



光仁高級中學 114 學年度運動會暨環境教育趣味競賽實施計畫

國三趣味競賽---《出神入化》

一、依據：本校 113 學年度運動會暨環境教育實施計畫

二、目的：

1. 增進本校運動會的趣味性及熱鬧氣氛，增添活動的多元性與趣味性。
2. 透過團體趣味競賽，培養班級團隊合作的精神、進而養成學生積極進取的態度並同時凝聚班級向心力。

三、趣味項目：《出神入化》趣味活動。

四、比賽日期：114 年 11 月 7 日上午 10：10 起。

五、比賽地點：本校運動場（前操場）。

六、主辦單位：學務處 體衛組

七、協辦單位：健體科教學研究會

八、參加對象：本校國三學生（不含國三信班）。

九、競賽辦法：1. 大木屐每組 6 人進行接力賽。

2. 每班五組選手參加，未規定男、女組別數，可自由選擇，不可男女混搭，例如：兩組男、兩組女或三組女、一組男或一組女、三組男皆可，但最少要有一組女生參與，直到四組完成接力比賽才結束。

十、競賽規則：

1. 比賽中《禁止用手搬移》、輔助木屐行進角度及方向。
2. 每組比賽進行中；
A. 必須繞過三角錐折返起點。
B. 返回起點仍然要同心協力，調整木屐方向，第二組方可前進比賽。
C. 最後一組木屐最前端抵達終點線，不須調轉方向，即完成比賽，時間終止計時。
3. 比賽中，凡用手調轉木屐行進方向、輔助比賽之隊伍，第一次加總計時 2 分鐘；第二次則取消比賽資格。
4. 本項競賽採計時決賽，最短時間完成之班級即為優勝。

十一、獎勵：前三名頒發錦旗。

比賽示意圖：

