

# 崇文國小 101 年度慶祝母親節校內體育活動暨親子趣味競賽

## 一、依據：

依「教育部各級學校體育實施辦法」第十六條及本校行事曆訂定之。

## 二、目的：

啟發兒童對體育活動的興趣，熟悉參加競賽活動的方法與技巧，熟悉團隊精神的概念，培養健全的身心發展、並開發學童多元智能，結合社區舉辦慶祝母親節的各項體育活動，藉此活動身體增強體能，親子同樂。

三、承辦單位：體育相關競賽由訓導組主辦，其他處室協辦。

四、活動地點：崇文國小操場。

## 五. 活動項目：

### 1. 社區活動

(1) **社區親子活動踩汽球**：社區人士、家長、學生每位腳上各一個氣球。分上下兩場（上半場 1、2、3 年級和家長，下半場 4、5、6 及家長），計時 1 分鐘，兩腳還有氣球者為優勝，家長及社區人士通通有獎。

(2) **社區趣味競賽負重接力**：請社區家長組隊參加，背 3 公斤米袋起跑，折返點返回交給第 2 位，全隊輪完，先完成的優勝

(3) **奉茶活動**：請學生和家長組隊，家長在折返點坐著，學生在起點用托盤端杯水前進到家長面前，插上吸管請家長用吸管把水喝完，兩個人牽手回到起點領獎品

2. **前仆後繼**：四罐礦泉水，相等距離直線排開，開始前進時把寶特瓶推倒，前進到折返點返回來，折返時把推倒的寶特瓶在立在範圍內，回到起點交給第 2 位，每位選手輪完，最快完成的隊伍優勝。（混齡活動）

3. **是非難辨**：花生及花豆混在一起放在折返點，起點出發跑到折返點，用湯匙挑出花生，返回將接力棒交給第 2 位，輪流計時賽、時間到數花生數量，多的優勝。（混齡活動）

4. **60 公尺徑賽活動**：年段、男女分組（請體育課老師協助實力相當編一組）

### 5. 大隊接力：

(1)北側跑道:由俊銘老師負責指引跑道上的學生接棒，避免混亂撞在一起。

由桂美老師負責指引尚未比賽的學生依序上場。

(2)南測跑道:由紋娟老師負責指引跑道上的學生接棒，避免混亂撞在一起。

由佩旻老師負責指引尚未比賽的學生依序上場。

(3)起點、終點線皆在北側跑道，由金菊、宗倫老師擔任裁判。

**起點到折返點相距 15 公尺**

六、工作分配：

項 目	工 作 內 容	工 作 人 員
主持人	負責活動說明及流程掌控	陳金菊
場地器材組	負責場地規劃與器材準備	蔡慧琦主任、宗倫
攝影組	負責活動期間照片拍攝工作	陳珮玲主任、國致
裁判長	負責糾舉犯規行為及裁定遊戲勝負	金菊、佩旻
指導組	負責各小組指導工作	桂美、紋娟、俊銘
救護組	負責隨時支援受傷學童之救護	桂英、素梅
裁判組	負責隨時支援各組	采霏、紋豪

七、獎勵辦法：

各組第一名給予三個榮譽章，各組第二名給予一個榮譽章，以資鼓勵。

八、本實施計畫經校長核定後實施，修正時亦同。

承辦人： 訓導組長陳金菊

單位主管：陳珮玲

校長：丁惠玲

附件一：

## 崇文國小校內體育競賽-分組及活動說明

### 一、分組情形：

組別	第一組	第二組	第三組
年級	一、四	二、五	三、六
人數(男)	8	9	9
人數(女)	15	16	14
人數合計	23	25	23
指導老師	各年級導師		

人數不足之組別，由老師選擇學生重複玩第二次。

二、計分規則：第一名得 3 分，第二名得 2 分，第三名得 1 分，最後總計分數。

### 三、遊戲項目及遊戲方式：

#### 一、好朋友一起走

- 1、每隊 26 人(13 組)，每組跑 40 公尺，以接力方式行之，以時間計算名次。
- 2、每組兩人以內側腳踝處綁上布條在起點線後，聞哨音後即出發跑至（20 公尺）折返處折返，將接力棒傳遞下一組，依序行之，至最後一組返回通過終點線。
- 3、中途綁帶脫落或接力棒掉落，須於該處重綁或拾棒後始可繼續前進，否則以犯規論。
- 4、採計時決賽，時間少者為優勝。

#### 二、翻滾吧!呼拉圈~

- 1、每隊 25 人，每人跑 40 公尺，以接力方式行之，以時間計算名次。

- 2、每隊 1 人將呼拉圈置於起點線後，聞哨音後即出發，將呼拉圈滾至折返錐（20 公尺），完成**（大口氣）**，繞過折返錐回到起點處，將呼拉圈傳給下一位，依序行之，至最後一位選手與呼拉圈返回通過終點線止。（大口氣：將位於麵粉堆中的乒乓球吹出杯子。）
- 3、呼拉圈提起未滾動或未到交接處完成交接動作者以犯規論。
- 4、滾動呼拉圈至折返錐提起轉繞者以犯規論。
- 5、採計時決賽，時間少者優勝。。

### **三、夾夾樂：**

- 1、每隊 26 人(13 組)，每組跑 40 公尺，以接力方式行之，以時間計算名次。
- 2、兩人背對背夾球，運用側併步前進，聞哨音後即出發跑至（20 公尺）折返錐折返，依序行之，至最後一組返回通過終點線。
- 3、中途球掉落須於該處撿起球夾好後始可繼續前進，否則以犯規論。
- 4、採計時決賽，時間少者為優勝。

### **四、黃金左腳**

- 1、每隊 25 人，每人跑 40 公尺，以接力方式行之，以進球數計算名次。
- 2、每隊 1 人持球於起點線後，聞哨音後運球至射門區射門，每人每次只有一次射門機會，射門後運球返回原點將球交給下一位，至最後一位選手返回終點線止。
- 3、進球數多者為優勝，進球數相同時以時間少者為優勝。

### **五、吸管傳情**

各隊排成一排，每一個人發一支吸管，每隊第一個人發一個橡皮筋，聞哨音後由第一個傳給下一個，最後一位將橡皮筋放置定位，指定時間內傳最多的隊伍獲勝。

### **六、大隊接力**

- 1、每隊 26 人(13 組)，每組跑 100 公尺(操場半圈)，以接力方式行之，最後一棒通過終點線為優勝。
2. 第三棒開始才可以搶跑道。