

新北市鼻頭國民小學 111 學年度校慶暨社區親子運動會實施計畫

壹、依據：本校 111 學年度第 2 學期校慶籌備會議辦理。

貳、目的：

- 一、鼓勵親師生運動，營造健康樂活校園。
- 二、推動普及化運動，培養規律運動習慣。
- 三、促進動健康社區，實踐健康樂活目標。

參、活動主題：**大手牽小手，運動樂悠遊**

肆、參加人員：本校學生、教職員工及學生家長。

伍、活動時間：112 年 3 月 25 日(六) 9:00-13:30

陸、活動地點：本校操場(雨天：在禮堂)

柒、活動程序表

日期	112/03/25(六)	備註
07：40-09：00	導師時間	道具組人員準備道具
09：00-09：30	1. 心鼓表演 2. 長官致詞 3. 操場啟用儀式	椅子 啟用儀式 全體教師
09：30-10：00	道具組人員準備道具及場佈	
10：00-12：00	第一關：水域安全有撇步 第二關：愛的魔力傳圈圈 第三關：你是我的眼 第四關：防災教育我最行：保命三步驟	
12：00-12：30	發餐盒(學生放學)	全體教師
12：30-15：40	檢討會暨教學環境整理	全體教師

捌、趣味競賽項目：

第一關:水域安全有撇步

第二關:愛的魔力傳圈圈

第三關:你是我的眼

第四關:防災教育我最行:保命三步驟

玖、分組名單(各領隊老師協助指導學生並維護安全秩序)

	第 1 隊	第 2 隊	第 3 隊
領隊老師/協同老師	黃薪宜 王文瑾(拍照)	楊婕軒 張佳玉(拍照)	許惠萍 鄧宇珍(拍照)
幼/小學	陳羿名、(家長/師長)	藍宥謙(中)、(家長/師長)	陳彥名、(家長/師長)
幼	藍宥勝(大)、(家長/師長)	張耀升(大)、(家長/師長)	藍尹辰(中)、(家長/師長)
小學	譚宥安(一)、(家長/師長)	洪杰宥(一)、(家長/師長)	羅宇彬(一)、(家長/師長)
小學	許恩恩(二)、(家長/師長)	譚佩菁(二)、(家長/師長)	許思思(二)、(家長/師長)
小學	江大千(二)、(家長/師長)	江大東(四)、(家長/師長)	洪睿彥(三)、(家長/師長)
小學	洪楷揚(四)、(家長/師長)	簡稚昀(五)、(家長/師長)	蕭昀佑(六)、(家長/師長)
隊長	黃兆玄(六)、(家長/師長)	朱以丞(六)、(家長/師長)	戴祥育(六)、(家長/師長)

競賽名稱	水安救援有撇步	愛的魔力傳圈圈	你是我的眼	防災教育我最行:保命三步驟
場地	操場	操場	操場	操場
關主 副關主	何孟孺主任 龍洞教練	張萍主任 羅桂芬老師	李俊賢主任 賴瑜平老師	吳紀暉主任 陳政霖老師
遊戲規則	<ol style="list-style-type: none"> 1. 到關說明規則 2. 三隊隊員先排出遊戲順序。 3. 每組一位家長和一位學生併排站好 4. 起跑點 A:每個家長(師長)由學生協助正確穿戴好救生衣。 5. 救援點(對面三角錐處):隊員(家長/師長)穿好救生衣後即可小跑至前方三角錐處等待。 6. 起跑點:同隊學生尋找合適救援設備拋給對面已穿救生衣的家長(師長),將其救援拉回。 7. 接著下一位家長(師長)穿好救生衣後依前述步驟小跑至三角錐處等待。 8. 起跑點之同隊隊友學生尋找合適救援設備拋給對面已穿救生衣的家長,將其救援拉回。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 到關說明規則 2. 各隊先排出遊戲順序 3. 每組一位家長和一位學生排列站好,並且一人發一支吸管。 4. 當音樂開始時候,請每組第一位參賽者拿橡皮筋套在吸管上用嘴巴咬著,傳遞給下一位隊員的吸管。 5. 音樂結束前傳遞最多橡皮筋的隊伍即獲勝。 6. 吸管都是咬在嘴巴上去傳遞橡皮筋,除幼兒園學生外其他人,不可以用手幫忙。 7. 第一位隊員請安排大人 8. 一次傳遞一條橡皮筋。 9. 當橡皮筋從第一位傳遞到下一位後,第一位組員即可再拿橡皮筋傳遞。 10. 若吸管掉落地上,可師長以撿起來在繼續傳遞。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 到關說明規則 2. 各隊先排出遊戲順序 3. 首先學生戴上眼罩並拿樂樂球棒及球,由家長用語言引導學生將球放上打擊座。 4. 家長拉著球棒帶領學生進行障礙折返(約十公尺), 5. 繞過折返點後,請家長學生返回打擊區打擊樂樂棒球,如未打中仍請家長協助撿取放置打擊座上,將球打擊出去打擊區即可過關獲得獎品(如為雨天室內則最後觸碰球即可)。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 到關說明規則 2. 每一隊學生拆成 2 組(一組在對面),出發的選手必須戴著防災帽和小背包後才能出發(家長可以幫忙穿戴)。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 往前跑到地墊時要趴下、掩護、穩住,並用跪姿方式爬行經過地墊,且防災帽不能掉落或碰到桿子,碰到桿子掉了要重新爬行。  <ol style="list-style-type: none"> 2. 跑到對面將防災帽和小背包交給下一個同學,穿戴好再出發(家長可以幫忙穿戴)。

	9. 以此類推，看哪一隊人員最先完成水安救援，該隊即獲得優勝。			4. 最快完成的小隊獲勝。
順序	三隊共同闖關	三隊共同闖關	三隊分別闖關	三隊共同闖關
道具組 人員	龍洞教練 黃永鑫老師 俞坤佑老師	張萍主任 羅桂芬老師	李俊賢主任 賴瑜平老師	吳紀暉主任、陳玫霖老師 俞坤佑老師、黃永鑫老師
道具	1. 拋繩袋 2. 救生圈 3. 救生浮柄 4. 三角錐 6 個 5. 救生衣 3 件	橡皮筋一包、吸管 50 支、輕快音樂、音響、麥克風 2 支	口罩*20、樂樂棒球一組(棒子*2、球*5 及打擊座*1)、交通錐*11、交通錐連接桿*8	小背包 3 個 防災帽 21 個 地墊 6 個 桿子 6 支 三角錐 6 個 1. 裁判、檢錄： 2 人(起點、折返點、號碼衣、防災帽扣環) 2. 器材：(道具場佈、檢視防災帽碰到桿子)
拍照人員	王君鈴老師	王君鈴老師	王君鈴老師	王君鈴老師
記分組	巫雪如	巫雪如	巫雪如	巫雪如
獎品	獎品 1 份	獎品 1 份	獎品 1 份	獎品 1 份

壹拾、其他

一、具先天性疾病不適合劇烈運動者，禁止報名參加。請導師依據健康中心「學生特殊疾病調查表」或詢問方式先行篩選。

二、比賽當天身體不適，不得下場比賽。賽前各帶隊老師先讓學生進行暖身運動，以免發生運動傷害。

壹拾壹、道具及獎品由本校相關經費項下支應。

壹拾貳、本計畫經本校運動會籌備會通過及校長核定後實施。