

新北市瑞芳國小大跑步計畫-「樂跑校園」實施計畫

一、依據：本校推動 SH150 方案實施計畫。

二、目的：推動校園慢跑風氣，鼓勵學生建立跑步運動紓壓習慣，培養健康體魄，養成良好運動習慣。

三、辦理單位：學務處。

四、計畫期程：115 年 8 月 31 日起至 116 年 6 月 30 日止。

五、實施地點：瑞芳國小操場。

六、參加對象：本校學生。

七、活動方式：

(一)學校操場做為活動場地，鼓勵師生從事運動，培養健康身心。

(二)低年級每人每日至少 2 圈、中年級每人每日至少 3 圈、高年級每人每日至少 4 圈。

(三)為鼓勵學生參與相關活動，可以「跳繩 100 下」或「開合跳 150 下」折抵操場一圈，以作為雨備或場地因素之配套措施。

八、本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

體育黃俊憲

學務主任：

學務江明淵

校長：

校長鄭益堯