

# 臺北市雙園國小 110 學年度畢業季「雙園小鐵人」競賽實施計畫

- 一、依據：「111 年度臺北市提升學生 SH150 實施計畫及六年級校本課程」辦理。
- 二、目的：
  - (一)藉由活動提倡「熱愛運動，享受健康」的生活理念。
  - (二)在離開校園前夕，以運動健康環繞校園，。
  - (三)建立學校特色，突破體能挑戰。
- 三、主辦單位：學務處體育組。
- 四、參加對象：凡本校六年級學生身心健全、體耐力良好足堪參與全程各項活動者，如有心肺功能不佳、皮膚疾病者請勿報名。
- 五、比賽日期：111 年 06 月 15 日(三)08:40~11:00 遇雨改兩天備案，除遇不可抗力之因素(如天災、疫情、畢旅等)公告取消辦理。
- 六、報名日期：即日起至 111 年 06 月 14 日(二)。填具報名表(附件一)，由導師收齊交至學務處報名或家長自行上校網填寫報名表寄至指定信箱(yrc@syys.tp.edu.tw)。**參加者均需由家長或監護人簽屬同意。**
- 七、活動項目：
  - (一)晴天：本校外圍牆 1 圈約 800 公尺跑步、本校校園操場 1 圈 200 公尺跑步。
  - (二)雨天：本校禮堂 3 圈約 225 公尺障礙賽。
- 八、比賽路線  
晴天(附件二)：雙園國小前門(大門)→沿外圍牆跑 1 圈→雙園國小前門(東側門)進入校園→學校操場 (共約 1000 公尺)。  
雨天(附件三)：禮堂門口集合→禮堂內跑 3 圈(障礙賽) (共約 225 公尺)。
- 九、獎勵方式：
  - (一)完成全程者發給完賽獎牌。
  - (二)與導師及校長合影。
- 八、活動經費：由校內相關經費支應。
- 九、其他：
  - (一)參賽選手裝備皆須自備(跑鞋、運動服裝)，裝備不全者不得參加。
  - (二)報名截止後即不得新增或更改名單。
- 十、裁判：以校內無課務及六年級老師優先協助，若為必要人員且有課務者，協請教務處派代。
- 十一、本計畫呈請校長核准後實施，修正時亦同。

## 臺北市雙園國小 110 學年度畢業季「雙園小鐵人」競賽活動流程

一、分組：為使比賽流程順暢請各班參閱第二項流程時間集合。

### 二、活動流程時間：

1. 08:40 集合(操場/禮堂)，08:45 開幕，08:50 暖身操、說明規則，  
09:00 開始比賽。

2. 各班級比賽時間(請於比賽時間提前 5 分鐘集合完畢)：

09:00 六年一班、09:20 六年二班、09:40 六年三班、10:00 六年四班。

晴天：統一將水壺放置觀看台，並於學校前門(大門)集合完畢。

雨天：統一將水壺放置禮堂觀眾席，並於禮堂門口集合完畢。

3. 防疫指引：全程須配戴口罩。

4. 與校長及導師合照時間：

(1) 個人完賽後於(穿堂/禮堂頒獎台)頒發完賽獎牌並與校長合影。

(2) 以班級為單位，全班與校長及導師合影。

5. 場地恢復：

10:30 操場拱門(總務處)、器材歸還(體育教師、體育組)。

11:00 前完成所有小鐵人活動。

### 三、活動路線

◇ 晴天：

觀看台放置水壺→前門(大門)集合→沿外牆以逆時針方向跑 1 圈→前門(東側門)進入校園→操場跑 1 圈→典禮台前終點完賽→於穿堂頒發完賽獎牌並與校長合影→班級與校長及導師合照。

◇ 雨天：

禮堂觀眾席放置水壺→禮堂門口集合→禮堂內以逆時針跑 3 圈→禮堂頒獎台完賽→於禮堂頒獎台頒發完賽獎牌並與校長合影→班級與校長及導師合照。

