**彰化縣溪州鄉109年福樟盃跳繩賽競賽規程**

一.主 旨：積極推展民俗體育活動，蓬勃校園跳繩運動風氣，增進校際聯

誼，普及運動人口，培養參加與活動興趣，以提昇學童體適

能。

二.指導單位：彰化縣政府

二.主辦單位：溪州鄉公所

三.協辦單位：福源建材行、彰化縣僑義國小、彰化縣潮洋國小、

彰化縣大莊國小、彰化縣成功國小、彰化縣三條國小、

彰化縣南州國小、彰化縣圳寮國小、彰化縣水尾國小

四．承辦單位：彰化縣溪州國小

五．參加對象：本鄉各國民小學，以學校為單位組隊參加。

六．比賽時間：109年12月30日星期三13：30

七．比賽地點：彰化縣溪州國小籃球場

八．報名日期： 1.日期：即日起至109年12月4日(星期五)止。

2方式：請至溪州國小網（<https://www.sjps.chc.edu.tw/>）

下載競賽規程及報名表，填妥報名表格於期限內E-mail至

chounh865002@yahoo.com.tw信箱，收到會回覆確認。

九．比賽項目：1.國小個人一迴旋男子組(雙腳跳)

2.國小個人一迴旋女子組(雙腳跳)

3.國小個人跑步跳一迴旋男子組

4.國小個人跑步跳一迴旋女子組

5.4人團隊限時計次賽

6.跳繩跑跳8人大隊接力(趣味競賽不列入團體錦標積分)

十．比賽規則：\*每人限報一項(4人團隊及大隊接力不在此限)，個人項目每校

限報2人。

1.個人一迴旋(限時計次賽)-限時計次

|  |
| --- |
| 個人「限時計次賽」實施方式 |
| 參賽限制：男女分組，各學校限報名 2 人。  |
| 限時1分鐘計次賽，每組比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預 備、開始。」 |

2. 個人跑步跳一迴旋賽(計次賽)-限時計次

|  |
| --- |
| 個人「限時計次賽」實施方式 |
| 參賽限制：男女分組，各學校限報名 2 人。  |
| ■限時30秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、 開始。」  ■以一定時間內右腳連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。  ■起跳或比賽中踩繩、勾繩造成迴旋繩中止迴旋，該次不予採計。  ■比賽時間內，因故造成迴旋繩中止迴旋者，得重新開始起跳，採累加計次方式。 |

3.4人團體競速賽 (計次賽)-限時計次

|  |
| --- |
| 團體「限時計次賽」實施方式 |
| 參賽限制：各學校限報名 1 隊。  比賽人數：上場比賽正式選手為4人，  比賽時間：1 分鐘。 |
| ■限時 1 分鐘，每組比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始」。  ■以該隊四人總次數來判定名次，若同分則已該隊四人最高分者比較，最多者獲勝。若該隊最高分也相同，則以第二高分比較。餘依次類推。 |

4. 跳繩跑跳8人大隊接力(趣味競賽不列入團體錦標積分)

|  |
| --- |
| 團體「限時計次賽」實施方式 |
| 參賽限制：各學校限報名 1 隊。  比賽人數：競賽人數8人，每人跑跳100公尺為距離，男、女各半，依序接力,女生先跑。 |
| ■接力區為20公尺。只有在接力區內，才能進行接力傳接。  ■在整個比賽過程中，若跳繩絆到腳時必須停留在原地將跳繩還原後再繼續進行，不可以拿著跳繩跑步超過五公尺，而減少應跑距離，違者加十秒。  ■如成績相同之隊伍再加賽一場。  ■比賽用跳繩，可自備或由大會提供之。  ■比賽一律穿著平底鞋。 |

十一 .獎勵辦法：

(一) 每項決賽錄取八名按九、七、六、五、四、三、二、一計分。

(二) 各項錦標以在各項比賽中得分最多之單位為第一名，得分次之之單位

為第二名，餘依此類推。如遇單位得分相同，以各單位於各項比賽所

得第一名之多寡判別之，餘依此類推。

(三) 1. 錄取八名時，每項按九、七、六、五、四、三、二、一計分。

2. 錄取七名時，每項按八、六、五、四、三、二、一計分。

3. 錄取六名時，每項按七、五、四、三、二、一計分。

4. 錄取五名時，每項按六、四、三、二、一計分。

5. 錄取四名時，每項按五、三、二、一計分。

6. 錄取三名時，每項按四、二、一計分。

◎ 以參加初賽人數決定錄取名次給分，如初賽未滿3人，頒發個人

獎項，但錦標積分不予給分。

(四)個人項目取前三名頒發獎牌，五至八名頒發獎狀。大隊接力取前三頒

發獎品。團體總成績前三名頒發禮卷及獎盃，第一名3000元禮

卷、第二名2000元禮卷、第三名1000元禮卷、四至九名優勝500元

禮卷以資鼓勵。

十三 .本辦法如有未盡事宜得經大會領隊會議修訂之。

**彰化縣溪州鄉109年福樟盃**跳繩**賽報名表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 項目 | 姓名 | 姓名 |
| 男生個人一迴旋 |  |  |
| 男生個人跑步跳一迴旋賽 |  |  |
| 女生個人一迴旋 |  |  |
| 女生個人跑步跳一迴旋賽 |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 項目 | 姓名 | 姓名 |
| 4人團體競速賽 |  |  |
| 4人團體競速賽 |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 項目 | 姓名 |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(女) |  |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(女) |  |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(女) |  |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(女) |  |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(男) |  |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(男) |  |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(男) |  |
| 跳繩跑跳8人大隊接力(男) |  |

**承辦人： 主任： 校長：**