

## 國立成功商水創校 30 週年校慶運動會競賽規程

- 一、宗旨：為提昇教職員生體適能，提升運動風氣並促進身體健康；並培養教職員生合作團隊之教育精神，愛校、愛己之高尚情操。
- 二、指導單位：成功鎮公所
- 三、主辦單位：學務處
- 四、協辦單位：各處室、員生社、家長會
- 五、競賽及活動日期與時間：(11/11~13)

日 期	時 間	活動項目	備 註
11/11(三)	09:10	高男、女組跳高	決賽
	10:10	高男、女組鉛球	資格賽
	11:10	高男、女組跳遠	資格賽
	13:20-14:10	校慶運動會彩排	
	14:10-17:00	『三十而麗』三仙台路跑	
11/13 (五)	08:30	運動會開幕式	
	09:00	胡待明音樂會	
	10:00-12:00	各項田徑競賽	彈性調整競賽項目時段
	13:30-13:50	各項田徑競賽	彈性調整競賽項目時段
	13:50-14:20	趣味競賽：教職員組、來賓組、學生組	彈性調整競賽項目時段
	14:20-15:25	大隊接力：學程組混合組、高一組	彈性調整競賽項目時段
	15:20-16:30	閉幕、大掃除後放學	

六、競賽地點：本校田徑場。

七、參加人員與分組：(一) 全體教職員工、來賓等。

(二) 高一組：一忠、一孝、一仁、一愛。

(三) 學程組：商業、觀光、餐飲、資訊、養殖。

八、報名日期：10/28 (週三) 中午前截止。

九、報名地點：學務處 (體衛組)。

十、競賽項目與規則：

類 別	項 目	組 別	規 則	備 註
徑 賽	男 100m	個人項目	計時決賽 (各年級錄取前 5 名)	
	女 100m	個人項目	計時決賽 (各年級錄取前 5 名)	
	男 200m	個人項目	計時決賽 (各年級錄取前 5 名)	
	女 200m	個人項目	計時決賽 (各年級錄取前 5 名)	
	男 1500m	個人項目	計時決賽 (各年級錄取前 5 名)	
	女 800m	個人項目	計時決賽 (各年級錄取前 5 名)	
	男 400m 接力	各班	計時決賽 (各年級錄取前 5 名)	
田 賽	跳高決賽	個人項目	男、女組不分年級混合排名	取前 6 強
	跳遠決賽	個人項目	男、女組不分年級混合排名	取前 6 強
	鉛球決賽	個人項目	男、女組不分年級混合排名	取前 6 強
大隊接力	1000m 接力	學程組	9 男 1 女，100m/人	直接決賽， 取前 3 名
	1200m 接力	高一組	8 男 4 女，100m/人	直接決賽，取 前 2 名

趣味競賽	天旋地轉 蜈蚣競走	高一、學程組	不分男女、每隊人數：高一組、學程組各 12 人（可邀請導師、科主任或其他師長參加，採計時賽） 教職員工、校友組或社區來賓（現場報名）	彈性調整競賽 項目時段
		什錦組		

【規則說明及注意事項】：

1. 各項競賽本組得視報名情況調整賽程。
2. 賽程、場地編配及裁判編組由體衛組統籌分配。
3. 比賽中所有徑賽項目皆不得穿著釘鞋或赤腳。
4. 大隊接力選手與棒次於檢錄時決定即可。
5. 個人項目每班報名人數以兩名為限，每人至多參加兩項，接力項目及大隊接力不在此限。
6. 個人賽項目成績併入所屬大隊團體錦標。
7. 依最新田徑規則實施競賽。
8. 參加之單位一律穿著學校運動服裝或班服、科服，須班級整齊統一，不鼓勵另購服裝為原則。
9. 當日午餐在班級教室用餐，住校生於餐廳用餐，教職員工由學校訂購便當。
10. 各單位休息區之整潔及生活教育列入精神總錦標評比項目中。
11. 若遇天候不佳，趣味競賽移至活動中心進行；田徑賽延後擇期辦理。
12. 單項比賽報名經確定不得任意更改或冒名頂替出賽，如有特殊狀況無法出賽，得由導師證明，並事先向體衛組長報備，且不得遞補人員參賽。

十一、競賽賽程：各項運動由籌備會競賽組安排，報名截止後另行排定時間公開抽籤。

十二、錦標種類：

1. 田徑總錦標：分【高一、高二、高三組】：錄取最優前三名。（成績計算以 7、6、5、4、3、1 依名次高低統計）
2. 精神總錦標：學程組取前三名、高一組取前二名，評比內容為：創意進場、休息區整潔與秩序、各項趣味競賽以及班呼與班級士氣，遵守比賽規則等項目。（成績計算以 6、4、3、2、1 依名次高低統計）
3. 大隊接力錦標：學程組取前 3 名；高一組取前 2 名。

