

順安國中 108 學年度健康促進暨節能減碳 社區聯合路跑競賽規程

一、 宗旨:為提升校園運動風氣、響應節能減碳，促進社區情誼，培養學生運動習慣及建立良好體適能。

二、 主辦單位:學務處

三、 承辦單位:體衛組

四、 比賽日期:109 年 4 月 14 日(星期二)下午 14 時 10 分

五、 比賽地點:後校門路段

六、 參賽資格:全校教職員生及社區民眾。

七、 競賽分組:

1. 採七、八、九年級制，各年級男女生分開比賽，共六組。
2. 男甲組:體育班、足球隊同學及社區民眾報名參加。
3. 女甲組:體育班、足球隊同學及社區民眾報名參加。
4. 教職員組: 由本校教職員參加，男女生分開比賽，共二組。

八、 競賽辦法:

(一)男子組:賽程四點五公里(三圈)，規定時間為 35 分鐘。

女子組:賽程三公里(二圈)，規定時間為 30 分鐘。

教職員組:男子組 60 分鐘、女子組 40 分鐘

(二)比賽取各組前三名頒發獎章及獎狀，前十名頒發獎狀。男

甲組前三名頒發獎章及獎狀，前六名頒發獎狀，女甲組
前三名頒發獎章及獎狀，前五名頒發獎狀。

(三)班級績分:

- 1.各組第一至五名得 5 分、第六至十名得 4 分、第十一至
十五名得 3 分、第十六至二十名得 2 分，規定時間內完
賽選手得 1 分。
- 2.男、女甲組前三名得 5 分，第四至六名得 4 分，第七至
九名得 3 分，第十至十二名得 2 分，規定時間內完賽
選手得 1 分。
- 3.教職員組(導師部份)列入班級績分計算，僅計算完賽積
分，名次積分不列入計算，亦不頒發獎章及獎狀，為
健康促進活動之模範。

(四)請同學依指引人員規定完成比賽，已完賽同學不得回至比
賽路線進行跟跑、鼓勵或卡位推擠。

(五)完賽後請選手將名次牌號帶至檢錄處登錄成績。

(六)各班同學請積極參與比賽、享受慢跑樂趣、注意活動安全。

九、 若有不遵循裁判指示，或擅自離開比賽路段者依校規加重處份。

十、 本辦法經校長核准後辦理實施，修正時亦同。

承辦人

單位主管

校長

宜蘭縣順安國民中學 109 年度

推動環境教育成果報告

- 1、 項 目：108 學年度健康促進暨節能減碳社區聯合路跑
- 2、 內容簡述：為提升校園運動風氣，響應節能減碳，促進社區情誼，培養學生運動習慣及建立良好體適能。
- 3、 活動照片：

