

屏東縣立枋寮高中 113 學年度全校路跑健行活動實施辦法

(反毒系列活動)

一、主旨：讓全校師生於課堂外利用本校周邊優美環境調劑身心，增進身心健康，以達到「多元發展、快樂學習、邁向真善美」的願景並推動教育部 SH150 計畫成果。

二、主辦單位：學務處

三、協辦單位：本校各處室、家長委員會、員生消費合作社。

四、承辦單位：學務處

五、活動日期：114 年 1 月 20 日(一) 8:30 起

(一) 8:00-8:30 路跑組集合點名，8:50 出發。

(二) 9:00-9:10 健行組集合各班點名，9:15 出發。

六、活動路線：約 6.3 公里

七、參加人員：(一)全體教職員工學生 (二)各班導師負責帶領班上學生參加健行

(三)未參賽教職員工負責各路口，協助學生安全

八、出發順序：(一)路跑組： 1.教職員工男、女組→

2.中一男、女組→3.中二男、女組→

4.中三男、女組→5.中四男、女組→

6.中五男、女組。

同時間出發，回程以領取號碼券對照成績

(二)健行組(全校師生/無參加路跑人員，工作人員除外)

九、報名資格：路跑組以體適能(心肺耐力)成績女生 800 公尺 6 分鐘內，男生 1600 公尺 12 分鐘內完成者或是由體育老師推薦即可報名。

十、因應環保，參加人員請自備茶水。

十一、獎勵：

(一)路跑組別：一女、一男、二女、二男、三女、三男、四女、四男、
五女、五男、教師男、教師女共計 12 組。

(二)學生組每組錄取前 10 名，均頒發獎狀乙紙，禮券以茲鼓勵。

(三)教職員工組每組錄取前 6 名，頒發禮券。

(四)教師組禮券 12 名計 2,400 元(由校長贊助)，學生總禮券 100 張計 10,000 元，
由 32y 支應。

(五)學生健行團體精神獎高中部取 2 名，國中部取 4 名各頒發運動飲料二箱共 12 箱(12
箱×200 元=2,400 元)此經費擬由家長會支應。



(評分由學務主任及巡察主任及組長評分之標準為出發、沿路、到達之秩序及整潔)

名次		第一~十名
教師組	男子組	禮券(第一~六名)
	女子組	
學生路跑組中一組	男子組	禮券(第一~十名)
	女子組	
學生路跑組中二組	男子組	禮券(第一~十名)
	女子組	
學生路跑組中三組	男子組	禮券(第一~十名)
	女子組	
學生路跑組中四組	男子組	禮券(第一~十名)
	女子組	
學生路跑組中五組	男子組	禮券(第一~十名)
	女子組	
教師組禮券：12份 2,400元		
學生禮券：100張 10,000元		

- 十二、報名日期：路跑組學生及教職員工請於114年1月13日(五)前完成報名手續(逾期不候)以利編排各組工作人員(請將報名表繳至學務處體育組曾筠婷組長)。
- 十三、本次健行活動參加學生，可視自己狀況以跑步或走路方式進行。(如有心臟病、氣喘...等病狀者，請提出相關證明或經校護、導師確認後可免參加)。
- 十四、本辦法呈校長核示後實施，修正亦同。