十三、獎勵：田徑各單項優勝之運動員，各項優勝前三名頒發獎狀、獎品；四至六名各頒獎狀乙紙。

十四、懲罰：

1. 各項競賽若有冒名頂替之行為一律取消競賽資格。
2. 各項競賽賽程依表定時間實施，未依時間出賽視同放棄論，取消競賽資格。
3. 選手於競賽期間如有違背運動員精神、不當行為、或不服從裁判之判決情形，當場取消競賽資格，並計入精神總錦標評分。

十五、申訴：

1. 各項競賽期間，比賽爭議時以裁判之判決為終決，亦不得提出申訴。
2. 合法之申訴應由單位領隊（導師）簽名蓋章，用書面、口頭向審判委員會正式申訴，以審判委員會之判決為終結。
3. 競賽期間所發生之問題時，應當時口頭提出；必須三十分鐘內補具正式手續申訴，領隊、選手不得當場質詢裁判員。

## 國立成功商水創校 30 週年校慶運動大會教職員生趣味競賽活動內容

### 趣味競賽項目：天旋地轉

1. 起點 A 至 B 處相距 20 公尺。
2. 聽到哨音後，第一位出發者於起點 A 處用棒球棍轉數圈(7 圈)，然後跑至 20 公尺之 B 處折返，跟下一棒接力。
3. 最後一棒穿上號碼衣。
4. 罰則：未依規定進行者，視為犯規，每次犯規加 5 秒。
5. 有貧血或身體不適者不宜參加。

### 趣味競賽項目：蜈蚣競走

1. 起點 A 處至 B 處相距 20 公尺。
2. 4 人一組，於起點處穿好蜈蚣鞋。
3. 走至對面角錐 B 處繞一圈，折返至 A 處傳接給下一組，以此類推。
4. 最後一組擇一名選手穿上號碼衣。
5. 罰則：未依規定進行者，視為犯規，每次犯規加 10 秒。

國立成功商水創校 30 週年校慶運動大會活動流程表

11 月 13 日	07：50 各班就定位	11 月 13 日	13:30 各項運動賽事
	08：30 運動會開幕典禮 開幕順序： 1. 08:30 會旗進場 2. 08:30 典禮開始(奏樂) 3. 全體肅立 4. 主席就位 5. 升會旗 6. 唱國歌 7. 08:38 向國旗暨國父遺像行最敬禮 8. 主席復位 9. 08:39 介紹長官來賓 10. 08:45 主席致詞 11. 08:50 貴賓致詞 12. 08:55 家長會長致詞 13. 09:00 胡待明音樂會 14. 10:00 運動員宣誓 15. 10:05 唱校歌 16. 10:08 禮成(奏樂) 17. 10:08 運動員退場		1. 各項田徑賽事 2. 趣味競賽 3. 大隊接力賽事
11 月 13 日	10:10 各項運動賽事	11 月 13 日	15:25 運動會閉幕典禮
	1. 各項田徑賽事		1. 15:25 典禮開始 (奏樂) 2. 全體肅立 3. 主席就位 4. 15:27 唱國歌 5. 向國旗暨國父遺像行最敬禮 6. 主席復位 7. 15:30 宣佈成績及頒獎 8. 15:50 主席致詞 9. 15:55 降會旗 10. 唱校歌 11. 16:00 禮成 (奏樂)

## 【運動員宣誓】

1. 司儀：「運動員宣誓、運動員代表請出列」（至司令台前就位）
2. 葉凱傑下口令：「運動員聽口令，中央伍為準，向中看齊、向前看」「稍息、立正」「班旗出列」
3. 轉身向主席敬禮，下口令：「宣誓」，班旗以持旗禮（開始宣誓）

