

112 學年度南山中學 77 週年校慶運動與趣味競賽計畫

《校慶競賽概表》

112.09.06

日期	時間	活動項目	參與對象	比賽地點 (檢錄地點)	組別	競賽 男/女 人數	名次	賽制
112 年 10 月 5 日 (四)	18:00 ~ 18:30	桌球 《預賽》	高二	桌球場 (羽球場)	男單 女單 男雙 女雙	《單打》 至多報名 2 隊 《雙打》 報名 1 隊	《預賽》 進行至 前 8 強	單淘汰賽
112 年 10 月 12 日 (四)	18:00 ~ 18:30	桌球 《預賽》	國二	桌球場 (羽球場)	男單 女單 男雙 女雙	《單打》 至多報名 2 隊 《雙打》 報名 1 隊	《預賽》 進行至 前 8 強	單淘汰賽

112 年 10 月 27 日 (五)	09:30 ~ 11:30	桌球 《決賽》	國高二	桌球場 (羽球場)	男單 女單 男雙 女雙	各組競賽	國中部 取前 8 名 頒發 獎牌、獎狀 高中部 取前 4 名 頒發 獎牌、獎狀	單淘汰賽
	08:30 ~ 11:30	籃球 《預賽》	國三 直升班	漳二校區 籃球場 (水泥地)	男子組 女子組	12 人 12 人	《預賽》 進行至 前 4 強	單淘汰賽 採上下半場 各 8 分鐘 《雨備》 體育館

112 年 10 月 28 日 (六)	08:00 ~ 12:00	排球賽	高一	排球場	男子組	10人	取4名 頒錦旗	單淘汰賽 每局11分 6分換場 有DEUCE 最終分數15分
					女子組	10人		《兩備》 先進行至四強 四強擇日進行
		大隊接力	國三(外) 高三 國一 國二 高二 教師組	漳和國中 操場 (司令台右側)	混合組	各年級 男生:8人 女生:8人 共計:16人 教師組 男教師:6人 女教師:6人	國三:取4名 高三:取1名 國一:取8名 國二:取8名 高二:取4名 頒錦旗	計時決賽 《兩備》 進行兩天備案 國三外、高三 則取消活動
112 年 10 月 28 日 (六)	13:00 ~ 15:00	跳繩擂台	國一	熊祥中庭 (自強大樓 電梯前)	混合組	比賽人數 男生7人 女生7人 共計:14人 (甩繩者性別不 限,包含在14 人名單)	取8名 頒錦旗	進行2回合 (4分鐘/回) 每回合 最高次數總和
		陸上龍舟	國二	行健籃球場	混合組	比賽人數 男生8名 女生8名	取8名 頒錦旗	進行2回合 計時決賽
		手足球團體賽	高一	大中B2	混合組	男生5名 女生4名	取前4名 頒發 錦旗、獎狀	採9 vs 9 計時得分制 單淘汰賽
		投籃機團體賽				男生5名 女生5名	取前4名 頒發 錦旗、獎狀	男生女生 成績總和 排名賽

		泡泡躲避球	高二	排球場	混合組	一般球員 男生 15 名 女生 10 名 泡泡守護者 2 名 (性別不限，守 護者不算在 25 人名單) 共計 27 名	取 4 名 頒錦旗	單淘汰賽 (第一~六場) 採 4 分鐘 (第七~十二場) 採 3 分鐘
		籃球賽決賽	國三 直升班	體育館	男子組	12 人	取 4 名 頒錦旗	上下半場 各 10 分鐘
					女子組	12 人		

裁判總長：吳崑助主任

總幹事：吳尚書組長

各項目裁判長：

1. 國高二桌球賽：潘昀樺老師
2. 國三直升班(男子組)籃球賽：陳柏廷老師
3. 國三直升班(女子組)籃球賽：梅明聖老師
4. 高一排球賽(男子組)：李瑛姿老師
5. 高一排球賽(女子組)：黃勝宏老師
6. 國一、國二、國三(外)、高二、高三、教師組大隊接力：張 毓老師
7. 國一跳繩擂台：張 毓老師
8. 國二陸上龍舟：阮意霏老師
9. 高一手足球團體賽：易文雲老師
10. 高一投籃機團體賽：李嫦春老師
11. 高二泡泡躲避球賽：葉安展老師

