

花蓮市中正國小 115 學年度班際體育競賽規則說明

競賽項目	年級	競賽時間	競賽規則	獎勵
折返跑接力	一年級	01/19(二) 第七節	1. 每班依座號排成兩縱列，每次一人出列參賽。 2. 各班第一位參賽者站在起/終點線後方，不可越線，手持接力棒，聽從指令起跑。 3. 起跑後繞過對面三角錐返回，越過起/終點線後才能將接力棒交接給下一位參賽者。 4. 下一位參賽者接棒後即可出發。 5. 右去左回，最先完成折返跑接力之班級獲勝。 6. 各學年統一棒次共()棒，棒次不足者由各班老師決定替代人選，並以代跑一次為限。	取前3名頒發獎狀
	二年級			
16*100大隊接力	三—六年級	11/19(四) 第六七節	1. 每班派8女(前8棒)8男(後8棒)，進行16*100公尺接力賽。 2. 過程中如有超過接力區未接棒、於彎道內線踩到白線，或於跑道上阻擋妨礙賽事進行者，皆屬犯規行為，每一次犯規行為加總成績3秒。 3. 各班總成績秒數最少者獲勝。	取前3名頒發獎狀
籃球擲準	一年級	06/29(二) 第七節	1. 每班依座號排成兩縱列，每次一人出列投擲籃球。(低年級使用排球替代籃球) 2. 各班投擲者站在籃下，手持籃球，瞄準籃框， 聽從指令統一投擲 。 3. 投擲完畢需協助將籃球檢回，交給下一位投擲者預備。 4. 籃球投進籃框者，即可獲得1分(距離不限定)。 5. 各班總成績最高者獲勝。 6. 各學年統一棒次共()棒，棒次不足者由各班老師決定替代人選，並以代投一次為限。	取前3名頒發獎狀
	二年級			
	三年級	06/03(四) 第六節		
	四年級			
	五年級	06/03(四) 第七節		
	六年級			