



11/8

全民健走日

大腳小腳一起走

8:00校門集合出發

8:30前返回學校





1.9KM

1-4年級

學校正門
出發

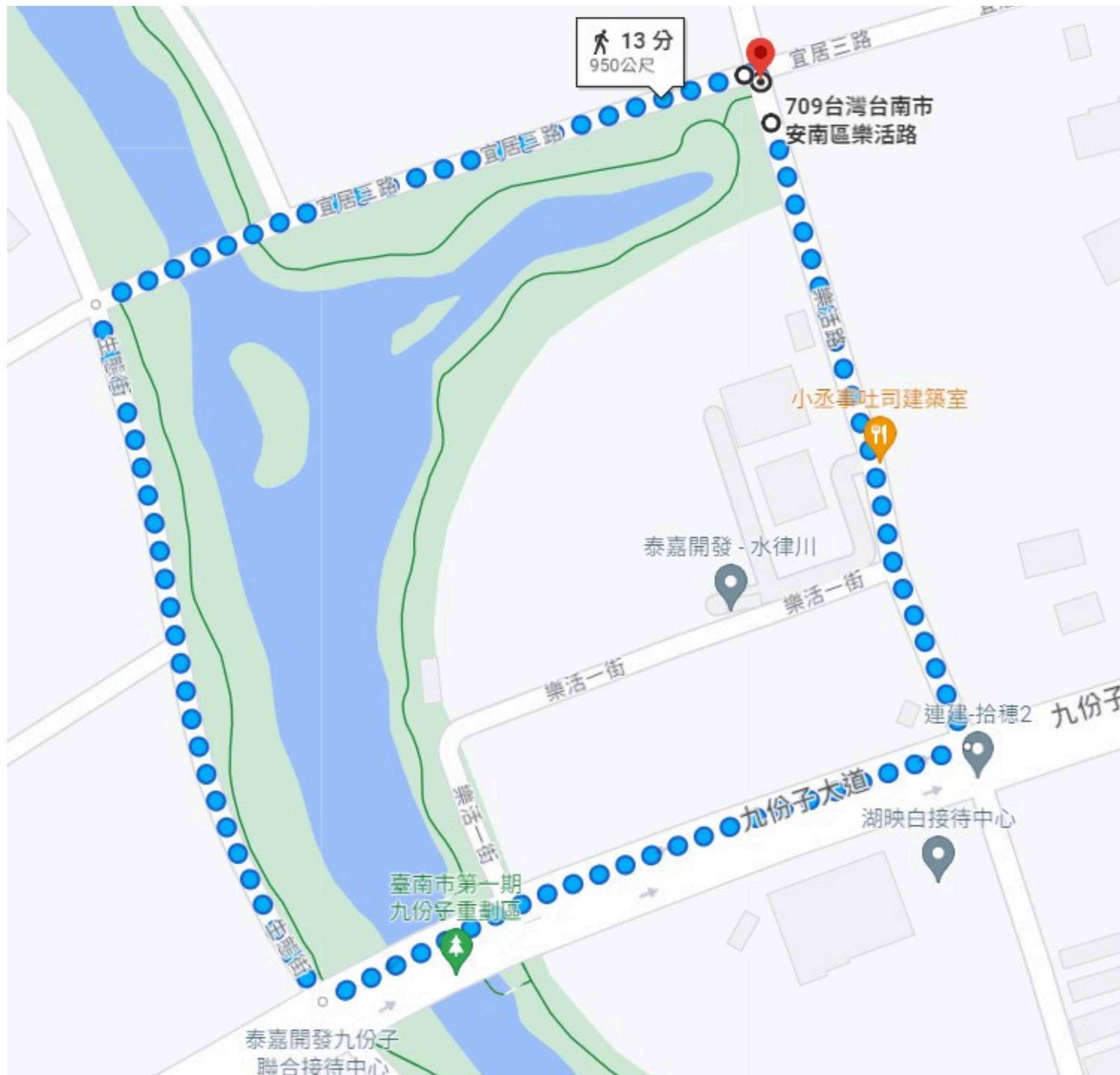
校長、家長會長、
教導處、總務處

5-6年級、
國中部

側中部中國
出發門

學務處、教務
處、輔導室





950M

全民健走日

walking for Fitness

11/8 Fri 拜五

8:00 集合出發



九份子
國民中小學

5-6年級及國中組
1-4年級
幼兒園

國中組側門集合出發
學校正門口集合出發
幼兒園門口集合出發

歡迎家長加入一齊走!!!



九份子國中小舉辦全校健走活動。(記者施春瑛攝)

為響應「全民健走日」，九份子國中小利用晨運時間舉行全校健走活動，邀請學生家長、社區民眾和全校師生，一起參與有益身心健康的親子活動。

校長康晉源表示，配合教育部體育署 SH150 方案，推動每週在校運動 150 分鐘推展方案，九份子鼓勵學生在校運動，利用課間、運動社團和晨光時間，養成每天規律運動的習慣，強化體適能，培養活力青少年。

家長會長王俊憲說，近百位家長和社區民眾踴躍參與此次親子健走活動，除了使學生和家長了解保持健康的重要性外，讓大家更加了解九份子低碳示範社區的意義，進而

推動綠色行動、低碳生活，宣揚全民健身的理念。志工團長彭心蘭表示，感謝學校辦理這麼有意義的活動，讓很多的家長們接送完孩子上學之後，繼續與孩子共度歡樂的親子時光。

國中部二年級學生王品淳說，這次健走距離約 2.2 公里，較上次路線長了一些，最大的驚豔是看到許多社區建案陸續在興建，平常只是遠觀沒有太大感觸，不過才短短 1 年時間，感受到學校周邊快速地發展。國小部四年級葉光亮說，能夠跟著全班同學還有爸媽一起參加健走很好玩，以後放假有空一定還要跟家人一起健走。

學務主任黃建松表示，針對國中小和幼兒園孩子的體能差異，此次健行活動規劃了兩條路線，分兩個出入口出發，繞行社區和河岸人行步道，最後再回到校園，希望學生們能夠走出教室，呼吸新鮮空氣，感受溫暖的陽光，享受戶外身體活動的樂趣。

（記者施春瑛）

全民健走日照片