112 學年度南山中學 77 週年校慶運動及趣味競賽辦法

- 一、宗旨：慶祝南山中學校慶活動，增進教師與學生之團體凝聚力與向心力，並提升教師與學生運動樂趣與能力，以及培養良好運動習慣。
- 二、主辦單位：學務處體育組。
- 三、比賽時間、項目、地點：
- (一)10/05(四)運動時間 18:00~18:30 高二桌球《預賽》地點：行健地下一樓桌球場
- (二)10/12(四)運動時間 18:00~18:30 國二桌球《預賽》地點：行健地下一樓桌球場
- (三)10/27(五)上午 8:30~11:30 國三直升班籃球《預賽》地點：漳二校區籃球場
- (四)10/27(五)上午 09:30~11:30 國高二桌球《決賽》地點：行健地下一樓桌球場
- (五)10/28(六)上午 08:00~12:00
- 1、高一排球賽 地點：排球場(男生)；躲避球場(女生)
- 2、國三(外)、高三、國一、國二、高二、教師組大隊接力 地點：漳和國中操場
- (六)10/28(六)下午 13:00~15:00
- 1、國一跳繩擂台 地點：熊祥中庭
- 2、國二陸上龍舟 地點：行健籃球場
- 3、高一手足球團體賽 地點：大中 B2
- 4、高一投籃機團體賽 地點：大中 B2
- 5、高二泡泡躲避球 地點：排球場
- 6、國三直升班籃球《決賽》 地點：體育館
- 四、報名日期：一律採網路報名，請至學務處體育組網站填報 Google 表單。
- (一)國高二桌球，即日起至 9/20(三)17:00 報名截止。
- (二)其餘運動競賽及趣味項目，即日起至 9/27(三)17:00 報名截止。
- 五、抽籤日期：各班代表未到者，由體育組代抽不得異議。
- (一)國高二桌球，9/27(三)中午 12:40，於自強 5 樓閱覽室進行抽籤。
- (二)其餘運動競賽及趣味項目，10/04(三)中午 12:40，於自強 8 樓閱覽室進行抽籤。
- 六、賽程公告：
- (一)10/04(二)17:30 公告桌球賽程於體育組網頁。
- (二)10/13(五)17:30 公告其他各項賽程於體育組網頁。
- 七、競賽獎勵：
- (一)國一跳繩擂台：取前 8 名，前 4 名頒「名次」錦旗及獎狀，第 5~8 名頒「優勝」錦旗及獎狀。
- (二)國二陸上龍舟：取前 8 名，前 4 名頒「名次」錦旗、獎狀，第 5~8 名頒「優勝」錦旗、獎狀。
- (三)國高二桌球：
- 1、國中組：單雙打各組均取前 4 名頒獎牌及獎狀，第 5~8 名頒優勝獎狀。
- 2、高中組：單雙打各組均取前 4 名頒獎牌及獎狀。
- (四)國三直升班籃球：分男女子組，各組取前 4 名，頒「名次」錦旗及獎狀。
- (五)高一手足球團體賽：取前 4 名，頒「名次」錦旗、獎狀。
- (六)高一投籃機團體賽：取前 4 名，頒「名次」錦旗、獎狀。
- (七)高一排球：分男女子組，各組取前 4 名，頒「名次」錦旗及獎狀。
- (八)高二泡泡躲避球：取前 4 名，頒「名次」錦旗、獎狀。
- (九)大隊接力：
- 1、國一、國二：取前 8 名，前 4 名頒「名次」錦旗及獎狀，第 5~8 名頒「優勝」錦旗

