

臺北市立大同高級中學 113 學年度班際跳繩錦標賽實施計畫

114.2.11 體育委員會通過

壹、依據：

- 一、學校校務發展計畫。
- 二、年度體育發展計畫。
- 三、學校 SH150+ 實施計畫。

貳、目的：提升本校學生體適能，促進學生參與運動及身心健康。

參、主辦單位：學生事務處體育組

肆、比賽日期：高三 114 年 3 月 7 日(五)第 7 節；國七 114 年 3 月 7 日(五)第 5 節。

伍、比賽地點：本校排球場，如遇雨則移至中央穿堂。

陸、報名辦法：

- 一、時間：即日起至 2 月 27 日(四)中午 12:30 止。
- 二、資格：本校高中部三年級學生與國中部七年級生
- 三、人員：每班派出 3 組，每組 8 人，其中 2 人掌繩。
- 四、方式：學務處→體育組→股長專區&班際競賽→班際跳繩線上報名連結，詳細填寫表單並套印出報名表，經體育股長、班導師、體育任課教師簽章，由體育股長送至學務處報名箱。

柒、比賽制度：團體限時計次賽。

捌、比賽規則：

- 一、以班為單位組隊，每隊須派出 3 組，每組 8 人，人員不得重複，以 3 組成績總和計算名次。
- 二、時間 3 分鐘，比賽時由裁判組長以口令方式「各就位、預備、開始」。
- 三、使用一條長繩，以定點方式由 2 人掌繩，做一字型迴旋，6 人同時在迴旋繩中跳躍。
- 四、以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。
- 五、以 6 人同時成功起跳，開始計算第一下，結束以哨聲中止比賽。
- 六、起跳或比賽中踩繩、勾繩造成迴旋繩中止迴旋，得繼續開始起跳，採累加計次方式。
- 七、每次比賽時每班由體育志工喊出跳過之次數，以便計算次數，最後次數依裁判之判決為準。
- 八、若需錄影，請自行準備，大會不提供錄影相關器材。
- 九、如有爭議，由隊長於比賽終了後 10 分鐘內向體育組提出書面申訴，由學務處競賽成績審判委員會處理公告之。

玖、獎勵：高中取前 4 名、國中取前 2 名並頒發錦旗由體育組統一敘予參賽同學嘉獎 2 次，以資鼓勵。未獲獎班級表現良好者由導師提出敘獎，惟以嘉獎 1 次為限。

拾、本計畫經本校體育委員會通過，陳校長核可後實施，修正亦同。

113 學年度高三、國七班際【跳繩】錦標賽報名表

班級：高(國)中部 _____年_____班

| A組 | | | B組 | | | C組 | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 序號 | 座號 | 姓名 | 序號 | 座號 | 姓名 | 序號 | 座號 | 姓名 |
| 1 | | | 1 | | | 1 | | |
| 2 | | | 2 | | | 2 | | |
| 3 | | | 3 | | | 3 | | |
| 4 | | | 4 | | | 4 | | |
| 5 | | | 5 | | | 5 | | |
| 6 | | | 6 | | | 6 | | |
| 7 | | | 7 | | | 7 | | |
| 8 | | | 8 | | | 8 | | |

體育股長簽名：_____

非正式報名表(僅供股長填寫名單用)

導師簽名：_____

體育任課教師簽名：_____

正式報名表為系統套印

**並於 2 月 27 日(四)中午 12:30 前繳交核章完成
之紙本報名表至學務處體育組報名箱**