

花蓮縣太昌國小 111 學年度第二學期「家長會盃班際競賽」實施計畫

壹、依據：111 學年度第二學期學校行事曆辦理。

貳、目的：

- 一、提升兒童體適能，健全五育均衡發展及正當休閒活動。
- 二、增進班級師生情感、培養互助合作之精神。
- 三、透過本活動實施，以期建立校園運動風氣。

參、主辦單位：學輔處。

肆、參加對象：本校 1 至 6 年級、特教班及幼稚園學生。

伍、比賽日期、時間及項目地點：

一、日期：112 年 3 月 31 日(星期五)

二、時間：上午 9:30 至 11:20 舉行。

三、比賽項目、地點及規則辦法：

- (一)幼稚園：九宮格大賽
- (二)一年級、特教班：運球大賽(規則詳見附件 1)。
- (三)二年級：九宮格大賽(規則詳見附件 2)。
- (四)三年級：足壘球比賽。(規則詳見附件 3)。
- (五)四年級：足壘球比賽(規則詳見附件 3)。
- (六)五年級：樂樂棒球比賽(規則詳見附件 4)。
- (七)六年級：排球比賽(規則詳見附件 5)。

陸、獎勵：各學年比賽項目學年班級總數為三班則錄取前二名頒發獎狀及獎品，學年班級總數為兩班則錄取第一名頒發獎狀及獎品。

柒、工作分配：

工 作 內 容	負 責 人	備 註
擬定計畫、安排賽程、準備器材	王若竹	
賽程廣播	劉曉燕	
照相、飲料分送	謝定哲	
獎狀印製	陳素瓊	兒童朝會頒發
一年級：運球大賽	孫小珮、陳雅琪(一年級、特教班)	籃球場
二年級：九宮格大賽	翁純玉、王珮臻(二年級)	北大樓露天廣場 雨天：西大樓地下室
三年級：足壘球比賽	曾志堅、簡祿霖(三年級)	南操場
四年級：足壘球比賽	曾志堅、蘇國智(四年級)	南操場
五年級：樂樂棒球比賽	林孝洵、林益誠(五年級)	大草皮
六年級：排球比賽	蔡沛圻、王若竹(六年級)	風雨球場
幼稚園：九宮格大賽	幼兒園教師、涂瑋真、家長志工	北大樓露天廣場

捌、經費來源：由太昌國小家長會及學生活動配合款項下經費支應。

玖、經費概算：

項 目	單 位	單 價	數 量	合 計	備 註
運動飲料	箱	182	17	3094	家長會申請 4000 元 學生活動費申請 4000 元
器材	式	4000	1	4000	
雜支	式	906	1	906	
總 計：				8000	

拾、本辦法經校長及家長會長核可，公佈實施，修訂亦同。

承辦處室：體育組 王若竹

學輔組 劉曉燕

敬會處室：

教務處：教務主任 李采綾

總務處：總務主任 孫小佩

幼兒園：幼教主任 李育儒

會計室：會計主任 王若竹

校 長：太昌國小 吳昌華

花蓮縣太昌國小 111 學年度第 2 學期班際體育競賽

附件 1

低年級運球大賽比賽辦法及規則

一、比賽年級：一年級

二、比賽規則：

1. 場中間放三角錐距離各班 6 公尺。
2. 每班參賽人數一致，請導師協調(例如有學生跑 2 趟)，最末棒學生穿著背心。
3. 一次一人出發，運球走跑到場中間繞過三角錐後，回到起點將籃球交給下一位學生出發，如果運球走跑期間球掉落，則該學生本人將球撿起再繼續前進完成比賽。
4. 獲勝：最快時間內班級參賽學生均完成比賽。

三、計分辦法：

1. 比賽分 2 局，需交換場地。
2. 以最快完成比賽之班級獲勝，可得 1 分，合計 2 局次分數，取學年名次。
3. 若總分平分，各班派男、女各 5 位學生加賽一局，最快完成比賽班級獲勝。

班級	第 1 局	第 2 局	加賽局	總分合計
一忠				
一孝				

裁判簽名：_____

花蓮縣太昌國小 111 學年度第二學期班際體育競賽

附件二 低年級網球九宮格擲準賽比賽辦法及規則

一、比賽年級：二年級

二、比賽規則：

1. 九宮格與投擲線距離：二年級 6 公尺。
2. 每班投擲線處放置一桶網球，每人每次限投擲 1 球，投擲完換下一位繼續；每場次計時三分鐘。
3. 時間到計算擲落的牌子，一塊牌子一分。三分鐘內有班級擲落 9 塊牌子，該場次提前結束；牌子搖晃未掉落，不記分。

