



光仁高級中學115學年度運動會暨環境教育趣味競賽實施計畫

國三組趣味競賽——《齊心協力向前衝》

一、依據:本校 115 學年度運動會暨環境教育實施計畫。

二、目的:

- (一) 增進運動會趣味性與團隊競賽精神，營造熱鬧歡樂的校園氛圍。
- (二) 培養學生團隊合作、互助協調及班級向心力，展現國三團結精神。
- (三) 藉由三人四腳競賽，提升學生肢體協調能力、默契及臨場應變能力。
- (四) 培養學生遵守競賽規則、公平競爭及榮譽感，留下國中階段美好的運動會回憶。

三、趣味競賽項目:《齊心協力向前衝》趣味競賽。

四、比賽日期:115 年 11 月 6 日(星期五)上午 10 時 10 分起。

五、比賽地點:本校運動場(前操場)。

六、主辦單位:學務處體育衛生組。

七、協辦單位:健體科教學研究會。

八、參加對象:本校國三學生(不含信班)。

九、競賽方式

- (一) 每班派 36 名學生參加，每 3 人為 1 組，共 12 組，以三人四腳接力方式進行比賽。
- (二) 每組使用 2 條三人四腳綁腿帶，由體育衛生組統一提供。
- (三) 每組自起點出發，完成 15 公尺折返，繞過折返標誌(三角錐)後返回起點，與下一組完成擊掌接力。
- (四) 各組依序完成接力，最後一組返回終點後停止計時，以總完成時間最短者為優勝。

十、競賽規則

- (一) 各組須於起跑前完成綁腿帶固定，經裁判確認後始得預備。
- (二) 聞裁判發令後方可起跑，途中須全程保持綁腿帶固定，不得自行解開。
- (三) 完成折返後，須與下一組選手完成擊掌接力，下一組始可出發。
- (四) 未完成擊掌即出發者，每次加計 5 秒。
- (五) 比賽途中若綁腿帶鬆脫或脫落，須於原地重新綁妥後方可繼續比賽，不得更換選手。
- (六) 未依規定路線完成折返或未繞過三角錐者，每次加計 5 秒。
- (七) 本項競賽採計時決賽，以總完成時間最短之班級為優勝。

十一、獎勵:取前三名，頒發錦旗乙面，以資鼓勵。