

## 雲林縣文安國民小學 104 學年度健康促進—家長會長盃體育競賽實施計畫

一、依據：本校校務實施計畫

二、目的：

- (一)培養學生運動習慣，鍛鍊強健體魄。
- (二)加強本校運動風氣，提高爭取榮譽之精神。
- (三)提倡良好休閒活動，增進身心健康。

三、競賽項目及預定時間：

1 跳繩 (1 年級) 105 年 5 月	2 拍毬 (2 年級) 105 年 5 月
3 木球擊遠比賽 (3 年級) 104 年 12 月	4 樂樂棒球比賽 (4、5 年級) 104 年 10 月
5 大隊接力賽 (5 年級) 104 年 10 月	6 籃球三對三鬥牛賽 (6 年級) 105 年 4 月

樂樂棒球比賽 (各年級冠軍隊代表學校參加鎮賽)

四、競賽方式：詳見各競賽規程

五、裁判：視各項比賽人數多寡，由訓導處聘請之。

六、獎勵：頒發獎狀、圖書禮券，名額詳見各競賽規程。

七、經費支出及概算：由家長會支付，詳見各競賽規程。

	各年級經費支出	預定時間
1 跳繩 (1 年級)	460	105 年 5 月晨光時間或體育課
2 拍毬 (2 年級)	460	105 年 5 月晨光時間或體育課
3 木球擊遠比賽 (3 年級)	460	104 年 12 月晨光時間或體育課
4 樂樂棒球比賽 (4 年級)	600	104 年 10 月晨光時間或體育課
5 樂樂棒球比賽 (5 年級)	600	104 年 10 月晨光時間或體育課
6 大隊接力賽 (5 年級)	600	104 年 10 月晨光時間或體育課
7 籃球三對三鬥牛賽 (6 年級)	2000	105 年 4 月晨光時間或體育課
總計	5,180	