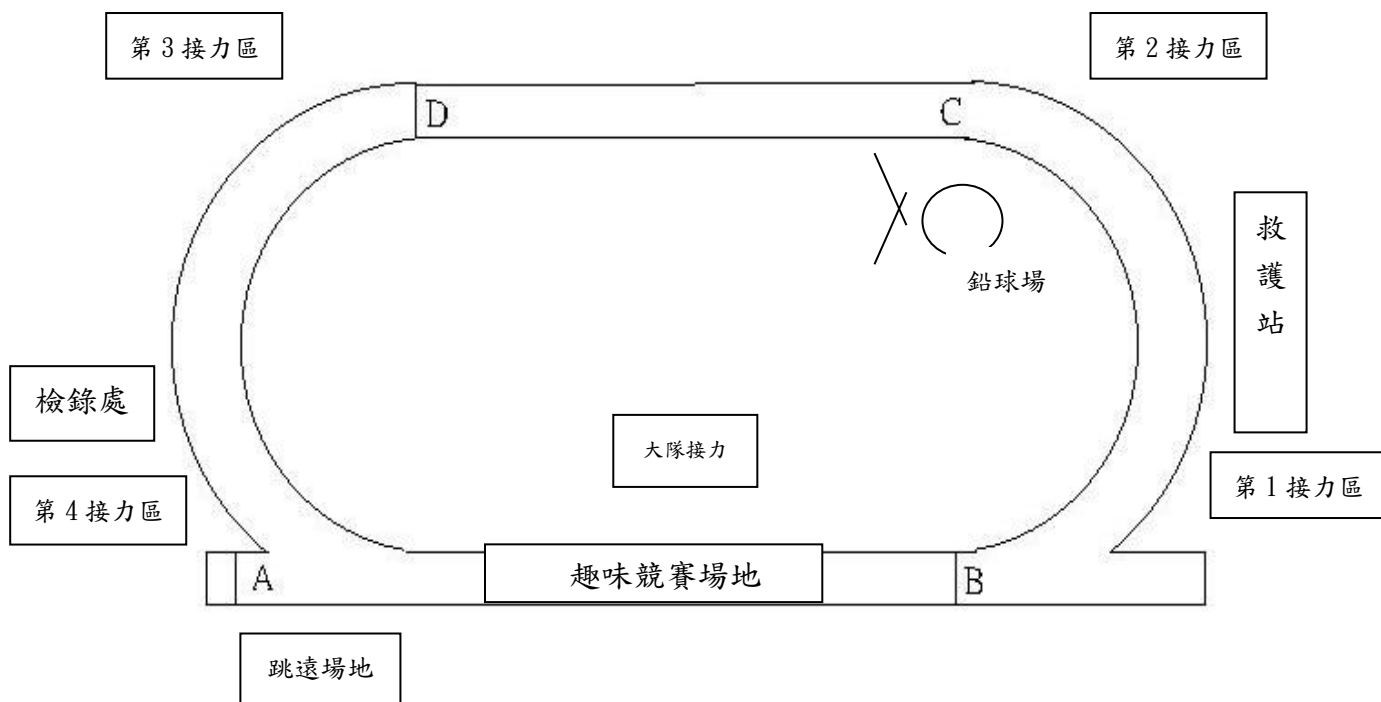
我們以無比興奮的心情，感謝學校舉辦本次運動會，比賽期間願遵守各項運動規則，並服從裁判的判決，爭取最好成績與最高榮譽。

宣誓代表：馬皓振 謹誓  
中華民國 109 年 11 月 13 日

## 【開、閉幕及參賽須知說明】

1. 開幕典禮：11 月 13 日（週五）08:10，各班隊伍在活動中心依規定預備場地集合完畢。
2. 參加之單位一律穿著學校運動服裝或班服、科服，須班級整齊統一，不鼓勵另購服裝為原則。
3. 宣誓：同學擔任，各單位旗原位不動，聽到宣誓人發立正口令時，單位旗向前傾斜四十五度，宣誓人右臂上舉，讀誓詞，宣誓完畢後發（稍息）口令，各單位旗復原，宣誓人返回原單位。
4. 退場：全班持班排班旗回至操場指定休息區位置。
5. 閉幕典禮：預定 11 月 13 日（週五）15:25 全體師生至大會會場就位。
6. 閉幕前實施復原，整潔工作預定 16:00 進行。
7. 每位選手報名參賽單項比賽以二項為限，團體項目不在此限。
8. 參加各項徑賽比賽者**不得穿著釘鞋或赤腳**跑步，以利保護跑道及自身安全，違者一律禁賽並扣除精神總錦標成績十分。
9. 各項運動比賽時間按秩序冊內明確規定進行，若有變更時間以司令台之報告為準，參加選手隨時注意大會報告比賽進行之宣佈。
10. 大會檢錄處設在一百公尺起點後方，運動員經點名後，應靜候檢錄員率領入場，非與賽人員不得趁機隨入，比賽完立刻回至各班休息區。
11. 各項競賽選手須**賽前 20 分鐘前至檢錄處等候檢錄**。
12. 競賽不論距離長短，不得有人陪跑，否則立即取消該選手比賽權或成績。
13. 1200 公尺大隊接力：高一組（男 8 位、女 4 位）；學程組（男 11 位、女 1 位）每人平均跑 100 公尺，分四區：B 區（1、5、9）、C 區（2、6、10）、D 區（3、7、11）、A 區（4、8、12），最後一棒須穿號碼衣以利辨認。
14. 趣味競賽及擲鉛球在運動場草地上進行；跳高於活動中心進行。
15. 各參加單位運動員經大會註冊後，應有始有終參加各項競賽，凡棄權不參加者，由大會公布棄權運動員姓名、單位，依校規處分當事人之外，並扣處該單位精神總成績十分。
16. 運動休息區應保持清潔，列入精神總錦標。
17. 本須知若有修正及補充另行通報。