及獎狀。

2、**國三(外考班)**：取前4名，頒「名次」錦旗及獎狀。

3、**高二**：取前4名，頒「名次」錦旗、獎狀。

4、**高三**：依報名隊伍數取名次(如4隊取前1名；6隊取前2名)，頒「名次」錦旗及獎狀。

(十)各項敘獎：第1名嘉獎兩支，第2到4名嘉獎一支。

國高三敘獎：第1名嘉獎兩支、第2名嘉獎一支，之後則無。

(十一)以上皆以各班回傳之參賽名單(電子檔)為敘獎依據，並由學務處統一敘獎。

八、競賽說明：

(一)**國一跳繩擂台(熊祥一樓)**：採男女混合組，男生7名、女生7名(甩繩者性別不限，包含在14人名單)。

1、競賽流程：

(1)集合檢錄地點：自強大樓電梯前。

(2)請各班提早至檢錄組檢錄，並由協助同學帶至比賽場地。

(3)第一回合比賽結束後，比賽跳繩放置原地，隊伍立即再回到檢錄場地檢錄。

(4)第1、2回合，各班依抽籤順序進入該場地比賽。

(5)聞裁判老師之預備與開始的發令後，計時開始並計算各班連續跳繩次數。

(6)跳繩成功以繞360度計成功一次，未達360都計失敗並重計。

(7)以「2回合」方式進行，每回合4分鐘，各班每回合最高之成績加總後，再依序計算名次。

(8)比賽進行中，除了比賽選手及該班導師在比賽場地內，其餘師生皆不可進入比賽場地。

(9)每回合競賽中均不得休息超過20秒，若經裁判老師判定超過休息20秒，則違反運動員精神該回合成績為0。

(10)比賽中若有選手特殊狀況無法繼續比賽，請立即向裁判長提出更換選手，接續比賽。

2、平手進行驟死賽：

若遇平手狀況，由班級進行驟死賽，僅一次機會，連續次數最高者獲勝。

(二)**國二陸上龍舟(行健籃球場)**：採混合組，男生8名、女生8名。

1、競賽規則：

(1)進行兩回合採計時決賽制，兩回合比賽成績加總依序排名，費時較少者為勝。

(2)各班選派，男生8人、女生8人。

(3)競賽距離：20公尺。

(4)比賽地點及檢錄地點：行健籃球場

2、競賽流程：

(1)**比賽方式**：每四人為一組，第一組為女子組，第二組為男生組，第三組為女子組、第四組為男生組。

(2)第一組四位同學就位後，需依發令裁判口令「預備」，並於「鳴槍/哨音響起」後開始比賽。

(3)每一組四位選手，必須在預備線內完成跨坐於龍舟上，及同時將龍舟抬起，才能出發快速前往，到折返線後必須整隻龍完全繞過折返線後才可返回預備線，交接也必須整隻龍身在預備線內進行交接才可進行下一組出發。

(4)比賽成績以整條龍舟完全通過終點線為完成時間。

(5)若未在預備線內完成跨坐動作就出發，一次違例加5秒。

(6)比賽過程中，嚴禁班級加油學生及非比賽選手者，進入或滯留於比賽場地，影響比賽之進行，違規班級扣精神總錦標1分。

(三)**國二、高二桌球賽(行健地下一樓桌球場)**：男單、女單各班各組至少報名一隊，至多

報名兩隊，男雙、女雙各班各組至少報名一隊，各組比賽同學不得重複報名。

1、競賽規則：

- (1)每場比賽三局兩勝制，每局 11 分，雙方 10 分平手後，先多得 2 分的一方為勝方，首局以做球方式決定首局發球者，次局交換發球權。
- (2)若遇 1：1 雙方平手，進入第三局決勝局時，需交換場地；先得五分者須再次交換場地進行比賽。
- (3)發球開始時，球自然地置於非持拍手的手掌上，手掌平坦張開，保持靜止。
- (4)發球時，發球員必須以非持拍手將球幾乎垂直地向上拋起，且不得使球旋轉，並使球在離開非持拍手的手掌之後上升至少 16 公分，若未超過 16 公分以上第一次口頭警告，第二次則判給對方得一分。

