

屏東縣立明正國中 112 學年度校慶運動會實施辦法

壹、主 題：活力、優質、創新

貳、主辦單位：屏東縣立明正國民中學。

參、協辦單位：員生消費合作社、家長會、家長會顧問團、自造中心、
教師會。

肆、舉辦日期：113 年 1 月 4.5 日。

伍、參加人員：屏東縣立明正國中全體教職員工、學生。

陸、競賽項目：個人:100M、200M、鉛球。

團體競賽:陸上龍舟、籃球、九宮格、大隊接力。

柒、活動流程表(請參見校網公佈資料)

捌、競賽部分：

一、組隊辦法：以年級為組別，每一班級為一團隊，班級導師為領隊。

二、各班代表需於表訂檢錄報到時間至下列地點進行檢錄及報到，經服務生
帶領至比賽場地以免影響正在進行的參賽隊伍。

三、如有未盡事宜，由裁判在競賽中補充報告。

四、獎勵：1. 個人項目每項依成績取 6 名，各頒予獎牌、獎品。

2. 團體項目及大隊接力依總成績排名取 8 名，各頒予錦旗、獎品。

3. 大隊接力每年級第一名代表本校參加校際大隊接力比賽。

各競賽場地檢錄及報到處		
100M	近力行樓最靠近操場之籃球場	請聽從廣播或 自行到場
200M	近力行樓最靠近操場之籃球場	
鉛球	炊事場	
陸上龍舟	光電籃球場	
籃球投準	光電排球場	
九宮格擲準	體育館	