# 【各項競賽平面圖與各單位休息區配置圖】



	一忠	一仁	一愛	一孝	司令台	各機關團體	養殖學程	商業學程	資訊學程	觀光學程	餐飲學程	
--	----	----	----	----	-----	-------	------	------	------	------	------	--

## 國立成功商水創校 30 週年校慶運動大會流程時間表

時間：109 年 11 月 13 日（週五）

地點：活動中心、操場

順序	時間	活動項目	工作內容	備註
1	07:30 前	到學校		
2	07:30 08:10	班級定位	依班級位置就坐	1. 活動中心 2. 班牌、班旗
3	08:30	開幕式暨音樂會	1. 介紹長官來賓 2. 主席致詞→貴賓→會長 3. 胡待明音樂會 4. 運動員宣誓 5. 唱校歌 6. 禮成	活動中心
4	10:00	高男 1500m 計時決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
5	10:30	高女 800m 計時決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
6	11:00	高男 100m 計時決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
	11:10	高女 100m 計時決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
7	11:20	高男 200m 計時決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
8	11:20	高女 200m 計時決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
9	11:10	高男跳遠、推鉛球決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
10	11:20	高女跳遠、推鉛球決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
11	12:00	放鬆一下	午餐、休息	各班回教室區用餐
12	13:30	高男 400m 接力決賽	導師、學程主任督導出賽選手	
13	13:50	趣味競賽	天旋地轉(不分男女，每隊人數 高一組 12 人、學程組 12 人)	
14	14:20	趣味競賽	蜈蚣競走(不分男女，每隊人數 高一組 12 人、學程組 12 人)	
15	14:50	【高一組】 1200m 大隊接力	(8 男+4 女)×100 公尺	
16	15:00	【學程組混合組】 1000m 大隊接力	(9 男+1 女)×100 公尺	
17	15:10	親師/親子組/校友 800m 接力		
18	15:25	閉幕式	1. 依開幕式隊伍集合 2. 班牌、班旗 3. 頒獎	
19	16:00	整理校園後放學	收拾休息區、教室、公共責任區	

以上流程表如有修正，由體衛組統一發佈。

### 配合事項：

- 一、 各班導師及學程主任，請協助負責出賽或表演內容及學生秩序。
- 二、 隨時保持休息區整潔及學生動向(含服務性質及地點)，避免校外人士滋事，尤其注意班上易發生事端學生，防範偶發事件。
- 三、 生輔組隨時巡視校園，教室門窗請關妥，貴重物品隨身攜帶。
- 四、 午餐在教室用餐，由各班照平日訂餐方式訂購，請導師巡視班級用餐。

## 運動會預演 11 月 11、12 日(三、四)

活動時間	節 次	配合事項
11 月 11 日	第五節	1. 預演 2. 導師隨班指導
	第六節~第七節	『三十而麗』三仙台路跑
11 月 12 日	第一節~第二節	照常上課
	第三節~第四節	1. 預演 2. 任課老師隨班指導
	第五節~第六節	1. 預演(暫定) 2. 任課老師隨班指導 3. 預演結束後回原班正常上課
	第七節	1. 全校大掃除 2. 任課老師隨班指導



# 國立成功商水創校 30 週年校慶運動會報名表

年 班

組別	項目	選手 1		選手 2		備 註	
高男	100m						
高女	100m						
高男	200m						
高女	200m						
高男	1500m						
高女	800m						
高男	400m 接					後補選手	
高男	跳高						
高女	跳高						
高男	跳遠						
高女	跳遠						
高男	鉛球						
高女	鉛球						
趣味競賽 (學程由三年級填寫)	天旋地轉						候補選手
							候補選手
	蜈蚣競走						候補選手
							候補選手

康樂股長：

體育老師簽章：

導師簽章：