

臺北市私立靜心高級中學附設國小部校內班際比賽實施計畫

壹、依據：學務處工作計畫

貳、比賽名稱：校慶水陸運動會

參、比賽時間：113 年 10 月 30 日、31 日

肆、辦理方式：

| 內容 年級 | 比賽項目 | 比賽時間 | 比賽場地 | 負責老師 | 器材 |
|----------|--|----------------|------|------|---------------------------------|
| 一年級 | 障礙賽跑 | 10/30(三) 上午 | 綜合球場 | 陳嘉玲 | 接力棒*6、繩梯*6、大角錐*12、號碼衣*6 |
| 二年級 | 雙腳夾球 | | | 彭慧君 | 大角錐*6、躲避海綿球*6、小角錐*12、號碼衣 |
| 三年級 | 兩人三腳 | | | 吳國慶 | 大角錐*6、小角錐*12、黏貼帶21*6、號碼衣 |
| 四年級 | 龍騰虎躍 | 10/30(三) 下午 | 操場 | 賴翎珍 | 小角錐*24、長竿*6、號碼衣*6 |
| 五年級 | 雙棍夾球 | | | 韋玉蓮 | 小角錐*24、棍*12、球*6、扯鈴*12、交通桿*6、號碼衣 |
| 六年級 | 大隊接力 | 10/31(四) 上午 | | 韋玉蓮 | 接力棒*6、碼錶*2、發令槍*2、號碼衣 |
| 六年級 | 80 公尺個人賽 | 10/31(四) 下午 | 操場 | 韋玉蓮 | 衝刺帶、發令槍、錄影機、腳架*2 |
| 六年級 | 游泳接力 | 待定 | 游泳池 | 陳嘉玲 | 浮板*30 紅泳帽*6、小角錐*12、碼錶*2 |
| 工作分配 | 1. 總督導：石光源主任 2. 裁判組競賽組：體育領域教師、科任教師、助理老師 3. 司儀暨典禮組：學務處訓育組、幹事、音樂教師 4. 場地暨器材組：學務處體育組、總務處事務組、教務處幹事 5. 攝影組：圖資中心 | | | | |
| 各組負責事項說明 | 1. 總督導：各項比賽事務統籌 2. 裁判暨競賽組：器材準備及就位、比賽違規判別及成績認定 3. 司儀暨典禮組：競賽司儀、頒獎準備 4. 場地組暨器材組：場地布置、秩序維護 5. 攝影組：各項比賽攝影、拍照 6. 主持人使用室內音響，音樂播放使用手提音箱；分開使用不互相干擾 | | | | |

伍、比賽通則：

- 一、參賽學生一律穿著運動服。
- 二、每班 42 人全班學生均需參加，人數不足可重複參與，六班同時進行。
- 三、每班最後一棒先到達終點的班級為勝隊。
- 四、遵守比賽規則。

陸、比賽規則：

| 班級 | 比賽規則 |
|---------------------|---|
| 一年級 障礙賽跑 | 1. 學生在來回程經過繩踢路線時只能用雙腳併腿跳。 2. 每位選手需以接力棒進行接力。 3. 折返點要繞過角錐才算完成折返。 |
| 二年級 雙腳夾球 | 1. 每位選手將球放置於雙腿間。 2. 由起點出發往前進，繞過大角錐後返回起點，將球交給下一棒次。 3. 比賽過程中，手不可碰到球，若球掉落在地上，需先去撿球回來，再回到掉落處繼續比賽。 |
| 三年級 兩人三腳 | 1. 兩人一組並列，兩內腳布條綁好。 2. 女生組在隊伍前列，男生在後列。 3. 需繞過大角錐才返回，若黏貼帶中途掉落，需回到掉落處把帶子黏好，繼續比賽。 |
| 四年級 龍騰虎躍 | 1. 三人一組共 14 組。全程需三人一起握竿來回通過折返線方式進行。 2. 經過折返點需三人齊放竿跨越過後轉向返回。 3. 若有違規動作〈放手等〉，裁判立即延遲該組前行秒數 3 秒後放行。 |
| 五年級 雙棍夾球 | 1. 兩人一組共 21 組。 2. 二人一組並列持棍夾球， <u>單人</u> 踩踏折返線即可折返。 3. 持棍夾球接力折返時，全程手不可碰觸到球，比賽過程中若球落下需先將棍原地放下後才可撿球。有違規動作，裁判可延遲該組前行秒數 3 秒後放行。 4. 比賽當天如學生無法出賽，男生補男生，女生補女生。 |
| 六年級 大隊接力 | 1. 只在跑道內進行起跑、助跑、接力棒傳接。 2. 整個比賽過程中，接力棒必須拿在手上；若掉棒時必須由掉棒者拾回。掉棒選手可以離開自己的跑道去拾棒，但不可由此而減少應跑距離，也不可因此而妨礙其他跑道選手。 |
| 六年級 80 公尺個人 賽 | 1. 每班男、女各 3 人參加預賽，預賽 4 組，每組錄取前二名共 8 人參加複賽；複賽 8 人 2 組取各前 2 名，未入選 4 人再取 1 人共 5 人參加決賽。 |
| 六年級 游泳接力 | 1. 每班 42 人自由式 25 公尺接力，不足棒次需由該組組別替補選手(跨組補棒加 3 秒，以此類推)。 2. 裁判扶住學生扶在池畔的手，待上一棒學生單手觸牆後，裁判放手讓下一棒出發。 3. 每班最後一棒頭戴紅色泳帽，最快單手觸牆的班級獲勝。 |

柒、獎勵：班際比賽前三名頒發錦旗，並選出優秀班級頒發精神總錦標錦旗，以資鼓勵。捌、本計畫經行政會議通過，陳校長核可後實施，修正時亦同。