2、競賽流程：

- (1)10/05(四)運動時間 18:00~18:30 進行高二桌球《預賽》進行至前 8 強。
- (2)10/12(四)運動時間 18:00~18:30 進行國二桌球《預賽》進行至前 8 強。
☆抽籤完畢後，於 10/04(三)17:30 公告桌球賽程至體育組網頁，請參賽同學及導師注意網頁資訊。
- (3)10/28(六)上午 09:30 集合檢錄，進行國高二桌球《決賽》同學務必準時，以免權益受損。
- (4)各班比賽選手請穿著運動服、運動鞋，未依規定者不得出賽。
- (5)為維護比賽環境與整潔，比賽現場不得飲食或攜帶食物入內。
- (6)各組別賽程表都會註明比賽場地與場次，敬請準時比賽。
- (7)參加同學務必先於檢錄組檢錄，完成檢錄之同學請勿離開，以利現場協助同學在比賽開始前帶至比賽場地比賽。
- (8)參賽選手若唱名三次仍未檢錄或出場比賽者，因此導致比賽受到延誤，一律棄權論不得異議，棄權者扣精神總錦標 1 分。
- (9)為落實運動家精神與品德教育之養成，請在比賽前雙方先行握手後(互道：請指教)再開始比賽；比賽結束時雙方需再握手一次(互道：謝謝)，才代表比賽結束。
- (10)比賽過程務必服從裁判判決，若有異議應即刻表達，賽後將不再受理，表達時也必需注意應有之禮節。
- (11)若比賽過程有同學言行不當或有肢體衝突者，裁判有權沒收比賽，並依情節輕重對予行為者做校規懲處。
- (12)本規程如有未盡之事宜，得由主辦單位隨時修正之。

(四)國三直升班籃球賽(漳二籃球場及體育館)：分男子組、女子組，各組報名 12 名。

1、競賽規則：(以最新 FIBA 籃球競賽規則進行)

- (1)《預賽》以漳二區兩座全場籃球場為競賽場地，分男子組、女子組。
《決賽》以體育館為競賽場地。
- (2)採單淘汰制，上半場已出賽的選手，下半場不得重複出賽，例：某班報名 12 位選手，上半場僅 5 名選手上場比賽，其餘 7 名均可在下半場上場競賽。
- (3)《預賽》上、下半場時間各 8 分鐘，時間終了以得分較多班級獲勝。
- (4)《決賽》上、下半場時間各 10 分鐘，時間終了以得分較多班級獲勝。

2、競賽流程：

- (1)各班參賽選手務必提早 10 分鐘至檢錄處報到並自行熱身準備。
- (2)請依現場裁判指示，兩隊先至中場相互握手致意，則第一組留下進行比賽。
- (3)賽前雙方先以猜拳決定進攻方向，開賽前於中場進行跳球。
- (4)上半場結束，進攻方向交換，並替換上場選手(上下半場不得重複)。
- (5)時間終了比賽結束時，以得分較多班級獲勝。
- (6)比賽時間終了雙方仍平手，則進行罰球驟死賽，第一輪先各派三人罰球，進球數