玖、申訴:合法之抗議應由各隊領隊導師當場提出、賽後之抗議於該場比賽賽完 30 分鐘內提出並佐以證明(如相片，現場裁判證明)，其餘不與受理，受理後召開審判會議。

拾、本辦法經校慶籌備委員會核准後執行，修正時亦同。

個人單項競賽部分

一、112 學年度校慶運動會個人單項 100 公尺競賽規程

1、比賽組別：

- (1) 七年級男子組 (2) 七年級女子組
- (3) 八年級男子組 (4) 八年級女子組
- (5) 九年級男子組 (6) 九年級女子組

2、報名資格：每班派男、女各 2 名參賽，不得頂替，若無故頂替者，取消資格。

3、比賽辦法：依報名人數實際分組，計時成績最佳 8 名，進入最後決賽階段。

二、112 學年度校慶運動會個人單項 200 公尺競賽規程

1、比賽組別：

- (1) 七年級男子組 (2) 七年級女子組
- (3) 八年級男子組 (4) 八年級女子組
- (5) 九年級男子組 (6) 九年級女子組

2、報名資格：每班派男、女各 1 名參賽，不得頂替，若無故頂替者，取消資格。

3、比賽辦法：依報名人數實際分組，計時成績最佳 8 名，進入最後決賽階段。

三、112 學年度校慶運動會個人單項鉛球競賽規程

1、比賽組別：

- (1) 七年級男子組 (2) 七年級女子組
- (3) 八年級男子組 (4) 八年級女子組
- (5) 九年級男子組 (6) 九年級女子組

2、報名資格：每班派男、女各 2 名參賽，不得頂替，若無故頂替者，取消資格。

3、比賽辦法：依報名人數實際分組，計成績最佳 8 名，進入最後決賽階段。

團體項目：趣味及球類競賽部分：

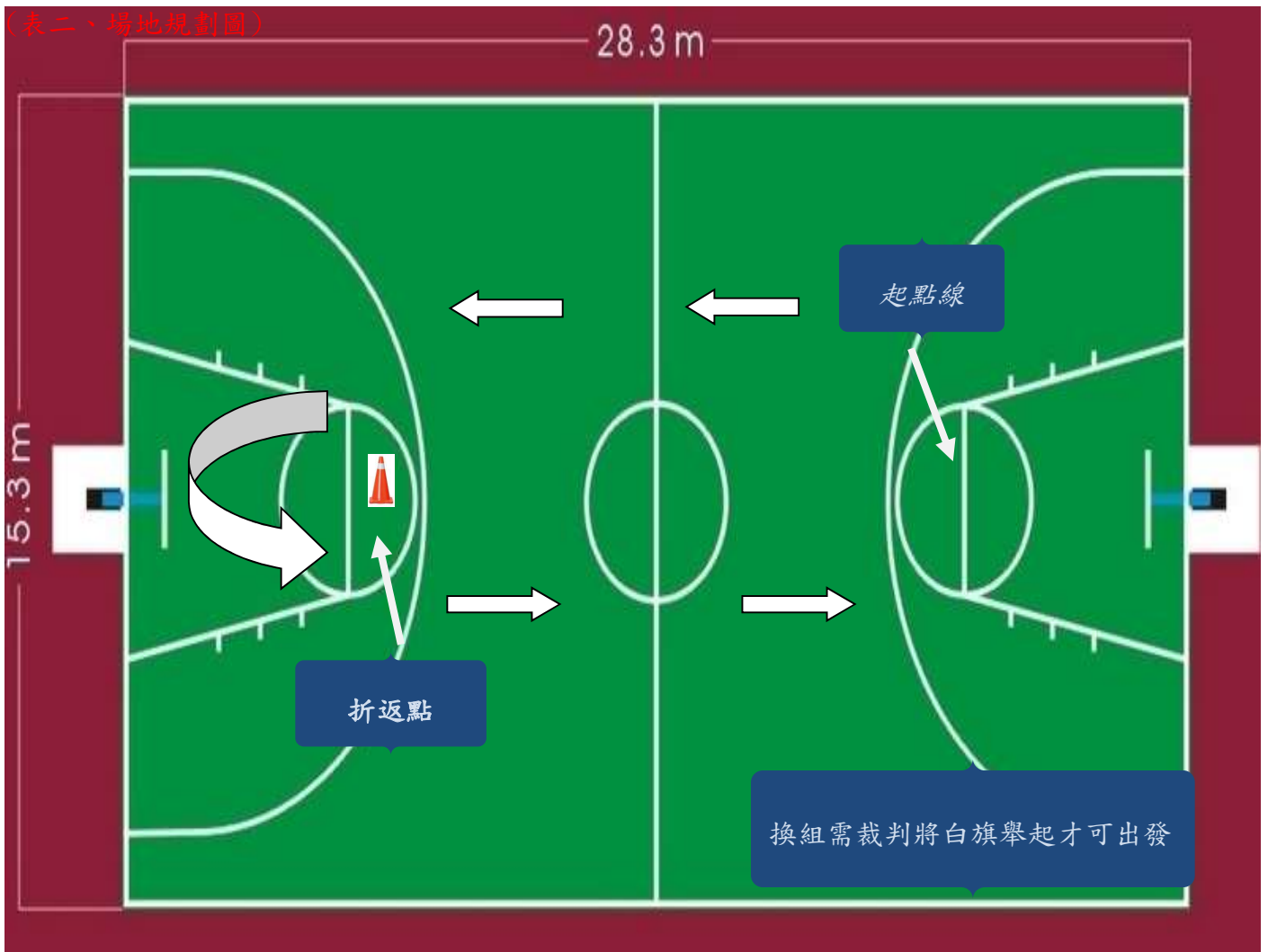
一、球類競賽籃球投籃：

1. 參賽人數：每隊 16 人，男、女各 8 人。（男性不足得以女性代替，或可採取再次輪替人次但以比賽中指定一參賽者輪替 1 人次為限）。
2. 場地：本校光電排球場。
3. 比賽方式：每一人次於下表圖示位置進行投籃 5 球次計分，第 1-4 球次計分為 1 分，第 5 球次計分為 3 分。投球順序為先女、後男輪替 16 人次共計 80 球，計數進球分數，進球分數多者排名在前，進行排名計分。
4. 依下列圖示位置進行投籃。



二、趣味競賽陸上龍舟：

1. 參賽人數：以班為單位參賽人數 16 人，男、女各 8 人。(男性不足得以女性代替)。
2. 場地：本校光電籃球場。
3. 每次上場 4 人，第 1-2 組女生、第 3-4 組男生，共 4 組。
4. 比賽方式：
 - (1). 每次 4 人將道具以懸空置於雙腿間前進，前進至 15 公尺三角錐處折返回起始點。
 - (2). 龍舟需全部通過起點線後，下一組組員將龍頭導正面向起跑線，組員準備好並讓龍舟離地，執法裁判舉白旗後，即可出發，以此類推。
 - (3). 勝負判定：採計時(取至秒數百分位)決賽方式進行，以花最少時間完成比賽之成績排定先後之名次。



