

彰化縣湖東國小 108 學年度會長盃班際跳繩比賽競賽辦法

主旨：為響應全民運動，鍛鍊強健體魄，促進兒童身心健康，培養團隊精神，增進班際聯誼為目的。

說明：一、對象：本校一、二年級學生。

二、比賽項目：跳繩計次賽。

三、人數：一、二年級全體學生

四、日期：109 年 5 月(實際日期由學年擇定另行公布)。

五、辦法：

1. 比賽以個人賽方式進行。

2. 以計時一分鐘累計跳過次數(跳過繩子始計數一次)，為該生成績。

3. 若成績相同，則加賽一場(同辦法 2.)，以判定成績。

六、獎勵：比賽完成(每班取前三名，擇優七名)，獎勵交體育組頒予獎狀。

七、裁判由一、二年級級任編組擔任，名單如下：

裁判長：一、二年級學年主任。

裁判：一、二年級各班級任。

八、本辦法呈請校長核可後公布實施，修正時亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

彰化縣湖東國小 108 學年度會長盃班際躲避球比賽競賽辦法

主旨：為響應全民運動，鍛鍊強健體魄，促進兒童身心健康，培養團隊精神，增進班際聯誼為目的。

說明：一、對象：本校四、五年級學生。

二、比賽項目：班際躲避球賽。

三、人數：採混合制，每班男、女合計 16 人（下場 12 人，女生不得少於 5 人，4 人候補）。

四、日期：108 年 3 月 17 日至比賽結束。

（每天上午 8：10~8：35 及下午 15:10-15:50 如遇下雨，則賽程延後）

五、辦法：1. 競賽規則採用中華民國躲避球協會最新修訂之新式躲避球規則。

2. (1) 採雙敗淘汰賽制，上下半場各五分鐘，上下半場內場剩餘人數總和多者獲勝，上半場得分相同不延長比賽，上下半場加總得分相同時採 PK 賽。

(2) PK 賽時各隊男生 7 人、女生 5 人下場比賽（女生不得少於 5 人），雙方各配置內場 9 名，外場 3 名球員，採驟死賽決定勝負；由雙方內場球員各 1 人，於中圈跳球後重新比賽，率先將對隊 1 人擊觸出局者為勝隊。（採二局總分制時，總分相等時，球員重新配置，但外場限定為 3 人）。採驟死賽時外場球員不得生還。

(3) 球隊人數不足 12 名（或 9 名）時以減少外場人數之配置為原則。

（退場球員及取消資格球員不能參加 PK 賽）

3. 每局比賽 5 分鐘，中間休息 1 分鐘，無技術暫停。

4. 球隊於規定比賽時間，逾時五分鐘未到場參賽者判定輸球，內場人數上下半場積分總和為 0 比 22。

5. 外場球員觸球出界，由對隊內場球員獲發球權。

六、獎勵：比賽所需經費由總務處依相關經費項下編列；（四、五年級取前三名頒予獎盃）。

七、抽籤日期另行公布。

八、裁判擬聘請本校對躲避球有專長及興趣之同仁擔任，名單如下：

裁判長：邱士昌主任

裁判：林寶豐主任、蔡見政主任、陳祈富主任、邱士昌主任、謝賜騰、林卿祿、邱義烜老師。

九、本辦法呈請校長核可後公布實施，修正時亦同。

承辦人：

監製謝賜騰

教務主任：

教師兼教務主任林寶豐

學務主任：

教師兼學務主任邱士昌

總務主任：

教師兼總務主任蔡見政

輔導主任：

校長：

湖東國小校長王麗惠

彰化縣湖東國小 108 學年度會長盃班際拔河比賽競賽辦法

主旨：為響應全民運動，鍛鍊強健體魄，促進兒童身心健康，培養團隊精神，增進班際聯誼為目的。

說明：一、對象：本校三年級學生。

二、比賽項目：班際拔河賽。

三、人數：採混合制，每班下場比賽人數由各學年自行決定。

四、日期：109 年 4 月 14 日至比賽結束。

(每天上午 8:10~8:35，如遇下雨，則賽程延後)

五、辦法：(1) 雙敗淘汰賽制，採 3 戰 2 勝。

(2) 比賽使用麻繩，40 公尺長，繩子的中心記號噴紅色標誌，中線左右各 1 公尺處噴白色標誌，白色外側 50 公分處再噴藍色標誌，雙方選手從藍色標誌外側握繩。拔河道寬 200 公分中線，左右各 100 公分為界線，長為 22 公尺，後面設安全區。

(3) 比賽過程：

1. 賽前一服裝：(1)不可帶手套 (2) 穿鞋 (不可著釘鞋)

2. 進場列隊站好

3. 動作程序—(1)舉繩 (將繩子握緊置於腰際)

(2)拉緊

(3)調整中心線

(4)預備 (裁判手掌朝外)

(5)開始

(6)結束 (長哨音~~~)

(4) 勝負判定：

(1)將對方白色標誌拉過己方的界線處即獲勝

(2)若超過比賽時間 (1 分鐘) 則視紅繩位置判定勝敗

※比賽中或結束時，不可任意鬆手避免意外

六、獎勵：比賽成績 (取前三名) 頒予獎盃。

七、抽籤日期另行公布。

八、裁判擬聘請本校對體育發展有專長及興趣之同仁擔任，名單如下：

裁判長：邱士昌主任

裁判：林寶豐主任、蔡見政主任、陳祈富主任、邱士昌主任、謝賜騰、林卿祿、邱義烜老師。

九、本辦法呈請校長核可後公布實施，修正時亦同。

教務主任：教師兼林寶豐
教務主任

承辦人：體育謝賜騰

學務主任：教師兼邱士昌
學務主任

校長：湖東國小王麗惠
校長

總務主任：教師兼蔡見政
總務主任

輔導主任：教師兼陳祈富
輔導主任

共融式遊戲區

1. 目前暫未全面開放
2. 僅供各班體育課或相關課程教師帶隊前往教學使用。
3. 請提醒學童相關事項:

溜滑梯處：

遵循遊戲指示方向，攀爬時請注意依序不推擠。

鳥巢鞦韆：

請注意前後不站立其他學童，擺盪時注意緊握鍊條。

翹翹板：

請注意前後不站立其他學童，避免腳在翹翹板下方。

沙坑：

禁止倒水堆砌塑型、禁止將沙挖出沙坑外。

共融式轉盤：

等學童及參與人坐定後才可開始旋轉。

4. 使用過程中如有發現須加強改進之處，請告知總務處與體育組。

新辦

總務處主任 謝賜騰

學務主任

教師兼學務主任 邱士昌

校長：

湖東國小 校長 王麗惠