較多的班級獲勝；如進球數相同，則進行第二輪，採一對一罰球，先進球的班級獲勝。

(7)比賽結束時，雙方列隊握手並相互致謝，不得先行離開。

(五)高一足球團體賽(大中 B2)：採單淘汰賽，男生 5 名、女生 4 名。

1、競賽規則：

(1)各班選派，男生 5 人、女生 4 人。

(2)比賽時，男生在 1~5 號球檯，女生在 6~9 號球檯。

(3)採 9 vs 9 PK 賽(同時進行)，比賽時間 4 分鐘，時間內先得 10 分者獲勝或比賽時間終了，進球數較多者為勝。

(4)比賽地點及檢錄地點：大中至正樓 B2。

(5)比賽過程中，若球射門彈出球門外則不算得分，則繼續比賽。

(6)比賽過程中，球若飛(彈)出球檯外，自行撿球，時間表不停，比賽繼續進行中。

(7)比賽結束時，雙方列隊握手並相互致謝，不得先行離開。

(六)高一投籃機團體賽(大中 B2)：採成績加總賽，男生 5 名、女生 5 名。

1、競賽流程：

(1)集合地點：大中 B2。

(2)按班級順序進行。

2、競賽規則：

(1)每台機台均僅以 5 顆球完成比賽，不得取其他機台來投，違規者該名選手成績 0 分計算，另外球彈出機台外，需自行去撿回。

(2)每人一局，每關 50 秒，每關每達目標分數將可晉級下一關(50、150、250、350)，共計五關。

(3)最後以男女總分排名，取前 4 名。總分倘若平分，則派一名人員進行驟死賽 50 秒分勝負。

(七)高一排球賽(排球場)：男子組 10 名、女子組 10 名。

1、競賽規則：

(1)採單淘汰賽制，一局決勝 11 分制/6 分換場，如雙方分數皆達 10 分平分時(DEUCE)，需連得 2 分該隊算獲勝，至多 15 分結束。

(2)發球聽裁判哨音才可發球，若未聽哨音即發球者，則判對方得分並由對方取得發球權。

(3)發球者必須拋球(球離開手掌即可)，未拋球者即判對方得分並由對方取得發球權。

(4)每局比賽各隊均有三次換人的機會。先發隊員只能退出比賽一次，同一局中再次上場比賽時，只能和剛才的人換。替補隊員每局只能上下場各一次，同一局中只能由被他替換下場的隊員來替換。

