

# 臺北市士林區雨聲國民小學 106 學年度兒童節路跑暨淨溪活動計畫

## 壹、依據：

一、學務處年度計畫。

二、教育部體育署 Sport Health 150(SH150)方案及北市教體字第 10430836000 號函。

## 貳、目的：

一、增進學生身體活動質與量，提升體適能。

二、習得運動技能，培養終身規律運動習慣。

三、感受社區鄰里河畔之美，鄉土環保之情。

參、主辦單位：雨聲國小學務處。

肆、實施對象：全校師生（含幼兒園）。

## 伍、實施方式

一、分組進行，採計時賽制。

二、各組學生於折返點處，需蓋章證明。

三、各處室行政人員協助於路跑路線上設點，注意學生安全。

四、於起點設置醫護站。折返點設置醫護箱。

陸、日期：107 年 3 月 31 日（六）。

## 柒、組別

一、高年級組（2.3 公里\*2 趟）：

出發點（雨農橋下）>復興橋>折返點（蓋章）>通過雨農橋>

折返點（福林橋、蓋章）>終點（雨農橋下）。

二、中年級組（1.3 公里\*2 趟）：

出發點（雨農橋下）>折返點（福林橋、蓋章）>終點（雨農橋下）。

三、低年級健康組（1.3 公里\*1 趟）：

出發點（雨農橋下）>折返點（福林橋、蓋章）>終點（雨農橋下）。

四、幼兒園：雨農橋下周圍野餐或活動。

## 捌、活動流程：

時間	活動項目
08：20	全校操場集合
08：25	開幕典禮、校長、來賓致詞
08：40	步行至河濱步道 依序出發 一二年級：謝明臻主任隨隊。 三四年級：徐慧娟主任隨隊。 五六年級：林建昌主任隨隊。 幼兒園：李淑卿園主任隨隊。
09：10	比賽路線及規則說明、暖身操
09：15	中年級（1.3 公里*2 趟） 四年級、三年級出發前拍照、鳴槍起跑出發。 低年級（1.3 公里） 二年級、一年級出發前拍照、鳴槍起跑出發。
09：20	高年級組（2.3 公里*2 趟） 五年級、六年級出發前拍照、鳴槍起跑出發。
09：30	幼兒園野餐或活動
09：30～	路跑。
11：00	先回來的同學班級集合休息。
11：00	頒發各年級前 10 名獎狀、獎品。 頒發感謝狀。 全校集合合照。
11：20	全校愛護環境河畔淨溪
11：50	活動結束，集合返校

## 玖、工作分配：

- 一、製作路線標示牌、折返點標示牌、醫護站標示。
- 二、為辨識學生意級，製作號碼布，以顏色區分年級，號碼四碼。
- 三、安排行政教師（19 人）、家長（15 人）協助路線交通維安、路跑路

線維安。

四、校警保全、人事、會計、總務處文書留守學校。

五、系管師於起點（終點）攝影。

六、對講機 5 支，補給站各 1 支，雨農橋下 1 支，全區巡視 1 支。

七、班級老師請於雨農橋下協助登記通過學生，及前 10 名最快抵達終點之同學。

地點	執行事項	人員
雨農橋下 (起點、終點)	協助掌握紀錄班級通過學生名單 製作各學年完成前 10 名獎狀 計時	各班導師 周桂芳、鄭惠雯
	醫護組	何雅萍護理師
	後勤支援 (4 張桌子、40 張綠色塑膠椅)	傅莉莉、王志強、 陳翠英、許淑珍
	攝影、拍照	黃靚芬、陳建方
全區路線 對講機 1 支	巡視注意學生身體情形	劉順正主任 王姿琪老師
折返點	號碼布畫線	雨農橋：張朝川老師 復興橋：何孟翰老師 楊秀鳳小姐 福林橋：張一正老師 王郁琦老師
路線指引	路線叉路指引	朱曉瑩老師 卓伊老師
補給站 對講機各 1 支	注意學生身體狀況，提供飲水補充體力	徐慧娟主任 謝明臻主任 林建昌主任

潛能班	注意潛能班同學活動狀況	高娟慧老師 黃貞嘉老師
-----	-------------	----------------

拾、獎勵：各年級取前十名，頒發獎品及獎狀。

拾壹、經費：由學校或家長會相關經費項下支應。

拾貳、本計畫經校長核定後實施，修訂時亦同。