

教育部體育署 108 學年度第 11 屆普及化運動 花蓮縣國小班際跳繩擂台賽競賽實施計畫

壹、依據：教育部「推動中小學生普及化運動方案」。

貳、主旨：1. 增加學生運動機會，培養學生喜好運動及終身運動習慣。
2. 加強團體跳繩運動技術能力，提倡民俗運動。
3. 強化校園團隊精神凝聚力，以班級為單位落實普及化運動之精神。

參、主辦單位：花蓮縣政府。

肆、承辦單位：花蓮縣花蓮市中華國民小學。

陸、比賽日期及地點：

一、時間：109 年 5 月 22 日（星期五）上午 9 時起。

二、地點：花蓮市中華國小活動中心(花蓮市國盛二街 22 號)。

三、報名日期：即日起至 109 年 4 月 17 日止（星期五）。

四、報名方式：請將報名表紙本核章後於報名期限前（以郵戳為憑）寄達或親送中華國小學務處林宣均組長(班際跳繩擂台賽)收，地址：97056 花蓮市國盛二街 22 號；同時將報名表電子檔 mail 至林宣均組長信箱 shann0624@gmail.com，連絡電話：(學校)8324308 轉 516。

柒、參加資格、組別及組隊方式：

一、資格：現仍就讀本縣之國小學生，以校為單位報名參加。

三、個人賽

(一)場地：長 5 公尺、寬 3 公尺。

(二)器材：比賽用繩請自備。

(三)人數：每校至多 2 人。

(四)服裝：著輕便運動服裝與鞋襪。

(五)替補：比賽正式開始前向裁判更改名單。

(六)比賽方式：

皆以個人獨跳、一跳一迴旋方式，其餘花式跳法(如一跳二迴旋)均以一次作為計次方式。8 分鐘內跳繩計次賽，在未達時間內失敗時，可重新起跳並累計次數，8 分鐘時間到即停止計算。