(5)每場比賽各隊有 1 次暫停(20 秒)。

(6)其餘規則均採用中華民國排球協會審定之最新排球規則。

2、競賽流程：

(1)各班先至比賽場地底線成一列隊伍，聞裁判哨音兩隊同時跑步至中線區。

(2)兩隊至中線後雙方敬禮握手，1 名代表猜拳決定發球權並開始比賽。

(3)任一方先得 6 分，進行場地交換的下半場比賽。

(4)任一方先得 11 分者獲勝，雙方分數皆達 10 分平分時(DEUCE)，需連得 2 分該隊算獲勝，至多 15 分結束。

(5)比賽結束時，雙方需列隊握手並相互致謝，不得先行離開，須歸還號碼衣。

(八)高二泡泡躲避球賽(排球場)：

☆男生 15 名、女生 10 名，泡泡守護者每班 2 名（性別不限，守護者不算在 25 人名單）

☆普二信、普二義、普二和因女生人數不足，故其他班級與信、義、和班對戰時，男生 15 名人數不變，女生人數則採對等相同人數進行比賽。

1、場地規格：13m×13m。

2、競賽規則：

(1)採單淘汰賽制，第一~六場，每隊攻擊/防守時間 4 分鐘；第七~十二場每隊攻擊/防守時間 3 分鐘。

(2)勝負判定：比賽開始同時兩顆球進攻，攻擊時間終了，防守方存活較多者獲勝。若雙方都在進攻時間內將守方全數擊倒，則比較防守時間，防守時間長之一方獲勝。

(3)泡泡守護者有不死之身，保護 25 位隊友，不讓大球碰觸我方隊友，守護者可頂、可擋，但不可踢球。

(4)防守方不可接球，被大球碰觸身體任何部位均判出局，包括頭髮、衣服。

(5)球連碰到多少防守方，就多少人出局。

(6)防守方可以任意在場內移動，可完全躲在泡泡守護者後方，但不可超出界線，超出界線者判出局。

(7)進攻者不得攻擊防守方頭部，直接被攻擊砸中者不判出局；但防守方若因閃躲動作砸中頭部則判出局。

(8)進攻者不得用腳踢球去攻擊防守方。

(9)比賽進行中若球停滯在場內，進攻方不可撈球，則由裁判協助將球取出繼續比賽。

(10)以上規範均由裁判認定裁決之，請務必遵守運動家精神尊重裁判，不得異議。

3、競賽流程：

(1)各班參賽選手務必提早 20 分鐘至檢錄處（排球場），完成檢錄並熱身準備。

(2)賽前雙方先以猜拳決定球權。

(3)結束時請依照裁判指示進行卸裝，將泡泡球裝備下依序整齊排放在場邊。

4、競賽注意事項：

(1)泡泡守護者在活動開始前須將身上尖銳物品移除（例如：眼鏡、手錶、手環、耳環、戒指、項鍊等），為避免造成受傷或泡泡球損傷，請務必移除，未移除者不得參賽。

(2)參賽者請穿運動鞋及學校運動服、或班服（全隊須統一）。

(3)有任何心血管疾病、癲癇、氣喘、身體有受傷、幽閉恐懼症、無法接受刺激性或劇烈運動者、當天身體不適者，請勿參加！

(九)國三(外)、高三、國一、國二、高二大隊接力（漳和國中操場）：

各年級採混合組，男生 8 名、女生 8 名。

☆高三採自由報名，如參賽隊伍數未達 4 隊，則取消進行。

☆普二信、普二義因女生人數不足，故組成聯隊參賽。

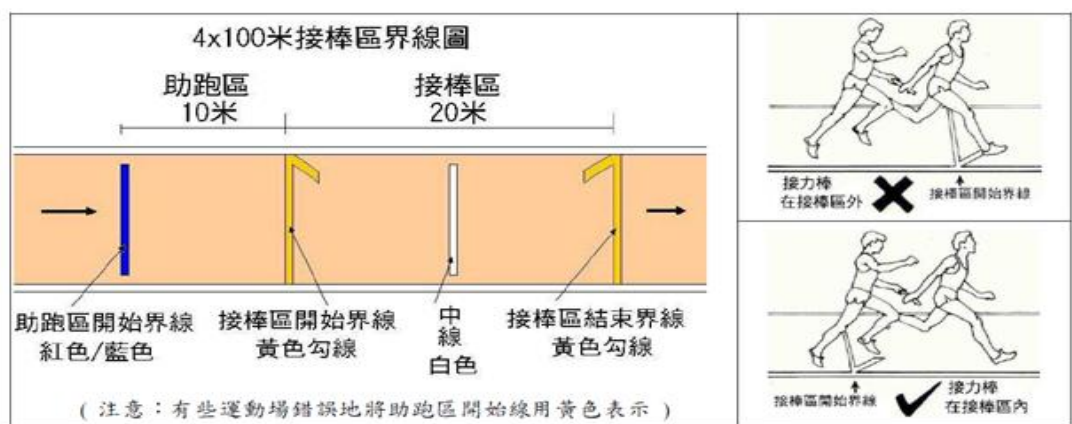
☆其餘班級則依規則選派人員參加。

☆各年級最優班級則代表學校，參加校外大隊接力比賽。

☆另高二組大隊接力，如冠軍隊為普二信義聯隊，因不符合新北市大隊接力之競賽規程(以班為單位)，故由較優班級代表學校，參加校外大隊接力比賽。

1、競賽規則：

- (1)採計時決賽制。
- (2)女生 1~8 棒，男生 9~16 棒，選手在競跑、交接棒時，必須在跑道上，不可跑(踩)在操場內或邊線，每違規一次均加 5 秒。
- (3)第一棒起跑同學不得偷跑，偷跑者加該班總成績 5 秒(每違規一次均加 5 秒)，並重新開始比賽。
- (4)前三棒選手務必在各自分道內跑前進，第 2 棒交接給第 3 棒完成接棒後，第 3 棒通過標示紅旗竿(超過至彎道線)時才可以搶跑道，違規班級總成績加 5 秒。
- (5)接力區為 20 公尺，超出接力區接棒同學，違規班級總成績加 5 秒。
- (6)第 3 棒搶完道後以及第 4 棒以後的選手在第一跑道超越他人均需由外側超越，不得從內側超越，違規班級每違規一次總成績加 5 秒。
- (7)選手如發生下列情況，不會被記違規：
 - i. 倘若前方他班選手跑在第一道外側或是第二道之後，則可從內側超越。
 - ii. 由於受他人推擠或被迫而踩或跑出自己的分道。
 - iii. 第 3 棒搶完道後以及第 4 棒以後的選手在直道上踩或跑出自己分道，或在彎道上踩或跑出自己分道外側界線以外的地方未從中獲得利益，同時其他選手也未受推擠或阻擋，而妨礙其前進。
- (8)選手必須手持接力棒跑完全程，選手不允許穿上釘鞋、手套或將某種物料塗在手部以能更好地持握接力棒。
- (9)如發生掉棒，必須由掉棒選手拾起，可以離開自己的分道去拾棒，但不得將應跑距離縮減；另外，當掉棒時接力棒掉至旁邊或前方(包括超越終點線)，在檢回接力棒後，必須返回其接力棒離手時的地點，才可繼續比賽。如採用了上述做法，沒有阻礙其他選手，則掉棒不會導致被加秒數；如選手不遵守此規則，則該班級總成績加 5 秒。
- (10)在所有接力賽跑中，必須在接棒區內傳遞接力棒；接力棒的傳遞開始於接力棒第一次觸及接棒選手，當接棒運動單手持接力棒的瞬間是為完成傳遞，僅以接力棒的位置決定是否在接棒區內完成接棒，而不取決於選手的身體位置；在接棒區外交接棒，違規班級總成績加 5 秒。



