

新北市中平國中各領域教學研究會【教師增能研習】紀錄表

【請負責記錄的老師將電子檔交給領召確認後，再請領召繳回給教務處黃怡禎老師】

領 域：健體領域	研習日期：109 年 8 月 28 日
研習地點：飛鏢教室	紀錄者：李胤錡
研習題綱：校慶運動會競賽辦法	

附註：1. 每學期第 1、2 次段考後之教學研究會討論教學相關議題並記錄，主題分享可列入討論題綱。

2. 討論題綱由領域內教師自行擬定，就教學現場實務需求共同研討，以提升教學品質為目標。

討論內容記錄
一、如附件

召集人：黃怡禎

教務主任：林玲伊

校長：林裕國

新北市立中平國中 109 學年度 28 屆校慶暨社區運動會競賽要點

一、依據：本校學生事務處行事曆。

二、宗旨：發展全民體育、鼓勵全校師生共同參與育樂活動以調劑身心健康、發揮團隊精神。

三、目的：慶祝 109 學年度校慶暨社區運動會，提倡運動風氣、培養團隊精神、促進師生和諧；

藉由校內賽會發掘運動人才，培養優秀運動員，代表學校參加比賽。

四、主辦單位：學生事務處 協辦單位：教務處、總務處、輔導處、夜補校。

五、舉辦日期：

1、預賽：如附件【預賽賽程表】所示。

2、決賽：109 年 12 月 11 日(星期五)。

六、舉辦地點：中平國中綜合運動場。

七、競賽組別：

1、田徑團體競賽組別：1.各年級男生組 2.各年級女生組

2、團體趣味競賽項目：教職員工親師社區組(待規劃)

八、參加資格：本校全體同學、教職員工及社區組。

九、舉辦項目：

一、個人競賽項目：

1. 男、女生組 100M、200M：7、8、9 年級計時預、決賽。

2. “心肺適能”挑戰賽：男 1600 M。女 800 M 計時決賽。

二、團體競賽項目：

1.各年級混合組二千公尺大隊接力賽：計時決賽。

2.班際 4*200M 接力計時決賽。

十、報名辦法：

1. 報名方式：報名表於 10/16 體育幹部訓練統一發放給各班體育股長。

2. 自 109 年 10 月 19 日(一)起各至 11 月 2 日(一)將報名表送交至體育組，11 月 6 日(五)公開賽程抽籤完成報名手續。

3. 報名人數規定：個人項目每項每班最多報名 2 人，最少報 1 人。(團體競賽及心肺適能挑戰賽不在此限)。每人僅限於 100M、200M 及 4*200M 接力中報名兩項。

十一、比賽辦法：

1. 「心肺適能獎金挑戰賽」參賽人員需達參賽標準方可報名，因配合體適能檢測活動實施，報名時間於 11 月 2 日(一)前由各班體育股長統一報名。

2. 運動會當日若遇雨延賽，大隊接力決賽將擇期舉行比賽。

3. 大隊接力項目，每班限報一隊：每隊男、女各 10 人共 20 人

4. 個人徑賽前三名同學(班級)發給獎牌，前六名發給獎狀。

5. 心肺適能獎金挑戰賽男女組前六名獎金依序為 800、600、400、300、200、100 元。

6. 大隊接力比賽優勝之隊伍各年級前 8 名頒發錦旗乙面。

十二、競賽程序：各競賽項目之分組編配，由大會競賽組依據報名人數及參賽成績編配之。

十三、比賽規則：

一、田徑賽採用田徑協會公布之最新田徑規則及 107 學年校慶運動會籌備會議訂定之。

二、個人競賽項目規則：

1.體適能獎金挑戰賽：採挑戰制不分年級共分男、女兩組，其參賽成績標準如下：

競賽項目	男 1600m	女 800m
標準(時間)	630 (390 秒)	3.45 (225 秒)

2.男、女生組 100M:

- (1)採計時預賽，全組成績前六名者參加計時決賽。
- (2)比賽時不得穿釘鞋。
- (3)起跑採蹲踞式起跑(起跑架由個人決定使用與否)，起跑違規乙次即取消資格。
- (4)只能於指定的道次進行競賽，如有違規者，成績不列入計算。
- (5)決賽道次安排採預賽成績最佳依序排至 453627 等六道。
- (6)決賽日 12/10 如遇雨無法比賽，將以預賽成績作為最終成績。

