

嘉義市玉山國民中學慶祝 59 週年校慶暨師生運動會競賽規程

一、宗旨：

- (一) 宏揚本校之光榮歷史，激發學生向上之精神。
- (二) 培養學生健全之心，促進五育均衡發展。
- (三) 加強學校與學生家長之間聯繫合作。
- (四) 提高學生表現能力，發覺學生特殊才能。
- (五) 增進師生情誼，發揚師生團隊之精神。

二、主辦單位：玉山國中

三、協辦單位：家長會、校友會、志工團、員生消費合作社

四、承辦單位：學務處

五、舉辦日期：109 年 12 月 11 日（星期五）

六、競賽地點：本校大操場

七、開閉幕典禮時間：

- (一) 開幕典禮：109 年 12 月 11 日（星期五）上午 08：30 分
- (二) 閉幕典禮：109 年 12 月 11 日（星期五）下午 14：30 分

八、報名日期：自即日起至 109 年 11 月 13 日（星期五） 中午 12 時截止

九、報名地點：體育組

十、參加單位：

- (一) 本校教職員工同仁
- (二) 學生組以班級為單位

十一、參加資格：玉山國中教職員工生均可報名參加

十二、競賽項目：

(一) 團體項目

1. 趣味競賽：

- (1) 一年級：百發百中（彩球擲準）
- (2) 二年級：暈頭轉向（羽拍托球）
- (3) 三年級：心誠則靈（擲杯賜福）

2. 大隊接力

(二) 個人項目

1. 100、200、400 公尺
2. 800 公尺 (女生)、1500 公尺 (男生)
3. 鉛球
4. 跳遠

十三、錦標種類：

- (一) 運動會年級總錦標
- (二) 大隊接力錦標
- (三) 趣味競賽錦標

十四、競賽辦法：

(一) 比賽規定：

1. 限玉山國中學生以班級為單位參加比賽。
2. 每一單項的田徑賽項目，分男女組，報名以一名為限，每人限參加一項，但大隊接力、趣味競賽不在此限。
3. 每一單項錄取前六名，依序以七、五、四、三、二、一計入團體錦標總分。
4. 年級競賽總錦標以各單位在該項所得總分最多者屬之，若兩個或兩個以上之單位得分相同時，則以各單位所得之第一名多寡判別，仍相同得以第二名多寡判之，依此類推。

(二) 大隊接力 (1900 公尺)：

1. 參加人數：女生 9 人、男生 10 人，每人跑 100 公尺。(依各年級男女生比例微調)
2. 同班級選手區分成三個接力區，依號碼順序下場比賽。
3. 第四棒通過搶道線 (錐) 時方可搶跑道。
4. 同班級應穿著同色之號碼衣。
5. 大隊接力順序…女生 1-9 棒，男生 10-19 棒。(以報名表性別人數為準)
6. 交棒手續必須在接力區內完成違者增加秒數。(依全國大隊接力錦標賽比賽規則)
7. 分二組採計時決賽，取四名頒發錦旗。

※大隊接力選手不得穿著鞋底有鞋釘或粗粒之裝置如釘鞋、足球鞋等，也禁止赤腳比賽。

(三) 趣味競賽：

1. 百發百中 (彩球擲準)：

- (1) 參加對象：一年級學生、教職員工組隊參加。
- (2) 參賽人數：女生 10 名、男生 10 名、共 20 人。
- (3) 比賽地點：本校操場。
- (4) 比賽器材：每班彩球 60 個、置物整理箱 1 個、呼拉圈 1 個。
- (5) 競賽辦法：
 - a. 女生前：1-10 棒，男生後：11-20 棒，按順序排在起點線之後。
 - b. 聞裁判發令後，第一位女生跑至中繼點(呼拉圈處)取 3 個彩球，再向前至投籃區(摺疊椅後)將彩球投進籃子內後(彩球未投進不得再將彩球撿起重新投擲)，折返至起點，換下一位女生，女生輪完換男生，依此類推至最後一位男同學為止。
 - c. 以籃子內彩球多者為優勝，最後一位投完後，裁判停錶，同球數者以所費時間少者優勝。
 - d. 違規加罰 5 秒。
 - e. 取四名頒發優勝錦旗。

2. 暈頭轉向 (羽拍托球)：

- (1) 參加對象：二年級學生、教職員工組隊參加。
- (2) 參賽人數：女生 10 名、男生 10 名，共 20 人。
- (3) 比賽地點：本校操場。
- (4) 比賽器材：球棒 1 支、頭盔 1 頂、羽球拍 1 支、壘球 1 個、呼拉圈 1 個。
- (5) 競賽辦法：
 - a. 女生前：1-10 棒，男生後 11-20 棒，按順序排在起點線之後。
 - b. 聞裁判發令後，各單位第一人以額頭頂住球棒，球棒另一端抵在地上，身體以球棒為中心旋轉 5 圈。
 - c. 5 圈轉完後，立即走向前方中繼點(呼拉圈處)，用單手取羽球拍並將壘球置於拍

