

用雙腳丈量土地，用汗水寫下傳奇
國立岡山高中創校 80 週年校慶路跑競賽規程暨活動計畫

一、主 旨：為慶祝本校創校 80 週年，促進全校師生情誼，增進身心健康，培養學生喜好運動與愛班愛校之團隊意識，並養成終身運動的習慣。並結合 SEL 社會情緒學習，透過路跑活動加深學生對鄉土之印象，特辦理此活動。

二、主辦單位：學務處體育組。

三、協辦單位：教官室、訓育組、體育班、學聯會。

四、競賽日期：115 年 11 月 7 日(星期六)，上午 08：30-11：00。

五、集合及出發地點：本校操場。

六、路線說明：操場集合出發→沿公園路右轉接中華路→沿阿公店溪河堤→右轉接河華路→右轉接壽華路→至壽天國小→經岡山公園→壽天宮(廣場)→回學校操場(全長共 3 公里)

七、競賽組別：分為路跑組與健走組，路跑組比賽時間 8:30-9:00、健走組進行時間 9:00-11:00

(一) 路跑組：

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、畢業校友。

(二)健走組：高一、高二班級全體同學，高三班級自由報名。

預計上午 9 時分年級出發，依序為一年級、二年級、三年級(如有報名)，最後是教職員工、畢業校友出發，繞學校旁阿公店溪畔一圈後由正門回到學校。

八、報名日期及方式：

(一)路跑組：各班康樂完成表單報名，請於 115 年 10 月 23 日(五)晚上 23 點前完成線上報名。

(二)健走組：除路跑組選手外，其餘高一、高二學生全體參加(以班級為單位)，並填寫報名表單，高三同學若有班級要報名參加，也請填寫報名。唯有特殊情況或重大疾病、不適合健走需請假者，

於 115 年 10 月 30 日(五)中午 12 時前填妥不參加健走家長同意書，由各班康樂股長交回學務處體育組。

九、參加辦法：

- (一)除有特殊情況(心臟病、腎臟病等疾病、不適合做運動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，未參加學生當天在班級休息區休息。
- (二)全校教職員、畢業校友自由報名參加。

十、獎勵辦法：

- (一)路跑學生組：男生組、女生組各取前三名頒發獎狀與獎金，第一名 800，第二名 600，第三名 300，四至十名頒發獎狀，其餘同學皆有完賽證明。
- (二)路跑成人組：男、女生各取前三名，頒發獎狀與獎金，第一名 800，第二名 600，第三名 300。
- (三)健走組：參與的同學每一位皆有完賽證明，參與的同學具備抽獎機會，學務處會準備若干禮品，於下午 80 週年社團動態展進行抽獎

十一、注意事項：

- (一)比賽選手當天須提前做好暖身運動並穿著運動服、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)行進時，請遵守沿途老師及體育志工的指揮，勿成群結隊佔用自行車道，並隨時注意自身安全。
- (五)沿途如有身體不適，請通知巡迴老師或服務同學。
- (六)各班沿途歷經三個打卡點為補水站與餅乾補給站，各班可拍團體照完成任務(河堤廣場裝置藝術/岡山公園鳥居門/壽天宮廣場)，回程以班為單位，中途不得脫隊。

十二、本競賽規程暨活動計畫經行政會議討論，陳校長核可後實施，如未盡事宜可另行修訂。

國立岡山高中創校 80 週年校慶路跑路線圖



國立岡山高中創校 80 週年校慶路跑預算表

項目	金額（元）	備註
紅布條	500	起跑儀式使用
完賽證書	15000	預計 1500 張彩印(路跑組前六名與健走組完賽師生，一張 10 元)
抽獎禮品	15000	參與路跑同學抽獎用
礦泉水	2500	飲用水（志工學生、交通管制同仁）
補給餅乾	2500	一包 250 元
醫療設備	5,000	醫療器材(氧氣瓶、酒精、棉花等醫材)

打卡點

1. 阿公店溪河堤廣場裝置藝術



2. 岡山公園鳥居門



3. 壽天宮廣場



國立岡山高中創校 80 週年校慶路跑行程概要

日期	時間	活動事項	地點	負責處室	備註
11/7 (六)	08:10	各班集合點名	休息區	教官室	各班導師協助 路跑交管安全人員於定點就位
	08:10-08:20	路跑活動說明	操場	學務處	全體同學在休息區聆聽 學務處說明路線、競賽規程、安全注意事項
	08:20-08:30	路跑組檢錄	操場	體育組	路跑組同學於操場起跑線集合點檢錄準備
	08:30-09:00	路跑組	操場	體育組	路跑組同學開跑先在操場跑一圈，跑完路線回學校仍要跑一圈操場始完賽。
	09:00-11:00	健走組 09:00-09:20 一年級 09:20-09:40 二年級 09:40-10:00 三年級/教職員工/畢業校友	操場	體育組	一二年級同學、三年級同學(自由報名) 教職員工、畢業校友 從操場按隊伍排隊羅列出發，以校門為起/終點
	11:00-13:00	點名、午餐及午休	教室	總務處	學生午餐由各班級自理
	13:00-15:30	社團成果發表會	運操場	訓育組	全體同學在休息區或草皮聆聽
	15:30-16:10	點名、整理各班休息區	各班休息區	學務處	衛生組、教官室
	16:10	放學	操場	學務處	教官室、訓育組、體育組