3.男、女生組 200M:

- (1)採計時預賽，全組成績前六名者參加計時決賽。比賽時候不搶跑道。
- (2)比賽時不得穿釘鞋。
- (3)起跑採蹲踞式起跑(起跑架由個人決定使用與否)，起跑違規乙次即取消資格。
- (4)只能於指定的道次進行競賽，如有違規者，成績不列入計算。
- (5)決賽道次安排採預賽成績最佳依序排至 342516 等六道。
- (6)校慶前如未能舉辦決賽，將以預賽成績為最後成績。

三、團體競賽項目規則一

1.大隊接力(20 人/每班)

比賽距離：全程共 2000 公尺每隊 20 人 / (7、8、9 年級音樂班聯隊參賽、共 20 人，納入七年級比賽)。

比賽場次：校慶當日決賽。

比賽規則：1.比賽全程不得穿釘鞋(含足、棒球鞋)。

2.傳接棒必須在“20 公尺之接力區”內完成。

3.棒次順序— 1~10 女生棒，11~20 男生棒；/ (1~10 女生棒，11~20 男生棒)

4.搶跑道之規定—於第 2 棒(女生)接棒後過彎進入直道通過(搶道標誌)時即可自由開始搶跑道。

5.各班(年)級請於比賽規定的時間內(15 分前)至規定的檢錄處報到。

6.除上述規定外餘以本校裁判會議規則比賽之。

比賽辦法：各年級決賽成績取總隊數取前八名。(計時賽)

2.班際 4*200M 接力計時決賽(每班四人 2 女 2 男)

比賽距離：全程共 800 公尺每隊 4 人。

比賽場次：依賽程排定。

比賽規則：1.比賽全程不得穿釘鞋(含足、棒球鞋)。

2.傳接棒必須在“20 公尺之接力區”內完成。

3.搶跑道之規定—於第 1 棒(女生)過彎進入直道通過(搶道標誌)時即可縮減跑道(第 2 棒依照道次安排接棒序位)，第 2 棒接棒後即可搶跑道。

4.各班(年)級請於比賽規定的時間內(15 分前)至規定的檢錄處報到。

5.除上述規定外餘以本校裁判會議規則比賽之。

比賽辦法：各年級決賽成績取總隊數取前八名。(計時賽)

3.團體總錦標

依據各單項成績給予相對成績，各年級總成績第一名者，給予團體總錦標錦旗一面。
(體適能獎金挑戰賽不計算在內)

十四、成績計算方式：

1. 個人項目：均錄取前六名，前三名發給獎牌，前六名發給獎狀。
2. 體適能“挑戰”獎金賽：男女兩大組前四名各頒發獎金、獎狀乙張。
3. 團隊競賽：4*200M 接力競賽各年級前 3 名頒發獎牌、前 8 名頒發獎狀。、大隊接力優勝之隊伍，各年級前八名頒發錦旗。

十五、領隊會議及裁判會議請各領隊、裁判準時參加。

十六、申訴：若遇比賽爭議在規則上有明文規定者，以裁判之判決為終結。有關競賽疑議，得先以口頭提出，依規定於成績宣佈前二十分鐘內由導師提出合法書面申訴，(領隊(導師)簽章)交由大會競賽組請校長召集審判委員開會仲裁，其他人提出申訴概

不

受理。

十七、附則：

一、本辦法如有未盡事宜，請於領隊會議時提付討論決定之，並且得由主辦單位隨時修正之。

二、各項比賽除了不可抗力事件經大會宣佈延期外，均照常舉行。

十八、團體總錦標積分計算方式(體適能獎金挑戰賽不計算在內)

項目	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名	第七名	第八名
100M 男	7	5	4	3	2	1		
100M 女	7	5	4	3	2	1		
200M 男	8	6	5	4	3	2		
200M 女	8	6	5	4	3	2		
4*200M	12	10	8	7	6	5	4	3
大隊接力	15	13	11	9	8	7	6	5