三、計分辦法：

1. 每班分二組，學生不可重複到二組，每場比賽分 2 局，需交換場地。
2. 以擲落牌子數量計分，各班合計各場次分數，再取學年名次。
3. 若總分平分，各班派男女各 5 位學生加賽一局，計時二分鐘。若再同分，再加賽一局，計時一分鐘，以取出優勝班級。

場次	班級	第 1 局	第 2 局
第一場	二忠		
	二孝		

二忠總分：

二孝總分：

裁判簽名：_____

附件三

太昌國小 111 學年度第二學期「家長會長盃班際體育比賽」

三、四年級足壘球比賽辦法及規則

一、比賽制度：

- 1、採循環賽制，以積分多寡計算名次。
- 2、勝一場得 2 分；平手各得 1 分；敗一場得 0 分。
- 3、如有二隊積分相同時，則以該二隊失分較少隊者為勝。
- 4、如有三隊以上積分相同時，則以積分相同班級相互比賽間，得分多者為勝。如再相同則抽籤決定。
- 5、每場比賽 2 局。打一輪制（每場每局球員上場打一次），不限 3 出局，第 1 局由 A 組 1 至 9 號上場，第 2 局由 B 組 10 至 18 號上場，共 18 名正式球員）。

二、比賽時間：2 局結束比賽終了，以總得分高低決定勝負，得分多者為勝一場。

三、球員人數：各班分 A、B 二組，比賽時每局上場 9 名球員，女生至少 4 人。

球出界時，可以經裁判同意後換人。（須由同性別更換）

四、球員裝備：穿平底運動鞋、號碼衣出賽。

五、比賽規則：（詳細規則可參考附件二）

（一）打擊

- 1、打擊者踢擊時必須要在有效踢球區域內將球踢出，未在有效踢球區擊球（擊球點）判好球一個，踢擊時可以助跑。
- 2、二好球後再踢空球或踢擊成界外球，仍判三振出局。
- 3、進攻隊衝壘須踩橘色壘板，守備隊踩白壘板。
- 4、不可採用犧牲短打，違者計好球一個繼續打擊。
- 5、踢球進場未超過 5 公尺判界外球，計好球一個。
- 6、不可滑壘，滑壘無論結果如何一律判出局。
- 7、不可離壘或盜壘，跑壘員上壘後必須踩在壘板上等打擊者踢到球後才可離壘前進，違者判出局。
- 8、跑壘員跑向下一個壘超過 5 公尺不可折返線，就必須繼續向前推進，除非該壘板已有其他跑壘員。
- 9、跑壘者上壘後可踩白色壘包，高飛球接到後，判打擊者出局，比賽停止，所有跑壘員須回到原來的壘板上（可踩白色壘包），等下一棒揮擊後再前進。
- 10、比賽無全壘打，不限跑壘數。
- 11、打擊者若判定投手投出的球為壞球時，需靜止等球滾過來，不得作刻意踢擊或助跑的假動作，否則判定為一好球。
- 12、跑壘者不得有故意衝撞防守者的動作，否則判定跑壘出局，其餘跑壘者回

原壘包。

(二)防守

- 1、投手不可離開投手區投球，球的滾動高度不高於 20 公分，否則以壞球計算。
- 2、投手累積投出四個壞球，判打擊者保送上一壘。壘上跑者前進一個壘包，如跑壘前一壘沒有跑者則不能推進一個壘包。
- 3、打擊者踢擊前，守備員不可超過投手板趨前防守。
- 4、不可用觸殺，守備員一律以踩壘封殺出局，如果持球碰觸到跑壘員不判出局，比賽繼續中。
- 5、高飛球接到後，判打擊者出局，比賽停止，不可再傳殺其他壘上的跑壘員。
- 6、外野手可以縮小防守範圍，但不得進入內野區防守，內野區限定投手及游擊手防守，游擊手可自由進內、外野防守。
- 7、各壘手及捕手於封殺跑壘員時不得故意阻擋跑壘員的行進路線。

