

桃園市「112學年度普及化運動計畫-全市健身操錦標賽」 校內初賽實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部體育署「SH150 方案」、「國中小學生普及化運動計畫」辦理。
- 二、桃園市政府教育局 111 年 10 月 26 日桃教體字第 1110102180 號函辦理。

貳、目的：推動校園健身風氣，促進學生身心健康，養成良好運動習慣，檢視學生健身操之實施成效。

參、主辦單位：同德國小學務處

肆、比賽日期：一、二年級 113 年 3 月 21 日（星期四）晨間時光 8:00 開始；
三、四年級 113 年 3 月 22 日（星期五）晨間時光 8:00 開始

伍、參加對象：校內一至四年級，以班為單位參加。

陸、比賽地點：活動中心三樓。

柒、比賽組別及項目：

組 別	項 目
健身操一年級組	教育部頒九年一貫第一階段健身操
健身操二年級組	教育部頒九年一貫第一階段健身操
健身操三年級組	教育部頒九年一貫第一階段健身操
健身操四年級組	教育部頒九年一貫第二階段健身操

捌、參加資格：

- 一、以班級為單位組隊，每一學年參賽獲選一隊參加桃園市健身操錦標賽。
- 二、人數：每班參賽人數，男女學生共 20 人（正選選手 16 人，候補選手 4 人）。
- 三、組隊方式：

（一）為落實中小學普及化運動計畫，每班為單位參賽。

（二）需男女混合編隊，上場人數男女生差異不得超過 4 人，上場男女生差異人數超過 5 人(含)則扣總成績 3 分。

玖、比賽規則：

一、健身操一、二、三年級組：

- （一）教育部頒九年一貫第一階段健身操。
- （二）原動作、原音樂、固定隊形，不可做空間及隊形變化、不可使用道具。

二、健身操四年級組：

- （一）教育部頒九年一貫第二階段健身操。
- （二）原動作、原音樂、固定隊形，不可做空間及隊形變化、不可使用道具。

三、進退場程序：

- （一）參賽隊伍一律由空橋進場，音樂播出，開始評分，音樂終了，評分結束。
- （二）為求比賽流暢，隊伍進出場時不得配樂，並以走步或跑步快速進出場，進出場可有整隊動作，無需做報告、敬禮等動作。

四、評分標準(如附件)：

組 別	評 分 編 配	評 分 內 容
健身操一~四年級組	規定動作 (60%)	規定動作的準確性、熟練度、力度、協調性
	演示表現 (30%)	流暢度、韻律感、表現力
	精神表現 (10%)	口令表現、團隊精神

六、成績計算方式：

(一) 滿分 100 分。

(二) 成績分數計算至小數點第二位。

(三) 校內初賽名次以評審初賽評判成績平均判定之。

(四) 分數計算以各裁判成績加總除以裁判人數，再依所得分數高低判定名次，如果得分相同時，以最低分數之高低決定其名次，如果最低分數亦相同時，再以最高分數之高低決定名次。

壹拾、隊伍位置&順序抽籤：

一、時間：112 年 2 月 29 日(星期四)晨光時間 8:05。

二、地點：同德國小學務處。

三、抽籤逾時未到，由體育組代為抽籤位置、順序，不得異議。

壹拾壹、進場：

一、預備時間：第一組及第五組 7:55 空橋集合預備，其他組別則前組上場時至空橋預備。

二、上場時間表(待 2/29 抽籤)

組別	年級	班級	比賽時間	位置 A	位置 B	位置 C	位置 D
1	一	1-4	8:00				
2		5-8	8:08				
3	二	1-4	8:16				
4		5-8	8:24				
5	三	1-3	8:00				
6		4-6	8:08				
7		7-9	8:16				
8	四	1-4	8:24				
9		5-8	8:32				

三、位置表(活動中心)

← 出口		評審位置(舞台)	
A		B	
C		D	
入口			

壹拾貳、比賽附則：

- 一、比賽動作以教育部頒布之第二代新式健身操規定動作為主。
- 二、比賽過程中如有任何異議，由審判委員會之議決為終決。
- 三、音樂開始、評分開始；音樂結束、評分結束；所有參賽隊伍均不得有場外指導或示範人員。

壹拾參、比賽獎勵：

- 一、各年級第一名代表學校參加桃園市健身操錦標賽。
- 二、各學年取前四名頒發獎狀1張。
- 三、第一名班級參賽學生獎勵點數5點；第二名4點；第三名3點；第四名2點；其餘未獲獎班級或參賽學生請導師斟酌給予1點鼓勵。

壹拾參、本實施計畫經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：



單位主管：



校長：



附件

健身操評分表 組別_____年級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置④班級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置③班級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置②班級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置①班級_____

評審典禮台

健身操評分表 組別_____年級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置④班級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置③班級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置②班級_____

規定動作 (60%)	
演示表現 (30%)	
精神表現 (10%)	
總分	

位置①班級_____

評審典禮台