

臺北市私立靜心高級中學附設國小部校內單項體育比賽實施計畫

壹、依據：校內體育比賽實施辦法

貳、目的：1. 提昇學生團隊合作精神、2. 促進學生身心健康、3. 養成良好運動習慣、
4. 凝聚校隊團隊氣氛

參、比賽時間：114年4月～6月初

肆、辦理方式：

(一)一般學生組(非校隊學生)：扯鈴、跳繩、桌球。

1. 扯鈴、跳繩：

(1)班內初賽：於上學期體育課時進行，每班至多3位選手。

(2)年級決賽：以年級分組，依決賽時程，於綜合球場舉行。

2. 桌球：

(1)自由報名：各班不限報名人數。

(2)年級決賽：以年級分組，單敗淘汰，由學務處安排賽程，於桌球教室舉行。

(二)一般學生(非校隊學生)比賽資訊：

內容項目	年級	初賽	決賽		比賽內容	裁判	
			時間	比賽場地			
扯鈴	二、三、四	班內初賽 體育課舉行	5/12(一) 12:35	綜合球場	二年級：繞圈圈 三年級：龍騰虎躍 四年級：直上青雲	賴翎珍 老師	
扯鈴	五、六		5/13(二) 12:35		五年級：金雞跳架 六年級：大輪迴		
跳繩	一、二		5/14(三) 7:50		前跳	章玉蓮 老師	
跳繩	三、四		5/16(五) 7:50				後跳
跳繩	五、六		5/15(四) 12:35				前開叉跳
桌球	一～六	4/14-4/24	桌球教室	分男、女組 單敗淘汰	吳國慶老 師及外聘 教練群		

注意事項：

1. 比賽學生須穿著學校運動服。
2. 扯鈴、跳繩為計時制，各組比賽時間皆為一分鐘，以累計成功之次數多者為勝。
3. 比賽器材可自備，現場也會準備供選手使用。
4. 比賽學生須遵守各項比賽規則，有任何疑問請向現場裁判老師反應。

(三)校隊學生組：扯鈴、挑繩、跳繩、武術、桌球。

1. 扯鈴、挑繩、舞蹈、武術

(1)無初賽，於各年級社團課進行決賽。

2. 桌球

(1)校隊隊員皆須參加年級初賽。

(2)年級決賽，取初賽前8強進入決賽，單敗淘汰，於綜合球場舉行，開放家長入校觀賽，預定由丙梯出入口進出。

(四)校隊學生比賽資訊：

內容項目	各年級比賽時間(社團課)	比賽場地	比賽內容	裁判
扯鈴	二年級：5/13(二)	綜合球場	拋鈴跳繩	賴翎珍 老師
	三年級：5/16(五)		金龍繞玉柱	
	四年級：5/16(五)		拋鈴跳繩+金龍繞玉柱	
	五、六年級：5/15(四)		雙龍出海	
跳繩	三、四年級：5/16(五)		後拍交叉、體側跳	韋玉蓮 老師
	五、六年級：5/15(四)		開叉二迴旋、後跳二迴旋	
武術	二年級：4/23(三) 三、四年級：4/25(五) 五、六年級：4/24(四)	F棟一樓	寒假套路、基本功 側手翻	陳嘉玲 老師
舞蹈	二年級：4/23(三) 三、四年級：4/25(五) 五、六年級：4/24(四)	舞蹈教室	朝天蹬、轉圈、翻功 地板組合、站姿組合 流動組合	彭慧君老 師
桌球	初賽：4/14-4/24 社團課	桌球教室	分男、女組 單敗淘汰	吳國慶老 師及外聘 教練群
	決賽：5/17(六)8:30	綜合球場		
<p>注意事項：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 比賽學生須穿著學校運動服，唯桌球決賽，因在周六舉行，可穿著個人比賽服。 2. 扯鈴、跳繩為計時制，各組比賽時間皆為一分鐘，以累計成功之次數多者為勝；次數相同者並列名次。 3. 比賽器材可自備，現場也會準備供選手使用。 4. 比賽學生須遵守各項比賽規則，有任何疑問請向現場裁判老師反應。 				

伍、注意事項：

1. 參賽人員一律穿著運動服。
2. 比賽器具可自備，現場也有提供。
3. 扯鈴、跳繩：以班為單位，男生、女生每班最多各報名三人。
4. 扯鈴、跳繩各組比賽時間皆為一分鐘，以累計成功之次數判定勝負，累計成功次數多者為勝。
5. 拍照：各指導老師、黃雅婷。
6. 遵守各單項體育比賽規則。

陸、獎勵：各項競賽前三名頒發獎牌，前六名頒發獎狀，以茲鼓勵。

柒、本計畫經行政會議通過，陳校長核可後實施，修正時亦同。