

桃園市大園區溪海國民小學 107 學年度「為健康而跑」全校路跑計劃

一、依據

- (一) 教育部「推動中小學健康體位五年計畫」。
- (二) 桃園縣政府 98.09.24 府教數字第 0980374514 號函辦理。
- (三) 本校 106 學年度健康促進學校計畫。
- (四) 本校學務處永續校園與環境教育會議之決議。

二、目標

- (一) 促進學生身心健康，培養學生健康的休閒運動以達成健康體位。
- (二) 實施路跑活動，增進學生體能及肌耐力。
- (三) 踏訪家鄉，培養學生愛鄉愛校的情操。
- (四) 增進永續校園與環境教育知能，營造友善校園環境之氛圍。

三、辦理單位

- (一) 主辦單位：溪海國民小學。
- (二) 協辦單位：溪海里守望相助隊、和平里守望相助隊。

四、實施對象

本校全體學生並且繳交家長同意書者(附件一)。

五、實施時間：

- (一) 108 年 3 月 13 日 週三上午 9:10 ~ 10:30。
- (二) 遇雨天則順延至 3 月 20 日 週三上午、再遇雨天則順延至 3 月 27 日 週三上午。

六、實施地點：溪海國小校外場地(附件二)。

七、實施內容：

(一) 實施時間

時 間	活 動 內 容			
09:10	一年級在校熱身			
09:20	二年級在校熱身	一年級前往起點		
09:30	三年級在校熱身	二年級前往起點	宣導後一年級出發	
09:40	四年級在校熱身	三年級前往起點	宣導後二年級出發	一年級回學校
09:50	五年級在校熱身	四年級前往起點	宣導後三年級出發	二年級回學校
10:00	六年級在校熱身	五年級前往起點	宣導後四年級出發	三年級回學校
10:10		六年級前往起點	宣導後五年級出發	四年級回學校
10:20			宣導後六年級出發	五年級回學校
10:30				六年級回學校

(二) 八、辦理方式：

- (一) 各年級帶隊以走路方式至起點集合（路線參閱附件二）。
- (二) 從一年級出發，下一個出發年級由導師帶隊做暖身操準備。
- (三) 各年級選出男女各前5名，並記錄時間，以做為獎勵之依據。(附件三)
- (四) 於起點設置安全站，機動支援各項需求，並在各路口設置管制站，維護學生安全。
- (五) 為了鼓勵學生努力跑完全程(管制點六和七由巡守隊在學生手背蓋章)，在終點請裁判按照名次(手背上有2個章者才算完成)登記在成績表上，最後統計出各班總積分，並除以平均人數，以平均積分最低者為年級冠軍，發給獎勵。(附件五)

九、經費

以校內相關經費支付，經費預算詳如經費概算表（附件四）。

十、工作職掌表：(附件六)

十一、本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。

組長：

體育組長 徐志宇

學務主任：

學務主任 劉慧貞

總務主任：

總務主任 呂龍興

校長：

溪海國小校長 蔡淑華

桃園市大園區溪海國民小學「為健康而跑」全校路跑活動家長同意書

親愛的家長：

本校為了促進學生身心健康，培養學生健康的休閒運動，增進學童愛鄉愛校情懷，將於108年3月13日（星期三），舉行全校路跑活動（路線全長約3公里），特此徵求貴家長之同意。遇雨則依序延至3月20日（星期三）或3月27日（星期三）。

家 長 同 意 書

_____年_____班 座號_____ 學生_____

本人同 意 敝子弟參加107學年度大園區溪海國小全校路跑活動。

本人不同意 敝子弟參加107學年度大園區溪海國小全校路跑活動。

原因：_____

學生家長簽名：_____

- 備註：（一）貴子弟有特殊原因不參加者，請知會班級導師。
（二）為鼓勵孩子自我挑戰，如無特殊原因，我們希望學生能參加路跑活動。
（三）3/12週二穿便服，3/13週三當日請穿著學校體育服裝及運動鞋。

溪海國小學務處 敬啟 108.02.27

桃園市大園區溪海國民小學「為健康而跑」全校路跑活動家長同意書

親愛的家長：

本校為了促進學生身心健康，培養學生健康的休閒運動，增進學童愛鄉愛校情懷，將於108年3月13日（星期三），舉行全校路跑活動（路線全長約3公里），特此徵求貴家長之同意。遇雨則依序延至3月20日（星期三）或3月27日（星期三）。

家 長 同 意 書

_____年_____班 座號_____ 學生_____

本人同 意 敝子弟參加107學年度大園區溪海國小全校路跑活動。

本人不同意 敝子弟參加107學年度大園區溪海國小全校路跑活動。

原因：_____

學生家長簽名：_____

- 備註：（一）貴子弟有特殊原因不參加者，請知會班級導師。
（二）為鼓勵孩子自我挑戰，如無特殊原因，我們希望學生能參加路跑活動。
（三）3/12週二穿便服，3/13週三當日請穿著學校體育服裝及運動鞋。

溪海國小學務處 敬啟 108.02.27

附件三

(男生組)

名次	年級	班級	姓名	時間	備註
1					
2					
3					
4					
5					

(女生組)

名次	年級	班級	姓名	時間	備註
1					
2					
3					
4					
5					