

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

115.07.31 經行政會議通過

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：115 年 10 月 29 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	百圈百中	10/29(四) 上午	綜合球場	陳嘉玲	接力棒*6、迷你角錐*6、細小角錐、大角錐*12、長竿*6、號碼衣*6、套圈圈*30
二年級	雙腳夾球			彭慧君	大角錐*6、躲避球*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	10/29(四) 下午	操場	賴翎珍	小角錐*24、長竿*6、躲避球*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	10/29(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	10/29(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	10/27(二) 上午(暫)	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：莊子賢主任 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：科技中心				
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 百圈百中	1. 學生拿著套圈圈向前跑，依序將圈圈套進指定的角錐中，經過折返點後，再將所有的圈圈從角錐中取出，並將所有的圈圈交給下一棒選手。 2. 每位選手需拿著五個圈圈進行接力。 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。全程需三人一起握長竿來回通過折返線方式進行。 2. 握長竿出發前，須完成躲避球擲準動作。 3. 經過折返點需三人齊放竿跨越過後轉向返回。 4. 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，雙人雙腳過桿即可折返。 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，需在球落下位置夾球繼續比賽。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。 3. 犯規一律採一罰(踩綠地)加 1 秒。
六年級 80 公尺 個人賽	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，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。