三、球類競賽九宮格擲準：

1. 參賽人數：每隊 16 人，男、女各 8 人。(男性不足得以女性代替，每隊人數不足不得比賽)。

2. 場地：本校為體育館。

3. 比賽方式：

(1) 於基準線後方進行投球擲準，先 8 女、後 8 男每一人次投擲一球後自行檢球排至最後(如表一輪轉順序圖)。

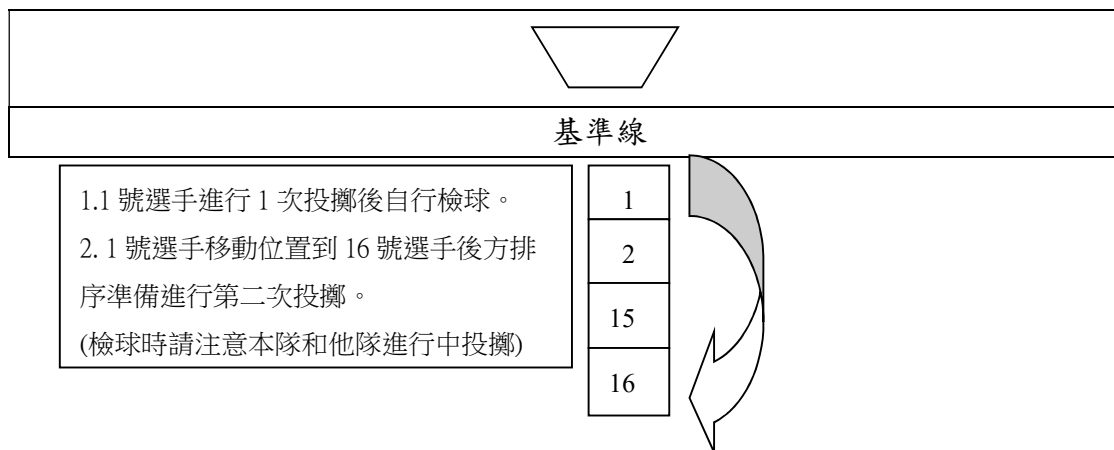
(2) 須輪 16 人次每人五次共計 80 球全部人次完成後計分(計分方式如第五點)。

(3) 反彈地面或球網打倒不算。打中球框倒板算成功，如一球命中數個板子倒板也算成功。

(4) 進行中除非板子因非上述得分方式倒板，裁判此時須暫停比賽恢復原狀，其他一律不回覆板子為直立狀態。

(5) 計分方式(如下列圖示):倒板數數字總合，1-9 數字板全倒總分 45 分，倒板數數字總合多者排名在前，如同分一完成全部倒板計時快者排名在前，進行排名計分。

(表一輪轉順序圖)



九宮格擲準評分圖示(將 2 的牌子打倒記分兩分)



九宮格擲準評分圖示(將 5、9 打倒記分 14 分)

四、計分及排名

團體項目：趣味及球類競賽計分表如下表一、總分排名敘獎如表二

(表一)

籃球投籃、陸上龍舟、九宮格擲準每一項分數得分計算如下：								
總數排名	1	2	3	4	5	6	7	8
該項得分數	8	7	6	5	4	3	2	1

(表二)

<p>籃球投籃、陸上龍舟、九宮格擲準三項總分數加總，分數愈高排名在前。 如同分依：1. 九宮格擲準、2. 陸上龍舟、2. 籃球投籃得分數依序判定前後名次</p>								
依報名班數實際分組計分成績最佳 8 名進行敘獎。								
排名	1	2	3	4	5	6	7	8
七年級								
八年級								
九年級								

五、大隊接力比賽

依據:112 學年度全國國民中學班際大隊接力比賽規則

(一)參賽人數：以班級為單位參賽每隊 16 人，男、女各 8 人，女生跑 1 至 8 棒，男生跑 9 至 16 棒。

(二)器材：號碼衣、碼錶。

(三)比賽方式(先依規則，因本校是非正式比賽場地故曾經實際操作後經體育教師專業評估後執行，惟最後遵守以秩序冊為準)。

(四)簡要規則：每人跑 100 公尺，在跑道進行之比賽，前三棒必須是分道比賽(選手在彎道跑道時，若踩內線，則每次加總時間 5 秒)。第四棒接棒後可搶跑道，第五棒選手依原道次順位內縮站位，不得更換位置順序，(違反此規定每隊加總時間 5 秒)。第六棒(含)以後之接棒順序，則依前一棒跑出接力區之先後順序，由內到外排列接棒順序。接棒選手不可改變在接力區起點處原來排列的順序，(違反此規定每隊加總時間 5 秒)，計時賽制。

