

花蓮縣花蓮市明廉國小 108 學年度小型體育活動實施計畫

壹、依據：

一、本校 108 學年度第二學期行事曆之運動會期程辦理。

貳、目的：

- 一、提高運動知能，增進身心健康；啟發運動樂趣，充實休閒生活。
- 二、培養運動道德，發展社會行為；增進保健知能，實踐健康行為。
- 三、表揚學校志工，營造校園溫馨、感恩和諧氣氛。

參、主辦單位：學務處

肆、協辦單位：學生家長委員會、教務處、總務處、人事室、會計室、幼兒園

伍、時間：109 年 06 月 4 日起至 06 月 11 日期間辦理（相關競賽規程如附件）

陸、地點：本校綜合運動場

柒、活動內容：

一、競賽活動

- （一）一至六年級之趣味競賽活動。
- （二）一至六年級之大隊接力活動。

二、活動程序表：如附件一。

三、工作分配：如附件二。

捌、競賽規程：詳如附件三。

玖、獎勵：單一年級趣味競賽及大隊接力競賽結束即刻頒獎。

拾、經費概算：如附件四。

拾壹、本計畫經籌備會通過，校長核定後公布實施，修正時亦同。

體衛組長：

體衛組長 林家慶

教務主任：

教務主任 蔡淑娟

校長：

校長 曾明

學務主任：

學務主任 吳其洲

總務主任：

總務主任 古淑珍

會計主任：

會計主任 林怡君

109.5.11

附件一：

活動程序表

- 1、6/4 日（四）Pm13：20~14：00~~三年級趣味競賽。
- 2、6/4 日（四）Pm14：00~14：50~~四年級趣味競賽。
- 3、6/5 日（五）Pm13：20~14：00~~五年級趣味競賽。
- 4、6/5 日（五）Pm14：00~14：50~~六年級趣味競賽。
- 5、6/9 日（二）Pm13：20~14：00~~一年級趣味競賽。
- 6、6/9 日（二）Pm14：00~14：50~~二年級趣味競賽。
- 7、6/3 日（三）Am08：00~08：40~~一年級大隊接力。
- 8、6/4 日（四）Am08：00~08：40~~二年級大隊接力。
- 9、6/5 日（五）Am08：00~08：40~~三年級大隊接力。
- 10、6/8 日（一）Am08：00~08：40~~四年級大隊接力。
- 11、6/10 日（三）Am08：00~08：40~~五年級大隊接力。
- 12、6/11 日（四）Am08：00~08：40~~六年級大隊接力。

附件二：

花蓮縣花蓮市明廉國小 108 學年度小型體育活動工作分配

總策畫：方智明

會長：林文聰

總幹事：吳其洲

糾察管理組長：潘建宏

競賽組長：林家慶

裁判組：大隊接力賽及趣味競賽

大隊接力裁判組長：林家慶；徑賽裁判：羅光湧、陳柔安、高 含、詹前力

趣味競賽裁判組長：吳其洲；趣味競賽裁判：葉景巍、謝欣芸、陳玫菁、朱珍靜

獎品組組長：蔡淑娟；組員：陳怡璇、申維倪、葉嘉恩

場地器材組長：詹前力 組員：朱耘辰、詹義明、鄭義宏

攝影組長：林秀英 組員：李耀宗

採購組長：羅光湧

醫護組長：余馨庭 組員：王芝友、愛心服務隊

注意事項：

- (一) 參加各項徑賽之選手應穿著運動服下場比賽，全部比賽一律穿著運動鞋(禁釘鞋及赤腳)。
- (二) 各項比賽若有爭議時，請由班級導師向裁判組提出申訴。
- (三) 大隊接力辨識號碼衣(及接力棒)由體育組統一發放。
- (四) 單一組別競賽完成後立即頒獎。

附件三：

花蓮縣花蓮市明廉國小 108 學年度運動會競賽規則

序號	項 目	時 間	節 目 名 稱	場 地	參加對象	負責單位
7	一年級趣味競賽	6/9 日 13:20	裙擺搖搖	綜合球場	一年級學生	趣味競賽裁判組 一年級老師
9	二年級趣味競賽	6/9 日 14:10	鹹蛋超人	綜合球場	二年級學生	徑賽裁判組 五年級各班導師
11	三年級趣味競賽	6/4 日 15:10	同心協力	綜合球場	三年級學生	趣味競賽裁判組 三年級各班導師
13	四年級趣味競賽	6/4 日 13:20	命中註定	綜合球場	四年級學生	徑賽裁判組 四年級各班導師
15	五年級趣味競賽	6/5 日 14:10	天旋地轉	綜合球場	五年級學生	趣味競賽裁判組 五年級各班導師
17	六年級趣味競賽	6/5 日 15:10	誠心誠意	綜合球場	六年級學生	徑賽裁判組 六年級各班導師
19	各年級大隊接力 對抗賽	6/3.4.5.8. 10.11 日	接力大對抗	跑 道	全體師生	徑賽裁判組 學務處/體衛組

競賽結束立即頒獎

一年級競賽規則（裙擺搖搖）：

1. 每次一人進行。
2. 先使用跳繩跑跳至終點，再套上呼拉圈於腰部搖動 10 下，再使用跳繩跑跳至起點進行交棒。
3. 率先完成者為優勝。

二年級競賽規則（鹹蛋超人）：

1. 每次一人進行。
2. 先使用湯匙盛水至終點倒入桶中，再盛一顆乒乓球至起點後放入桶中，以湯匙進行交棒。
3. 比賽結束後視終點之水桶中水位較高者為優勝。

三年級競賽規則（同心協力）：

1. 每次兩人進行。
2. 一人矇眼並使用拐杖，一人戴上學生帽打擊鈴鼓引導矇眼者前進至終點。
3. 於終點交換道具同樣動作返回，然後交棒。
4. 率先完成者為優勝。

四年級競賽規則（命中註定）：

1. 每次一人進行。
2. 手持呼拉圈滾動前進至終點，將呼拉圈拋投前方障礙筒，套中後同樣滾動呼拉圈返回至起點進行交棒。
3. 率先完成者為優勝。

五年級競賽規則（天旋地轉）：

1. 每次一人進行。
2. 先運球至終點後，一手持球，另一手按住障礙桶頂端（並且將額頭碰觸手臂）旋轉 5 圈。
3. 旋轉 5 圈後運球回到起點，以球進行交棒。
4. 率先完成者為優勝。

六年級競賽規則（誠心誠意）：

1. 每次兩人進行。
2. 兩人各持一隻拖鞋並腰間夾球前進，至終點兩人同時將拖鞋拋出並且必須是一正一反才可返回。

3. 返回時依舊必須持拖鞋夾球，至起點將道具交由下一組使得繼續。

4. 率先完成者為優勝。