- (11)選手在接棒前或交棒後，應留在各自分道或接力區，直至跑道或接力區暢通，以免妨礙其他選手。
- (12)任何選手在完成其跑程後，跑離所在位置或分道而有推擠撞動作或蓄意阻礙其他班接力隊員，違規班級總成績加 5 秒。
- (13)用手推或採用其他方法協助同隊選手，違規班級每違規 1 次加 5 秒。

2、競賽流程：

- (1)所有參賽隊伍請於比賽時間前 20 分鐘至檢錄處報到，未檢錄之班級不得參加比賽。
- (2)檢錄時排隊成單/雙數棒次之兩縱隊，並由協助同學帶雙數棒次之縱隊前往就位。
- (3)第一棒同學就位後需依發令裁判口令「預備」，並於「鳴槍」後開始比賽。
- (4)其他各棒次務必聽從引導與就位，跑完同學也必須立即歸還號碼衣。
- (5)完成傳接棒同學不得任意移動，由大會廣播統一離開跑道。

(6)比賽過程中，嚴禁班級加油學生及非比賽選手者，進入或滯留於田徑場中央，影響比賽之進行，違規班級扣精神總錦標 1 分。

(十)教師組大隊接力 (漳和國中操場)：採男女混合組(男生 6 名、女生 6 名，共計 12 名)

- 1、與學生「大隊接力」規範一致，採計時決賽。
- 2、組別分為：
 - (1)數學、國文聯隊
 - (2)英文、社會聯隊
 - (3)自然、輔導、藝能聯隊
 - (4)行政、科技領域聯隊
 - (5)家長會、志工聯隊
- 3、第 1~6 棒為女性教職同仁，第 7~12 棒為男性教職同仁。

九、注意事項：

- (一)各項競賽以班級為單位進行，各班務必填寫報名表並回傳，以做後續敘獎依據。
- (二)各比賽之參賽人數、性別比例等規定不同，請務必詳閱各項規定並準時參賽。
- (三)若有班級違反道德(例如作弊等)或違規行為，違規者扣運動精神總錦標 1 分。
- (四)各班請依各比賽項目集合地點進行檢錄與比賽。
- (五)各班參賽同學務必參照表定時間，並提早 20 分鐘以上至現場檢錄集合並熱身準備。
- (六)遲到或未到場比賽班級，違規者扣運動精神總錦標 1 分。
- (七)各組檢錄與競賽時間於抽籤後，公告於體育組網頁及公佈欄，參賽班級務必準時報到。
- (八)為培養運動家精神與禮儀，各場比賽之雙方選手，請於比賽前、後握手致意。
- (九)當日救護站設於本校衛生保健室，若有同學受傷請至衛生保健室做適度處理。
- (十)若班級競賽活動提早結束，請導師自行運用做「全班性班級經營活動」。
- (十一)各年級務必維護場地環境整潔，且當日所有場館嚴禁打球，違規者扣運動精神總錦標 1 分。
- (十二)競賽過程若出現汗穢言語或惡言相向者，違規者扣運動精神總錦標 1 分。
- (十三)參賽同學務必著學校運動服與運動鞋，避免造成意外與傷害。
- (十四)務必尊重裁判判決，若有疑議請由導師或體健股長代表，一人向裁判理性提出。

