

## 112 學年度臺中市國民小學普及化運動健身操競賽規程

壹、依據：依據教育部體育署 SH150 方案暨國中小學生普及化運動計畫辦理

貳、目的：

- 一、推動校園健身風氣，促進學生身心健康，養成良好運動習慣，檢視健身操實施成效。
- 二、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。
- 三、結合現有健康與體育領域課程實施，促進國小學童身體健康、增強體適能。

參、實施原則：

- 一、普及原則：鼓勵運動、帶動風潮和風氣為前提，由班際、校際到全國，達到普及化運動之目的。
- 二、安全原則：結合現行健康與體育課程，選用安全性高、參與人數多且饒富趣味性之健身操，進行班級教學和競賽。
- 三、合作原則：以班級為單位組隊競賽，強化學童團隊精神之涵養。
- 四、健康原則：透過課程實施和競賽增進學童運動量，促進身心健康。
- 五、永續原則：配合分區種子教師研習辦理，提昇教師教學知能和推廣熱忱以達永續推廣。

肆、辦理單位

- 一、指導單位：教育部體育署
- 二、主辦單位：臺中市政府教育局
- 三、承辦單位：臺中市北屯區文心國民小學、臺中市國民小學體育促進會

伍、比賽日期及地點：

- 一、初賽：比賽日期各校自訂，但須於本市決賽前辦理完畢。
- 二、決賽：113 年 5 月 21 日至 5 月 23 日（週二、三、四）於臺中市北屯區文心國民小學（文心館）舉行，地址：臺中市北屯區文心路四段 575 號，電話：（04）22445906 轉 721 或 722。

陸、參加對象：

- 一、初賽：本市各公私立國民小學三、四年級學生不分男女均具備參賽資格；以班為單位參加校內各年級之比賽。

## 二、決賽及分組：

- 1、三年級甲組（普通班班級數 43 班以上）
- 2、三年級乙組（普通班班級數 24-42 班）
- 3、三年級丙組（普通班班級數 23 班以下）
- 4、四年級甲組（普通班班級數 43 班以上）
- 5、四年級乙組（普通班班級數 24-42 班）
- 6、四年級丙組（普通班班級數 23 班以下）

## 柒、比賽內容：

- 一、三年級組：教育部頒九年一貫第一階段健身操，規定動作及音樂。
- 二、四年級組：教育部頒九年一貫第二階段健身操，規定動作及音樂。

## 捌、報名手續：

- 一、報名方式及日期：113 年 3 月 18 日(一)起至 113 年 3 月 28 日(四)止，一律採網路報名，請至報名網站 <http://220.130.198.115/tcpsports/> 依分區填寫報名資料及學生相片，報名學校編號及密碼為學校代碼 6 碼(系統預設)。報名資料匯入後，需從系統匯出報名表，經相關人員逐級核章並加蓋學校關防，製成 PDF 檔案上傳到系統(具學生相片之核章報名表即代替在學證明書)始完成整個報名程序。

## 二、報名人數：

- (一) 以班級為單位報名參賽（下場比賽之選手 16 人，其餘為候補選手，領隊、管理各 1 人，教練 1~2 人），丙組參賽人數不得少於 12 人。
- (二) 學校班級人數不足額者，得跨班補足員額，但需由學校出具證明書予承辦單位備查。

## 三、組隊方式：

- (一) 為落實學校健身操活動，每校均須以「班」為單位。
- (二) 需男女混合編隊，男女生人數差異不得超過 4 人。
- (三) 鼓勵自由組隊參加，每校每年級可報名一隊，但不可越級越組報名。

## 玖、技術會議（抽籤）與領隊會議日期與地點：

113 年 4 月 24 日（星期三）下午 2 時於文心國小校史室舉行。請各校派員參加，逾時未到者，由大會競賽組代為抽籤會議決定之事項，日後不得異議。

壹拾、評分標準：

組 別	評 分 編 配	評 分 內 容
健身操組	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

拾壹、比賽規則：

一、健身操組（3 年級）：

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

二、健身操組（4 年級）：

教育部頒九年一貫第二階段健身操教材原動作、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）參賽隊伍一律由預備區進場，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，但無需做報告、敬禮等動作。

四、罰則：

（一）出場比賽人數需依報名人數相關規定組隊參賽，違者不計名次。

（二）所有參賽隊伍均不得有場外指導或示範人員，違者不計名次。

（三）必須遵守比賽規則之相關規定，違者於相關評分項下，酌予扣分。

五、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）總決賽最後名次以決賽成績判定之。

（四）各組裁判為 5 人，分數計算先去掉最高和最低分數再將剩下三個分數加起來除以 3，求得平均分數，再依所得分數高低判定名次，如

果得分相同時，以裁判長之分數高低決定其名次，如果裁判長之分數亦相同時，再以最高分數之高低決定名次。

拾貳、獎勵辦法：

- 一、本市決賽視比賽報名情況，依「臺中市立國民中小學及幼兒園教育人員獎勵要點」規定辦理敘獎。
- 二、各組取第一名一隊，第二名二隊，第三名三隊，其餘並列第四名，前三名之隊伍，頒發獎盃一座及選手獎狀；第四名之隊伍頒發選手獎狀鼓勵。

拾參、申 訴：

- 一、有關資格之抗議，須於該場比賽前提出，比賽開始後概不受理。
- 二、比賽發生爭議時，須立即向該場比賽裁判長提出口頭申訴申請，並於十五分鐘內提出書面申請書及保證金伍仟元整（申訴若成立保證金退還，申訴若不成立，則保證金沒收）。
- 三、有關技術上之抗議，一律不予受理。

拾肆、彩排時段與登記方法：

彩排時段為 113 年 5 月 14 日至 5 月 16 日(每天 8:45~15:00)，每一隊彩排一次 15 分鐘(最後一分鐘時請結束退場)，需申請彩排之學校請於 4 月 25 日至 5 月 1 日(每天 8:45~11:30)電洽文心國小學務處登記（04-22445906 轉 720），每一隊限彩排一次。如未登記彩排時段，或未按時到場者，以棄權論、不得異議。為避免影響其他單位排練，各彩排團體不得逾時，並應遵守會場管理人員對彩排時間之管控，彩排時之音響設備由各校自備。

拾伍、附 則：

- 一、參加決賽之各級學校教職員生，得依所屬單位之請假辦法，申請公假。
- 二、比賽過程中如有任何爭議、抗議等情事，均以大會審判委員之議決為終決。
- 三、比賽過程中，如有任何突發事件，由大會全權處理。
- 四、體促會會員學校參加比賽，每校每隊補助新臺幣 500 元整。請各校填妥領據（抬頭為「臺中市國民小學體育促進會」）於報到時繳交，並領取補助費用。

拾陸、本計畫經臺中市教育局核定後實施，如有未盡事宜，由承辦單位修正公佈。