

# 國立臺南大學師生參與戶外休閒運動獎勵要點

中華民國 109 年 4 月 22 日 108 學年度第 7 次行政會議通過  
中華民國 110 年 3 月 17 日 109 學年度第 6 次行政會議修正通過

- 一、依據本校高等教育深耕計畫，為鼓勵師生參與戶外休閒運動，養成規律運動習慣，提升校園健康力，特訂定「國立臺南大學師生參與戶外休閒運動獎勵要點」（以下簡稱本要點）。
- 二、凡本校師生得提出獎勵申請，於每年活動開始時填寫獎勵申請表(如附表 1)，10 月底活動截止前經過認證，達到標準者得給予獎勵，每人每年一次為限。
- 三、參與特色運動包含跑步(含快走)、游泳、水上活動(帆船、輕艇)、登山、高爾夫等項目。
- 四、參加對象：本校專兼任教師、員工、學生、專任助理。
- 五、認證方式
  - (1)跑步(含快走)、游泳具備證明者(如馬拉松、泳渡活動)以活動證書為憑。
  - (2)特色運動水上活動(帆船、輕艇)、登山得由校外專業團體予以認定並檢附證明，如登山證明或水上活動參與證明等。
  - (3)無證書者，由本校工讀生每週每人一次給予檢核，檢核時間地點另行公告。
  - (4)本項活動透過運動紀錄卡進行登錄，提供獎勵依據。
- 六、獎勵金額依據達到等級包含初級、中級、高級三等，至多給予 1000 元、2000 元及 3000 元獎勵金，對照標準如附表 2。本獎勵視當年度高教深耕計畫經費額度核定名額。
- 七、申請獎勵師、生於每次活動後應填寫紀錄(含活動照片)如附表 3，並於每年 10 月底前提交活動成果報告書之電子檔(含活動紀錄、照片或其他相關資料)及心得報告等。
- 八、本要點所需經費，由本校高教深耕計畫經費支應。
- 九、本要點經行政會議通過，陳請校長核定後實施，修正時亦同。

附表 1 國立臺南大學師生參與戶外休閒運動獎勵申請表

申請日期： 年 月 日

基本資料	單位 本校教職員工		職稱		2 吋照片
	系別年級 本校學生		學號		
	姓名				
	出生日期	年	月	日	
	手機				
	E-mail				
運動經驗					
申請項目	<input type="checkbox"/> 跑步 <input type="checkbox"/> 游泳 <input type="checkbox"/> 水上活動 <input type="checkbox"/> 登山 <input type="checkbox"/> 高爾夫球				
備註					

附表 2 國立臺南大學師生參與戶外休閒運動獎勵表

項目	等級			備註
	初級	中級	高級	
跑步 (或快走)	21 公里	42 公里	63 公里	成績計算以年度為基準，依等級給予獎勵。 1. 初級：達到標準者頒發獎金至多 1,000 元 2. 中級：達到標準者頒發獎金至多 2,000 元 3. 高級：達到標準者頒發獎金至多 3,000 元 依達到等級頒發獎金每年一次為限
游泳	5 公里	10 公里	20 公里	
水上活動 (帆船、輕艇)	10 小時	30 小時	60 小時	
登山	百岳 1 座	百岳 2 座	百岳 4 座	
高爾夫	10 小時或 1000 球	30 小時或 3000 球	60 小時 6000 球	

附表 3 國立臺南大學師生參與戶外休閒運動紀錄表

姓名			單位(系別)		
項次	活動名稱	日期	地點	時數	備註
1					
活動 照片	1		2		
活動 照片	3		4		
項次	活動名稱	日期	地點	時數	備註
2					
活動 照片	1		2		
活動 照片	3		4		
本表不足時得自行增加					
	300 字以上				

活動 心得	
----------	--