

# 臺南市東興國小第四屆環東盃馬拉松比賽實施計畫

- 一、宗旨：推展全民運動，提倡正當休閒活動，增進參與體育活動機會，強化學校體育提昇體適能，養成終身運動習慣，增進運動人口，促進學生身心健康。
- 二、目的：
  - (一)指導學生增進體能，促進身心全面發展。
  - (二)啟發學生運動興趣，建立終身運動習慣。
  - (三)訓練學生運動技能，提高身體適應能力。
  - (四)培養學生運動風度，樹立團隊合作精神。
- 三、主辦單位：本校學務處。
- 四、協辦單位：本校教務處。
- 五、承辦單位：本校學務處體衛組。
- 六、活動日期：109年12月18日（一）8：10開始
- 七、活動路線：



- 八、活動距離：全程約 1.6 公里（藍線為四年級組，紅線為高年級組）。
- 九、競賽時間集合地點時間：報到時間早上 7:50 開始，各組比賽前 20 分鐘完成報到、

做操（參賽人員須在 7：00 前吃完早餐）。

#### 十、競賽分組：自由報名參加

- （一）小四男子組，距離 1000 公尺，穿白色號碼衣（出發時間 08:12）。
- （二）小四女子組，距離 1000 公尺，穿紅色號碼衣（出發時間 08:14）。
- （三）高年級男子組，距離 1600 公尺，穿運動服（出發時間 08:14）。
- （四）高年級女子組，距離 1600 公尺，穿班服（出發時間 08:16）。

#### 十一、競賽規程：

- （一）參賽選手請著規定服裝，以利成績判讀。
- （二）選手依規畫路線前進進入終點時須取得名次卡號（前五名），由終點裁判判決。

#### 十二、獎勵辦法：

- （一）第一名：榮譽券 10 張（現場頒發）
- （二）第二名：榮譽券 9 張（現場頒發）
- （三）第三名：榮譽券 8 張（現場頒發）
- （三）第四名：榮譽券 7 張（現場頒發）
- （三）第五名：榮譽券 6 張（現場頒發）
- （四）其餘參賽者一人 1 張（結束後發）

#### 十二、經費來源：無

#### 十三、預期效益：增加運動人口，並養成運動習慣與體適能提升。

#### 十四、注意事項：

- （一）請參賽同學衡量個人身體健康狀況，應先練習，患有心臟病、糖尿病、氣喘及不適長跑之疾病請勿報名參加。
- （二）跑步時，請穿著舒適運動服裝。
- （三）選手請於賽前半小時進行檢錄報到。
- （四）比賽進行中選手不得抄近路，否則以棄權論。
- （五）安全第一，身體不適請立即停止參加競賽。
- （六）請服從裁判、志工。
- （七）1. 裁判長（發令）：校長和會長

#### 2. 終點裁判：超雅主任—高年級男生

正 龍—高年級女生

攻 吟—中年級男生

秀 梅—中年級女生

#### 3. 檢錄：體衛組長

#### 4. 路跑安全導護：加油站—昱婷；水煎包—惠瑜；教會—怡如；西北角—惠瑛老師。殿後—明松。謝謝以上老師。每組 3 張照片，並上傳至東興 line 群組）

#### 5. 主持人：世昌主任、終點拍照：

#### 6. 請晶萍負責四年級之殿後車（騎腳車或機車）。

#### 7. 請明松、怡彤負責高年級男、女生之殿後車（騎腳車或機車）。

8. 請護理師阿姨在司令台旁建立急救站
9. 請工友阿姨在 1/14 早上將操場通往停車場的柵欄打開。
10. 12/18 停車場走道清空。

承辦人：  顏瑞男

主任：  楊超雅

校長：  陳志強

- ps：
1. 終點拱門志工：紅布條 1
  2. 三角錐志工 6
  3. 號碼衣志工 2
  4. 榮譽券及頒獎志工 3：1 至 5 名依序排列
  5. 急救站志工 2：桌子 1、椅子 2