八、本計畫呈請 校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

## 雲林縣文安國民小學 104 學年度健康促進—家長會長盃拍毬、跳繩競賽計畫

一、依據：本校校務實施計畫。

二、目的：(一)培養學生運動習慣，鍛鍊強健體魄。

(二)加強本校運動風氣，提高爭取榮譽之精神。

三、競賽組別：一、二年級組

四、競賽規則：

(一)拍毬：1 分鐘內拍毬超過頭頂次數多寡判定名次，未超過頭頂不計次，時間未達 2 分鐘即落地，停止計次。

(二)跳繩：1 分鐘內跳繩次數多寡判定名次。

五、比賽地點：本校升旗集合場

六、比賽時間：第三次月考後晨光時間。

七、獎勵：取各班最佳成績男前五名、女前五名，共計十名加總後判定團體賽名次，並取全年級男前五名及女前五名以個人賽授獎，成績相同者皆錄取授獎。

(一)團體成績：該學年班級成績總合最佳者為第一名，第一名班級每人 10 元禮券，其餘頒發獎狀。

(二)個人成績：全年級男前五名及女前五名授獎，成績相同者皆錄取授獎，每人獎狀乙只，第一名禮券 30 元；第二名 20 元；其餘 10 元。

八、經費概算：團體賽視第一名班級人數而變動；個人賽視錄取成績而變動

	團體賽	個人賽	總計
一年級	300 元	160 元	460 元
二年級	300 元	160 元	460 元
小計	600 元	320 元	920 元

九、本辦法呈請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

## 雲林縣文安國民小學 104 學年度 家長會長 暨健康促進盃木球擊遠競賽計畫

一、依據：本校校務實施計畫。

二、目的：提倡運動風氣，提昇校內運動技能水準。

三、比賽時間：與三年級級任討論後之體育課或晨間活動時間。

四、比賽地點：本校操場。

五、比賽組別：三年級組

六、比賽規則：

1. 每人有三球機會，將球於起點擊出後，量測擊遠之距離，最佳之成績。

球道五公尺寬（越界不計成績），無身體不適者全班都要下場。

2. 取各班最佳成績男前五名、女前五名，共計十名加總後以總距離長短判定

名次，並取全年級男前五名及女前五名授獎，成績相同者皆錄取授獎。

七、比賽時間：適當的晨光時間或體育課。

八、獎勵：

（一）團體成績：該學年班級成績最佳者為第一名，第一名班級每人 10 元圖書禮券，其餘頒發獎狀。

（二）個人成績：全年級男前五名及女前五名授獎，成績相同者皆錄取授獎，每人獎狀乙只，第一名圖書禮券 30 元；第二名 20 元；其餘 10 元。

九、經費概算：團體賽視第一名班級人數而變動；個人賽視錄取成績而變動

	團體賽	個人賽	總計
三年級	300 元	160 元	460 元

十、本辦法呈請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

## 雲林縣文安國民小學 104 學年度健康促進—家長會長盃樂樂棒球競賽計畫

一、依據：(一)本縣教育處來文，規定每學期至少安排四次班際體育競賽。

(二)本校校務實施計畫。

(三)雲林縣政府推動普及化運動方案。

二、目的：(一)培養學生運動習慣，鍛鍊強健體魄。

(二)加強本校運動風氣，提高爭取榮譽之精神。

三、競賽組別：四、五年級組

四、競賽規則及限制：依中華民國樂樂棒球協會制定之規則行之

(一)比賽每場採 6 局制，限 40 分鐘(一般為 50 分鐘，為節省時間採 40 分鐘)，

滿 3 局差 10 分、 4 局差 7 分以上則提前結束。

(二)採單淘汰制，若 6 局平手，則延長 7 局起採突破僵局制，前一局最後三棒保送

壘上後，以二出局的情況開打，單局得分多者即獲勝。

(三)各隊場上比賽者 9 人，其中女生選手須至少 2 人，比賽過程可以更換選手，競

賽過程選手若無特殊因素，不得代打、代跑。

(四)無全壘打制，採無限跑壘制，但跑壘者若停止跑壘，不可再跑；超過壘包五公

尺後亦不得回壘，否則以出局論。惟打擊出去後，防守方若暴傳出界，採保送之判決。

(五)擊球需完成揮棒動作，禁止短打。球擊出只要滾出五公尺線即算打擊成功。甩

棒者第一次予以警告，第二次則處以禁賽。

(六)各班均需推派選手出賽，不得無故棄權，優勝班級將代表本校參加斗南區賽。

五、比賽地點：本校操場

六、比賽時間：第一次月考後晨光時間或體育課。

七、獎勵：頒發獎狀，第一名班級獎金 300 元並獲得鎮賽參賽權。

第二名獎金 200 元。第三名獎金 100 元

八、經費概算：禮券或獎金由家長會支出

經費支出明細	圖書禮券或獎金	總計	備註
四年級	600	600	
五年級	600	600	
總計	1200	1200	

九、本辦法呈請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

## 雲林縣文安國小 104 學年度家長會長盃三對三鬥牛賽實施辦法

- 一、目的：增進學生體適能，以養成終身運動習慣。
- 二、比賽辦法：
  - (一) 參賽選手限本校六年學生。
  - (二) 比賽分成男子組及女子組，參賽隊伍每隊限報三人，不強制依班級組隊。
  - (三) 各組取前三名隊伍（視參賽隊伍數增刪授獎額）頒發獎狀及獎品。
- 三、比賽時間：六年級畢業考後。
- 四、比賽地點：本校籃球場。
- 五、報名辦法：於畢業考前請各隊填妥報名表後送交體育組。
- 六、報到：依賽程唱名至各參賽場地向裁判報到，兩分鐘內未報到者，視同棄權。
- 七、經費來源：比賽預定經費 2000 元，由家長會協助支出。
- 八、本辦法如有未盡事宜，得由舉辦單位隨時修訂之。

承辦人：

學務主任：

校長：

## 雲林縣文安國小校內籃球「三對三鬥牛賽」比賽規則

一、本次比賽採「單淘汰制」。

二、勝負判定：

(一) 比賽時間 6 分鐘，男子組在比賽時間內得 11 分者為勝，女子組比賽時間內得 9 分者為勝。比賽時間終了若皆未達比分數，取得分較高之隊伍晉級獲勝，平手則進行罰球 PK 賽。

(二) 各組四強決賽：時間 7 分鐘，男子組於比賽時間內得 13 分者為勝，女子組比賽時間內得 11 分為勝。其餘同上所述。

(三) 罰球 PK 賽：正規時間終了若雙方平手且未達獲勝分數，舉行罰球 PK 賽，每一輪雙方三名球員輪流罰球，直至該輪分出勝負為止，獲勝隊伍晉級。

三、時間：一般賽程於最後 30 秒停錶，四強決賽於最後一分鐘停錶。

四、得分判定：三分線內技進得 2 分，三分線外技進得 3 分，罰球進一球得 1 分。

五、鳴笛：

(一) 當球進籃、出界、違例、犯規，裁判員均應鳴笛，由對方球隊取得發球權。

(二) 取得發球權的一方必須返回發球點準備進攻。

六、犯規：

(一) 比賽不計犯規次數。

(二) 比賽中所有侵人犯規，均判罰球兩次，三分線外之投籃犯規，得判罰球三球，罰畢由對方發球，球員毋需排列。

(三) 技術犯規者，均由對方先行罰球兩次，罰畢罰球方再獲直接發球權。

(四) 進攻犯規，則失去控球權，由對方發球。

七、攻守交換：

(一) 進攻時，持球一方球員搶到籃板球可繼續進攻，防守方球員取得球權，則必須回三分線外任何一點準備進攻。

(二) 返回三分線外之判定，只要有一腳踩到三分線或跨越三分線即可。

八、暫停：每隊每場比賽有一次暫停機會，每次暫停時間 30 秒，若是選手受傷等特殊情況，得取消限制處理特殊情況。

九、報到：至各比賽場地報到時，所有選手均須到場，若缺少一人超過兩分鐘以上，以棄權論。選手名單若有更動，亦於報到時告知裁判，但更動之選手不得為其他參賽隊伍之選手，選手不能重複。

十、主辦單位有權更改賽程與場地。

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

---

組別 (男、女) 子組	隊名 (自創):		
隊員 姓名	1.	2.	3.