(五)罰則：未依規定進行者，視為犯規，可判班上加秒嚴重時會被取消資格。

(六)如有未盡事宜，由裁判在競賽中補充報告。

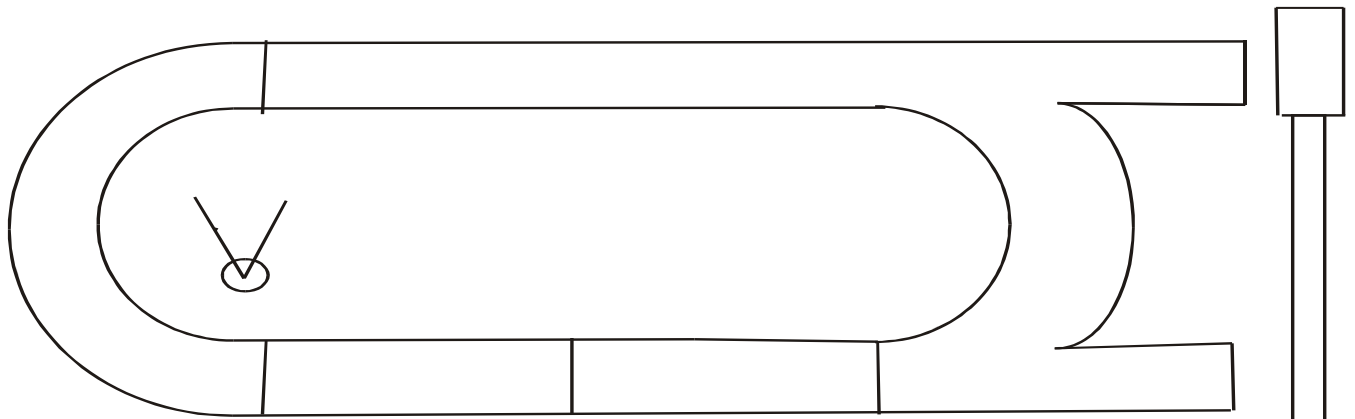
(七)獎勵：1. 每項依成績取 8 名，各頒予錦旗、獎品。

2. 大隊接力每年級第一名代表本校參加校際大隊接力比賽。

(八)申訴:合法之抗議應由各隊領隊導師當場提出、賽後之抗議於該場比賽賽完 30 分鐘內提出並佐以證明(如相片，現場裁判證明)，其餘不與受理，受理後召開審判會議。

(九)上述相關辦法如有不足依據 112 學年度全國國民中學班際大隊接力比賽規則。

操場平面圖



大隊接力起、終點

來賓席	司令台	記錄組 獎品組
-----	-----	------------

112 學年度校慶運動會團體球類競賽、大隊接力報名表

班 級	團體趣味及球類競賽	大隊接力
年 班	導師簽名	導師簽名

※ 請導師於參加項目下方格內簽名，以示確定報名該項比賽。

※ 此表格須經導師簽名。

※ 報名辦法：1、時間：即日起至 11 月 28 日(二)中午 12:30 止。

2、地點：報名表送至體育組辦公室各年級指定紙箱位置內。

112 學年度校慶運動會個人單項 100 公尺報名表

(多項報名請務必衡量自身身體能力負荷)

班 級	座 號	姓 名	性 別	導師簽名
年 班			男	
年 班			男	
年 班			女	
年 班			女	

※ 此表格須經導師簽名。

※ 報名辦法：1、時間：時間：即日起至 11 月 28 日(二)中午 12:30 止。

2、地點：報名表送至體育組辦公室各年級指定紙箱位置內。

112 學年度校慶運動會個人單項鉛球報名表(多項報名請務必衡量自身身體能力負荷)

班 級	座 號	姓 名	性 別	導師簽名
年 班			男	
年 班			男	
年 班			女	
年 班			女	

※ 此表格須經導師簽名。

※ 報名辦法：1、時間：即日起至 11 月 28 日(二)中午 12:30 止。

2、地點：報名表送至學務處各年級指定紙箱位置內。

112 學年度校慶運動會個人單項 200 公尺報名表

(多項報名請務必衡量自身身體能力負荷)

班 級	座 號	姓 名	性 別	導師簽名
年 班			男	
年 班			女	

※ 此表格須經導師簽名。

※ 報名辦法：1、即日起至 11 月 28 日(二)中午 12:30 止。

2、地點：報名表送至體育組辦公室各年級指定紙箱位置內。