

台南市保東國民小學一百零六學年度跑步爭圈及跳繩比賽實施辦法

一、依據：本校一百零六學年度行事曆

二、活動目的：

- 1.推展跑步爭圈及跳繩運動，並強化學生運動能力，培養運動習慣。
- 2.推動快活計畫，提升本校運動風氣，達成運動強身的目標。

三、主辦單位：保東國小學務組

四、比賽地點：中央走廊及操場

五、參賽對象：本校一至六年級學生參加。

六、比賽辦法：

1. 爭圈比賽一到六年級跑十分鐘。
2. 跳繩比賽一到六年級跳一分鐘。
3. 每學期舉辦兩次。

七、比賽規則：

(一)跑步爭圈比賽

1. 分成 1~3 年級及 4~6 年級二組，三個年級一起出發。
2. 學生每跑一圈即可得到一條橡皮筋，
3. 請導師在終點線負責當裁判給橡皮筋。

(二)跳繩比賽

1. 跳繩通過腳底記數一次，並由導師負責當裁判。
2. 學生輪流跳繩計時一分鐘並登記成績
3. 跳繩途中若學童絆倒停止，停止後繼續動作仍可計算。
4. 比賽過程如有提前離開或任意走動，影響到他人，取消比賽資格。
5. 一二年級老師互換擔任裁判，以此類推。

八、評分標準

1. 全班成績統計完成後，除以參加人數為年級平均數。
2. 達成年級平均數以上各生即可得到二個金幣。
3. 未達標準之同學則不予金幣。
4. 得到全校跳繩王、爭圈王可得到三個金幣。

九、本辦法經校長核可後實施，修正時亦同。