附件 4

五年級樂樂棒球比賽辦法及規則

一、樂樂棒球

(一)比賽制度：

- 1、採循環賽制，以積分多寡計算名次。
- 2、每場比賽為四局。時間終了，以總得分高低決定勝負，得分多者為勝一場。勝一場得三分；平手得二分；敗一場得〇分。
- 3、如有二班積分相同時，則以預賽比賽時，勝隊者為勝。
- 4、如三班積分相同時，則以所有比賽得分累計多者為勝。如再相同則以殘壘人數及上壘位置決定。
- 5、每場比賽四局。打一輪制（每場每局球員上場打一次），不限 3 出局，1、3 局由 A 隊 1 至 9 棒出賽，2、4 局由 B 隊 10 至 18 棒出賽。）

(二)、球員人數：每局下場人員：各班分 A、B 二隊，比賽時每局上場 9 名球員，女生至少 4 人，共 18 名球員。球出界時，可以經裁判同意後換人。（須由同性別更換）

(三)、球員裝備：穿平底運動鞋、號碼衣出賽。

(四)、比賽規則：

- 1、打擊時採打擊座，可以試比但不可超過球，違者計好球一個。
- 2、打擊時不可以助跑後揮棒，違者計好球一個。
- 3、二好球後再揮空棒或擊成界外球，仍判三振出局。
- 4、進攻隊衝壘須踩橘色壘板，守備隊踩白色壘板。
- 5、不可採用犧牲觸擊，違者計好球一個繼續打擊。
- 6、不可滑壘，滑壘無論結果如何一律判出局。
- 7、不可離壘或盜壘，跑壘員上壘後必須踩在壘板上等打擊者打到球後才可離壘前進，違者判出局。
- 8、擊球進場未超過 5 公尺判界外球，計好球一個。
- 9、甩棒結果照算不判出局，但要警告再甩棒強制換人。
- 10、跑壘員跑向下一個壘超過 5 公尺不可折返線，就必須繼續向前推進，除非該壘板已有其他跑壘員。
- 11、打擊者揮棒前，守備員不可超過投手板趨前防守。
- 12、不可用觸殺，守備員一律以踩壘封殺出局，如果持球碰觸到跑壘員不判出局，比賽繼續中。
- 13、跑壘者上壘後可踩白色壘包高飛球接到後，判打擊者出局，比賽停止，不可再傳殺其他壘上的跑壘員，所有跑壘員須回到原來的壘板上（可踩白色壘），等下一棒揮擊後再前進。

附件 5

太昌國小 111 學年度第二學期「家長會長盃班際體育比賽」 六年級排球比賽辦法及規則

一、比賽制度：每場採三局兩勝得球得分制。

- 1、採循環賽制。以積分多寡計算名次。
- 2、每場比賽二局，如各勝一局，則各派 3 男 3 女加賽一局決定勝負。
- 3、勝一場得三分；敗一場得○分。如各勝一局，加賽勝得二分；加賽敗得一分。
- 4、如二班積分相同時，則以該二班比賽時，勝隊者為勝。
- 5、如三班積分相同時，則以比賽總得分多者為勝。如再平手則各班選 5 男 5 女發球決定名次。

二、比賽辦法：

1. 每班分 A、B 二隊（分別打一、二局），每局下場 6 人（3 男 3 女），一、二局人員不能重複。每隊每局最多可 6 人次替補。
2. 每局 25 分，先獲 25 分並至少領先對方 2 分者，則勝一局。若局數為 1：1 平手時，加賽第三局決勝局（15 分），以先獲 15 分並至少領先對方 2 分者為勝，但任一隊先獲 8 分時雙方應交換場地。

三、比賽規則：

1. 發球：
 - (1) 每人每次有一次發球機會，得分時同一球員繼續發球。
 - (2) 發球者必須按比賽前排定的順序，每次換邊發球，須按順時針方向輪轉。
 - (3) 發球者必須在發球區內發球。（端線後延邊線兩端之延伸）
 - (4) 發球失誤時，換對方發球，且對方得一分。
2. 接發球：
 - (1) 身體任何部位擊球皆合法。
 - (2) 不能持球、連擊，一個人不能連續打 2 次。
 - (3) 擊球最多三次，第三次要過網。
3. 攻擊（扣球）：
 - (1) 對方發球，不得攻擊。
 - (2) 不可過網攻擊，不可觸網。
4. 每隊每局最多可 6 人次替補，指定替補。
5. 暫停：每局可暫停一次。