一、各年級取第一名頒發團體總錦標一面

二、成績相同者，以大隊接力的成績決定優勝隊伍。

本辦法經校慶協調籌備會議核准後施行，修正請以中平網站首頁及體育組公佈欄公告為準。

新北市立中平國中 109 學年度 28 屆校慶暨社區運動會

【預、決賽】時程表 (預計)

次序	項 目	賽 別	組 / 隊	時 間	日 期
1	體適能獎金挑戰賽	計時決賽 男生組/女生組	依報名人數	15:45~17:00	11/23(一)
2	九年級 100M 預賽	計時預賽	16 組/92 人	08:00~08:16	11/16(一)
3	八年級 100M 預賽		12 組/84 人	08:16~08:28	
4	七年級 100M 預賽		14 組/88 人	08:28~08:42	
5	九年級 200M 預賽	計時預賽	16 組/92 人	16:00~16:30	11/18(三)
6	八年級 200M 預賽		12 組/84 人	16:00~16:30	11/19(四)
7	七年級 200M 預賽		14 組/88 人	16:00~16:30	11/20(五)
8	200M 決賽	計時決賽	6 組/36 人	16:00~16:20	12/7(一)
9	4*200M 接力決賽	計時決賽	12 組/252 人	13:05~13:50	12/2(三)
10	100M 決賽	計時決賽	6 組/36 人	13:30~14:00	12/10(四)
11	大隊接力	計時決賽	12 組	13:05~15:00	12/11(五)

* 本次運動會預賽時間若有異動，請隨時注意學校網站之公布為準，體育組不另行通知。

雨天備案時程表

次序	項 目	原定日期	雨備
1	個人項目	依時程表	依據當週 天氣決定
2	200M 決賽	依時程表	依據當週 天氣決定
3	4*200M 接力決賽	12/2(三)	另行決定
4	100M 決賽	12/10(四)	另行決定
5	大隊接力	12/11(五)	另行決定

109 學年度第 1 學期 健體 領域 第 1 次教學研究會簽到表

地點：飛鏢教室

時間：109 年 8 月 28 日 (10 時 分 ~ 12 時 分)

序號	學校	姓 名	簽 到	簽 退	備註
1	領域召集人	彭之音	<u>彭之音</u>	<u>彭之音</u>	體育 健康
2	中平國中	蕭雅娟	<u>蕭雅娟</u>	<u>蕭雅娟</u>	健教
3	中平國中	簡佳盈	<u>簡佳盈</u>	<u>簡佳盈</u>	健教
4	中平國中	方復興	<u>方復興</u>	<u>方復興</u>	健教 體育
5	中平國中	李如平	<u>李如平</u>	<u>李如平</u>	體育
6	中平國中	范雅玲	<u>范雅玲</u>	<u>范雅玲</u>	體育
7	中平國中	翁正杰	<u>翁正杰</u>	<u>翁正杰</u>	體育
8	中平國中	黃郁婷	<u>黃郁婷</u>	<u>黃郁婷</u>	體育
9	中平國中	李淳溢	<u>請假</u>	<u>請假</u>	體育
10	中平國中	李胤錡	<u>李胤錡</u>	<u>李胤錡</u>	體育
11	專任教練	鍾諫鍋 ✓	<u>鍾諫鍋</u>	<u>鍾諫鍋</u>	舉重 教練
12	中平國中	陳秋妙	<u>陳秋妙</u>	<u>陳秋妙</u>	體育 代理
13	中平國中	陳貞琇 ✓	<u>陳貞琇</u>	<u>陳貞琇</u>	健教 代課
14	中平國中	吳翊汝	<u>吳翊汝</u>	<u>吳翊汝</u>	體育 組創
15	中平國中	黎佩妮 ✓	<u>黎佩妮</u>	<u>黎佩妮</u>	健教 組創
16					

109 學年度第 1 學期 健體 領域 第 1 次教學研究會簽到表

地點：飛鏢教室

時間：109 年 8 月 28 日 (10 時 分 ~ 12 時 分) 時數已核

序號	學校	姓 名	簽 到	簽 退	備註
17	列席人員	校長	<u>林福同</u>	<u>林福同</u>	有到未簽
18	列席人員	教務主任			
19	列席人員	教學組長			
20	<u>列席人員</u>	<u>衛生組長</u>	<u>黃菁瑋</u>	<u>黃菁瑋</u>	
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					