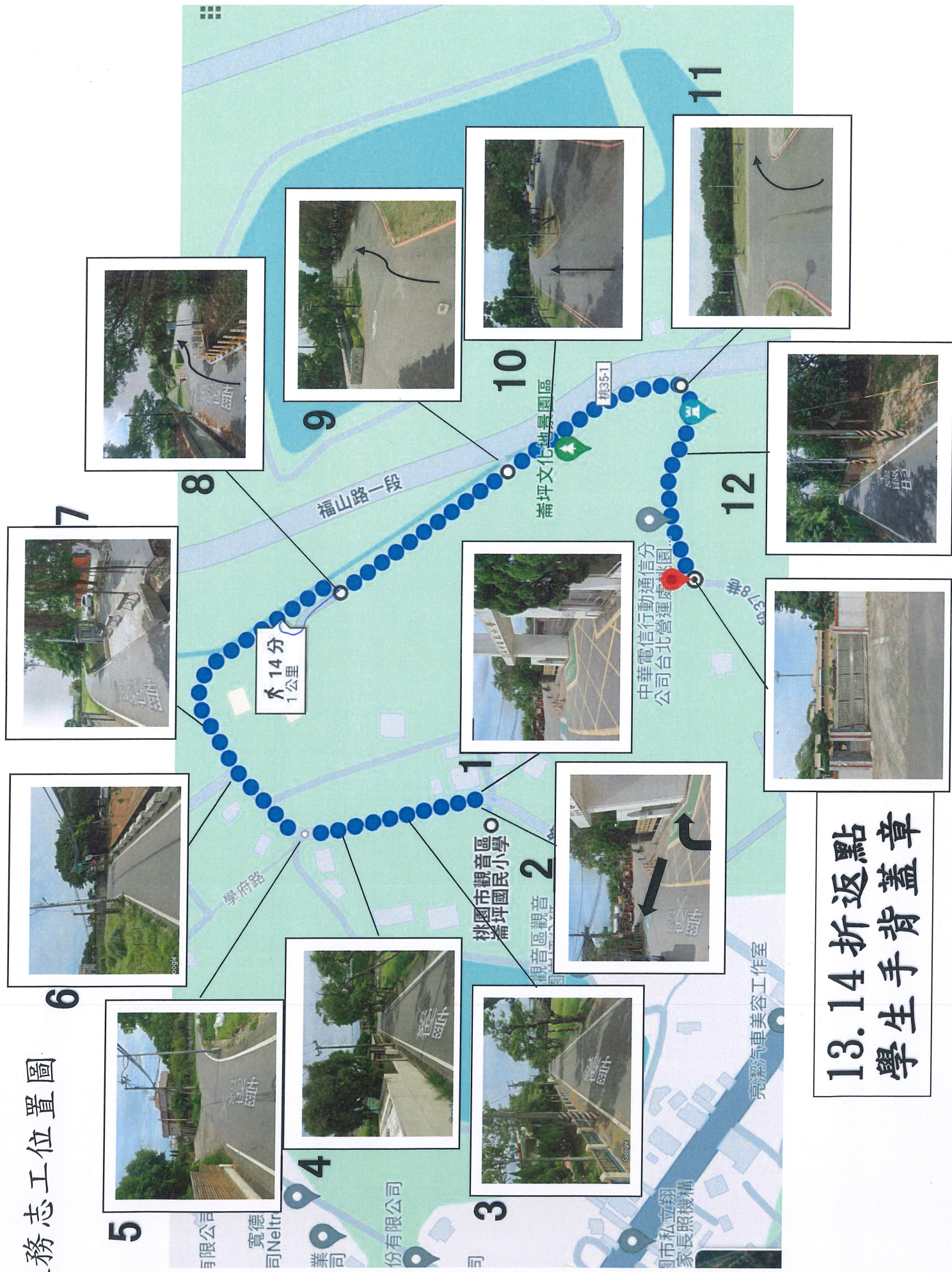
中華電信行動通信分
公司台北營運處桃園

桃35-1

路一段378

汽車美容工作室

服務志
工位
置圖



13.14 折返點