十、本規程經學務處會議通過後實施，修正時亦同；若有任何未盡事宜，得由體育組隨時修正。

十一、大隊接力《雨天備案》

(一)比賽時間、項目、地點、班級規劃項目如下：

- 1、10/28(六)上午國三(外)、高三大隊接力，如遇下雨則取消比賽。
- 2、10/28(六)上午 08：00~12:00 國一、高二大隊接力，如遇下雨則進行陸上龍舟。
地點：行健籃球場。
- 3、10/28(六)上午 08：00~12:00 國二，如遇下雨則進行拔河比賽。
地點：行健羽球場。

(二)國一、高二陸上龍舟(行健籃球場)：

1、競賽規則：

- (1)進行兩回合採計時決賽制，比賽成績加總依序排名，費時較少者為勝。
- (2)國一、高二各班男生 8 人、女生 8 人；普二信、普二義因女人數不足，故組成聯隊參賽。
- (3)競賽距離：20 公尺。
- (4)比賽地點：行健籃球場。
- (5)檢錄地點：排球場。

2、競賽流程：

- (1)每四人為一組，第一組為男子組，第二組為女子組，第三組女子組、第四組為男生組。
- (2)第一組四位同學就位後，需依發令裁判口令「預備」，並於「鳴槍/哨音響起」後開始比賽。
- (3)每一組四位選手，必須在預備線內完成跨坐於龍舟上，及同時將龍舟抬起，才能快速前進出發，必需繞過圓錐後，返回預備線交接給下一組。
- (4)每班共計四組，採計時決賽制，費時較少者為勝。
- (5)比賽成績以整條龍舟完全通過預備線(終點線)為完成時間。
- (6)若未在預備線內完成跨坐動作就出發，一次違例加 5 秒。
- (7)比賽過程中，嚴禁班級加油學生及非比賽選手者，進入或滯留於比賽場地，影響比賽之進行，違規班級扣精神總錦標 1 分。

3、競賽獎勵：

- (1)國一取前 8 名，前四名頒「名次」錦旗及獎狀，第 5~8 名頒「優勝」錦旗及獎狀。
- (2)高二班級：取前 4 名，頒「名次」錦旗、獎狀。

(三)國二拔河賽(羽球場)：採男女混合組。

1、競賽規則：

- (1)男生 8 人、女生 8 人。
- (2)採單淘汰賽制，3 戰 2 勝，每局限時 30 秒，時間終止時，由裁判鳴笛或鳴槍，以標示繩之位置判定勝負。
- (3)比賽過程中，若甲隊標示繩被拉至過 1.5m 外，由裁判鳴笛則判決乙隊獲勝。
- (4)比賽過程中不得換人。
- (5)參賽隊伍最後一位選手，不可將拔河繩纏繞於身體上。
- (6)為求安全，比賽結束時，不得突然放開拔河繩，蓄意者先口頭警告，行為嚴重導致同學受傷則扣精神總錦標 1 分。
- (7)當日參賽選手皆須穿著學校運動外套，否則不得參賽。
- (8)不得戴手套；不可穿釘鞋；手上不可抹膠或抹粉。
- (9)比賽男生不可替代女生，女生不可替代男生。

2、競賽流程：

- (1)第 1 局由雙方隊長猜拳贏者決定場地，第 2 局場地交換。場地交換時，全體隊員列隊於繩子左側，等待主審裁判手勢交換，並立即進行比賽。
- (2)比賽若須進行第 3 局時，雙方原地休息 1 分鐘後比賽，雙方需猜拳決定場地。
- (3)結束時雙方需列隊握手並相互致謝，不得自行離開。

3、競賽獎勵：

- (1)取前 8 名，前四名頒「名次」錦旗及獎狀，第 5~8 名頒「優勝」錦旗及獎狀。