

高雄市立左營高級中學 111 學年度創校 77 週年校慶運動會 活動計畫

一、活動主旨：為慶祝 77 週年校慶，推行學校體育蔚為運動風氣，增進教職員生之身心健康，培養團隊合作精神，特舉辦此活動。

二、活動日期：111 年 12 月 02 日 10 時至 12 時(蓮潭路跑)

111 年 12 月 5-7 日 15 時至 17 時(個人賽預賽)

111 年 12 月 09 日 8 時至 16 時(校慶運動會)

三、活動地點：本校田徑場

四、活動內容：

競賽項目	對象
田徑比賽	全校學生
趣味競賽	全校教職員、學生
蓮潭路跑	全校教職員、學生

五、活動對象：本校全體教職員工生、家長會、志工隊、校友會

六、報名日期：

(一)線上報名：自即日起至 111 年 11 月 6 日(星期日)止，依規定填妥 Google 表單並列印確認單。

(二)紙本繳交：111 年 11 月 8 日至 11 月 10 日確認無誤後，請體育股長、導師及體育老師簽名後將報名表件送交體育組，逾期不受理。

七、競賽規程：詳如附件一。

八、獎勵：

(一)田徑總錦標、趣味競賽、及大隊接力取前四名，精神總錦標各年級取一名頒發錦旗一面或獎品。

(二)個人單項(含蓮潭路跑)取前六名，前三名頒發獎牌及獎狀，四至六名頒發獎狀。

(三)田徑總錦標計分：

1、田徑：每一單項競賽取前六名，單項依名次為 7、5、4、3、2、1 計分。

2、大隊接力取前六名，接力賽加倍(14、10、8、6、4、2)計分。

(四)精神總錦標評分方式包括休息區規劃與整潔、運動員精神表現等。

九、有先天心臟病、氣喘疾病者，不可參加比賽。

十、本計畫經奉核 鈞長核准後實施，如未盡事宜可另行修訂。

高雄市立左營高級中學 111 學年度校慶運動會

田徑項目 競賽規程

- 一、活動目的：為增進本校學生體能，培養團隊合作之精神，並配合教育部體育署 SH150 方案，每週應達 150 分鐘運動習慣，增進身心健康，凝聚班級向心力。
- 二、指導單位：左營高中學務處。
- 三、主辦單位：左營高中學務處體育組。
- 四、協辦單位：左營高中各行政處室、左營高中體育班。
- 五、比賽日期：111 年 12 月 09 日（週五）早上八時至下午四時。
- 六、比賽地點：本校操場。
- 七、參加資格：全校教職員工生。
- 八、比賽項目：
 1. 田賽：跳遠、鉛球（男生 6 公斤、女生 4 公斤）
 2. 徑賽：100M、200M、環潭路跑(3K)、2000M 大隊接力（男、女各 8 人，共 16 人，每人跑半圈 125 公尺）

備註：各單項每班可報名 2 人，每人最多可報名 2 項（接力項目不在此限）。

九、申訴：

- （一）競賽爭議：
 1. 在規則上有明文規定或同等意義之註明者，須以裁判員之判決為準。
 2. 有關競賽上所發生之問題，得以口頭向裁判長申訴；若對裁判長的裁決尚有異議時，再依照本規程之規定在紀錄組成績公佈後三十分鐘內，以書面申訴書向大會仲裁委員會提出申訴。

十、. 罰則：

- （一）選手如有資格不符或冒名頂替，經查屬實者取消其個人比賽資格及所有比賽成績。
- （二）選手如不服從裁判員或行為不檢，經裁判長判決得取消其比賽資格。

十一、本規程奉核校長後，公布實施，如有未盡事宜修正時亦同。

高雄市立左營高中 111 學年度校慶系列活動

蓮潭路跑 競賽規程

一、主 旨：為促進全校師生情誼，增進身心健康及培養奮戰不懈精神，舉辦本項活動。

二、主辦單位：學務處體育組。

三、協辦單位：各行政處室、左營高中體育班。

四、競賽日期：111 年 12 月 02 日(星期五)，上午 10：00-12：00。

五、集合及出發地點：本校圖書館前廣場。

六、路線說明：孔廟旁空地出發(文昌祠前)→沿自行車道環潭一圈→蓮潭路與孔營路口(泮咖啡廳前)，總長約 3 公里。

七、競賽組別：

(一)競賽組：

1、學生組：全校各班至多 4 名選手參賽(2 男 2 女)。

2、成人組：本校教職員工。

(二)健走組：高一各班學生。

八、報名日期及方式：

(一)競賽組：跟運動會比賽同步報名，請於 111 年 11 月 6 日(日)下午 23 點前完成線上報名。

(二)健走組：除競賽組選手外，其餘高一學生全體參加，不另外報名。唯有特殊情況需請假者，於 111 年 12 月 1 日(四)下午 5 點前填妥假單，由各班體育股長交回體育組。

九、參加辦法：

(一)除有特殊情況(含患有心臟病、腎臟病等疾病、不適合做運動者、其他經醫生或家長證明等)，且經家長及導師同意，得申請免參加，其餘同學都必須參加。

(二)全校教職員自由報名參加。

十、行前說明：

(一)第一梯次：高二、三各班競賽組參加選手，請於 11 月 22 日(二)中午 12：30 分至實踐樓三樓健護教室集合。

(二)第二梯次：高一各班競賽組參加選手及體育股長，請於 11 月 23 日(三)中午 12：30 分至實踐樓三樓健護教室集合。

十一、獎勵辦法：

(一)競賽學生組：取前六名，前三名頒發獎牌及獎狀，四至六名頒發獎狀，其餘頒發完賽證明。

(二)競賽成人組：男、女生各取前 6 名，頒發獎狀一只，其餘頒發完賽證明。

十二、注意事項：

(一)比賽選手當天須提前做好暖身運動並穿著學校運動服或班服、運動鞋參加。

(二)行經路口時，請依號誌燈燈號，遇黃燈或紅燈請停下腳步，勿強行通過。

(三)因距離較短，沿途無補給站，請自行攜帶水壺。

(四)因部分路段有工程進行，行進時，請遵守沿途老師及運動志工的指揮，勿成群結隊佔用自行車道，並隨時注意自身安全。

十三、本競賽規程經奉核 校長核准後實施，如未盡事宜可另行修訂。