面上，平衡拍面上之壘球，手持球拍並繼續行走至折返點（摺疊椅後）折返至中繼點，將羽拍及壘球置於呼拉圈內。

- d. 行走其間若壘球不幸掉落地上應立即撿拾，並將壘球放置於拍面上後始可繼續行走，直至完成所有動作為止。
- e. 參賽選手確實將羽拍及壘球置於呼拉圈內後，即可盡速返回起點，與下一位選手擊掌(交換頭盔)後，下一棒開始上述所有動作，直到 20 人接力完成比賽為止，最後一人通過起(終)點後裁判停止計時。
- f. 違規加罰 5 秒。
- g. 採計時決賽，取四名頒發優勝錦旗。

3. 心誠則靈（擲杯賜福）：

- (1) 參加對象：三年級學生、教職員工組隊參加。
- (2) 參賽人數：女生 12 名、男生 8 名，共 20 人。
- (3) 比賽地點：本校操場。
- (4) 比賽器材：每班拖鞋各 1 雙。
- (5) 比賽辦法：
 - a. 女生前：1-12 棒，男生後 13-20 棒，按順序排在起點線之後。
 - b. 聞裁判發令後，第一位女生出發至中繼點(呼拉圈處)拿起拖鞋，跑至前方定點摺疊椅後（對天三拜）將拖鞋往上拋擲越過指定線後落地，拖鞋須為一正一反（聖筊）者即為成功，未能一正一反（笑筊、陰筊）者為失敗，無論成功或失敗，拋擲者均需撿回拖鞋，跑回中繼點放好，然後再回到起點接下一位隊員，女生輪完換男生，依此類推至最後一位男同學為止。
 - c. 以拖鞋一正一反（聖筊）最多者為優勝，最後一位擲完筊後，裁判停錶，同聖筊數者以所費時間少者優勝。
 - d. 違規加罰 5 秒。
 - e. 取四名頒發優勝錦旗。

※備註：趣味競賽報名人員，以沒參加大隊接力者為優先，請各班務必遵守。

(四) 個人單項：

1. 100、200、400 公尺：

- (1) 競賽組別：區分一、二、三年級男生、女生組進行比賽。
- (2) 報名人數：每班報名男、女生各 1 人。
- (3) 預賽：各年級分二組，每組取 1 名、擇優 4 名，晉級決賽，決賽取 6 名。
- (4) 比賽地點：本校操場。

2. 800 公尺、1500 公尺：

- (1) 競賽組別：區分一、二、三年級男生、女生組進行比賽。
- (2) 報名人數：每班報名男、女生各 1 人。
- (3) 女生參加 800 公尺、男生參加 1500 公尺，計時決賽，每年級取 6 名。
- (4) 比賽地點：本校操場。

3. 鉛球：

- (1) 競賽組別：區分一、二、三年級男生、女生組進行比賽。
- (2) 報名人數：每班報名男、女生各 1 人。
- (3) 預賽：每人投擲 3 次，取前 6 名進入決賽。
- (4) 決賽：每人繼續投擲 3 次，取 6 名。
- (5) 比賽地點：鉛球場。

4. 跳遠：

- (1) 競賽組別：區分一、二、三年級男生、女生組進行比賽。
- (2) 報名人數：每班報名男、女生各 1 人。
- (3) 預賽：每人跳 3 次，取前 6 名進入決賽。
- (4) 決賽：每人續跳 3 次，取 6 名。
- (5) 比賽地點：跳遠場。

十五、報名及注意事項：

1. 各班級填寫報名表，請用**正楷填寫清楚**，並請導師簽名同意。
2. 報名表電子檔請 E-mail 至 kunghsienchao@mail.edu.tw 信箱。
3. 請準時於**109年11月13日(星期五)午休前**，繳交報名表至體育組。
4. 100、200、400公尺，1900公尺班際大隊接力競賽於：
109年11月13日(星期五)中午12:30至體育組抽籤(分組、分道)。
5. 抽籤後公告100、200、400公尺、1900公尺班際大隊接力競賽人員或班級組別、道次於本校網站首頁；決賽晉級公告於運動會專用佈告欄(體育館走道兩側)，請自行查閱，不另行通知。

十六、申訴：

1. 比賽爭議如規則上已有明文規定或同義之說明者，不得提出抗議，以裁判員之判決為終決。
2. 合法之抗議應以書面由導師簽字蓋章向審判委員會正式提出，以審判委員會之判決為終決。

十七、獎勵：

1. **運動會總錦標**：每年級各一班，頒發錦旗、獎品，以資鼓勵。
2. **趣味競賽、大隊接力錦標**：每年級取四名，頒發錦旗、獎品，以資鼓勵。
3. **個人單項競賽**：每項取六名，一、二、三名頒發獎牌、獎狀，其餘頒發獎狀，以資鼓勵。

十八、本規程經體育委員會暨校慶協調會通過，呈請校長核准後實施，修正時亦同。