順天國小111學年度SH150三好校園暨會長盃親子路跑活動實施計畫

一、依據：本校111學年度校務工作計劃，家長會年度計畫。

二、目的：為推展全民體育活動，培養學生運動風氣，增進親子感情，促進學生、家長、教師們身心健康。

三、主辦單位：順天國小家長會

四、承辦單位：順天國小學務處

五、協辦單位：大甲區公所、臺中市警察局大甲分局

六、參賽對象：本校學生、家長、家長會委員、教職員工均可報名。(預估800人)

七、活動時間：111年12月3日(星期六)上午08：30～10：30。

八、活動路線：文曲路（順天國小—武陵社區活動中心路段）全長5KM。(附件一)

九、活動辦法：

1.活動當天將於08：00在校園集合。

2.路線：起點--經國路校門口出發；折返點—武陵社區活動中心；
終點--經國路校門口。

3.折返點將發礦泉水或運動飲料1瓶。

4.本項活動屬於親子(需家人陪同參加)與班級活動，因此不計時、不採計名次。

5.報名：本活動分為親子組、班級團體組，有意參加請填寫報名表請或到校網下載報名表(附件二)，並於10月 31日前將報名表交給導師(煩請校網填報)，再交至體育組彙整。

6.活動當天午餐請自理。

7.獎勵：

(1)凡通過折返點者，可獲贈礦泉水或運動飲料1瓶。

(2)到達終點者，可獲得參加路跑證明書1張。

(3)報名班級團體組有50%(含)以上在1小時(含)內到達終點，擇優給予團體獎勵。

(4)參與本次活動的學生，請導師給予學生榮譽卡章獎勵：凡參加路跑活動者，給予1格榮譽卡章。

8.健康說明：請有健康疑慮者(有心臟病、高血壓、癲癇病史，或目前重感冒、懷孕…等)，請勿報名參加。

9.活動流程

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | 流程 |
| 08:00~08:30 | 報到 |
| 08:30~08:40 | 暖身運動 |
| 08:40~10:00 | 路跑活動 |
| 10:00~11:00 | 抽獎活動暨證書發放 |
| 11:00~ | 活動結束 |

10.注意事項

1.活動當天將於08：00在校園集合安排隊伍。

2.活動當天午餐請自理，請自備水壺或環保杯。

3.因應疫情**無開放現場報名**。

4.抽獎獎品十分豐富，請踴躍參加。

    11.防疫事項

      (1)參加人員如屬於「確診快篩陽需居家照護」、「居家隔離」、「居家檢疫」、「加強自主健康管理」、「自主健康管理」之一者，**禁止參加本競賽**。

      (2) 抵達活動場地前，自行量測體(額)溫並快篩陰性，如快篩陽或有呼吸道、發燒狀況，請勿到活動場地。

      (3) 參加活動需佩戴口罩、勤洗手等自主健康管理。