

# 桃園市立內壢國民中學 59 週年校慶暨社區聯合運動大會

## 各年級趣味競賽比賽辦法

壹、主旨：落實學生品格教育，營造運動校園，凝聚班級向心力，展現熱情與活力，培養學生團隊合作精神，建立互助和諧的友善校園，藉以促進身心健康。

貳、比賽對象：本校七至九年級學生，以班為單位。

參、比賽時間：109 年 10 月 24 日（六）。

肆、報名方式：109 年 10 月 08 日（四）前至內中校網首頁線上報名區登錄報名。

伍、比賽規則：

### 一、九年級-路上行舟

- (1)每班參賽人數共 20 名，(男、女生各 10 人)，前二組女生，後二組男生，每組 5 人共計 4 組。
- (2)將龍舟夾至雙腿間，前進時龍舟需懸空不得落地。
- (3)回終點處，第五位隊員必須完全過線，否則視同犯規。
- (4)過程中之選手應保持規定路線前進及折返，不得跨越他隊賽道。
- (5)所有隊員不得跨入起點線內及離開準備區。
- (6)如有違規加 5 秒計算。
- (7)採計時決賽，最短時間完成之隊伍即為優勝。

### 二、八年級-坦克大戰

- (1)每班參賽人數共 16 名，(男、女生各 8 人)，前二組女生，後二組男生，每次 4 人共計 4 組。
- (2)第一組隊員於出發前先進入道具並由裁判檢查。
- (3)隊伍的最後一人通過線後，即可交給下一組隊員進入道具後，以此類推完成競賽。
- (4)過程中之選手應保持規定路線前進，不得跨越他隊賽道。
- (5)過程中雙手不可將手放開，並持續前進。
- (6)雙方隊員不得跨入起點線內及離開準備區。
- (7)如有違規加 5 秒計算。
- (8)採計時決賽，最短時間完成之隊伍即為優勝。

### 三、七年級-頂天立地

- (1)每班參賽人數共 16 名 (男、女生各 8 人)，前四組女生，後四組男生，每

次 2 人共計 8 組。

- (2)兩兩相對，額頭頂充氣棒前進，前進時雙手不可碰到充氣棒。
- (3)過線後充氣棒交給下一組，下一組頂好後才可以出發。
- (4)途中如果棒子掉落，需於原掉落點調整棒子位置，重新出發。以此類推完成競賽。
- (5)最後一組，須完全通過起點線後，始得停錶。
- (6)雙方隊員不得跨入起點線內及離開準備區。
- (7)如有違規加 5 秒計算。
- (8)採計時決賽，最短時間完成之隊伍即為優勝。

陸、獎勵：採分組計時決賽，各組取前十名頒發錦旗，實際參賽同學為敘獎對象，體育組製作統一敘獎表格，於運動會結束後報請導師簽認名單後，辦理敘獎。

- 一、第一、二、三名記小功壹次。
- 二、第四、五、六名記嘉獎貳次。
- 三、第七、八、九、十名記嘉獎壹次。

柒、本辦法經校長核准後實施，如有未盡事宜，修正時亦同。

# 桃園市立內壢國民中學 59 週年校慶運動會暨社區聯合運動大會 大隊接力競賽辦法

壹、主旨：落實學生品格教育，營造運動校園，鼓勵學生從事體育活動，藉由運動練習提昇學生體適能並養成規律運動習慣，藉以促進身心健康。

貳、比賽對象：本校七至九年級學生，以班為單位。

參、比賽時間：109 年 10 月 24 日（六）。

肆、報名方式：109 年 09 月 30 日（三）前至內中校網首頁登錄報名。

伍、抽籤日期：109 年 10 月 05 日（一），班上未派代表者由體育組代抽。

陸、比賽規則：

一、大隊接力分七年級組、八年級組、九年級組；採分組計時決賽，依全隊跑完時間多寡判定名次。

二、每班派男生 8 名、女生 8 名參加比賽(前 8 棒女生；後 8 棒男生)。

三、每人跑 100 公尺；限跑一次，餘按田徑規則辦理，若發現有重覆跑現象且查明屬實者，即取消該班參賽成績。

四、前三棒不准搶跑道，跑完後先留原道次跑道上，待該棒次各班交接棒完畢才離開跑道，以避免影響其它跑道班級，第四棒通過直道標誌區後始可搶跑道。

五、交接棒方式：

(1)各班選手須在接力區完成交接棒。

(2)在接力區未完成交接棒而掉棒者，由交棒者撿起完成交棒。完成交接棒後掉棒者，由掉棒者撿起。若違反此原則，每發生一次加五秒的時間。

(3)完成交棒選手不可阻礙他隊交接棒，情節嚴重者加團體時間 5 秒。

(4)為安全起見，傳接棒方式統一採用左接右傳。

六、出賽順序採抽籤決定。比賽時須著學校運動服裝及號碼背心。

七、所有參賽選手一律穿著運動鞋，禁止脫鞋或穿著釘鞋參賽。

柒、獎勵：採分組計時決賽，各組取前十名頒發錦旗，實際參賽同學為敘獎對象，

體育組製作統一敘獎表格，於運動會結束後報請導師簽認名單後，辦理敘獎。

一、第一、二、三名記小功壹次。

二、第四、五、六名記嘉獎貳次。

三、第七、八、九、十名記嘉獎壹次。

本辦法經校長核准後實施，如有未盡事宜，修正時亦同。