

臺北市113學年度國中小學生普及化運動 健身操比賽實施計畫

壹、依據

- 一、教育部體育署「SH150方案」及「國中小學生普及化運動計畫」辦理。
- 二、臺北市中小學學生運動健康150(SH150)計畫。
- 三、臺北市提升學生體適能計畫。

貳、計畫目標

- 一、推動校園健身風氣，促進學童身心健康。
- 二、養成學童良好運動習慣，增強體適能，檢視健身操實施成效。
- 三、以班級為單位，強化校園團隊凝聚力，落實普及化運動之精神。

參、指導單位：教育部體育署。

肆、主辦單位：臺北市政府教育局。

伍、承辦單位：臺北市松山區敦化國民小學。

陸、協辦單位：臺北市萬華區老松國民小學、臺北市萬華區西門國民小學、 臺北市信義區光復國民小學、北市文山區辛亥國民小學。

柒、比賽日期

- 一、初賽：由本市各校自行辦理。
- 二、決賽：2年級組決賽：114年6月11日(星期三)上午9時。
3年級組決賽：114年6月12日(星期四)上午9時。
4年級組決賽：114年6月13日(星期五)上午9時。

捌、比賽地點

- 一、初賽：本市各校自行辦理。
- 二、決賽：臺北體育館1樓，地址：臺北市松山區南京東路4段10號。

玖、比賽內容

- 一、2年級及3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、4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。
- 三、比賽音樂：皆採用 come on everybody 版本。
- 四、動作及音樂請參照體育署網站。

拾、比賽方式

- 一、初賽：2年級至4年級以班級為單位，參加校內初賽。

二、決賽：本市各公私立小學以班級為單位選拔學校代表隊，2年級至4年級每校須至少派1隊參加本市決賽，各組每校限報名1隊。

拾壹、報名方式

- 一、報名時間：即日起至114年4月30日(星期三)下午4時截止，以電子郵件送達時間為憑，逾時恕不受理。
- 二、請填妥報名表含總表及各組報名表，將可編輯之 word 檔及核章 PDF 檔，寄送至指定電子信箱 qiwen7001@tlsp.s.tp.edu.tw，主旨請註明「113健身操比賽報名_學校名稱」，收到回信即表示報名成功。
- 三、報名截止後，各組參賽名單異動。
- 四、紙本報名表請於114年5月2日(星期五)前以聯絡箱遞送至老松國小體育組。
- 五、報名表件可至敦化國小或老松國小網站下載。
- 六、各校報名隊數情形將公告於老松國小網站，請報名參加學校上網確認報名，以免影響參賽權益。
- 七、報名相關問題可洽老松國小體育組，電話2336-1266分機123。

拾貳、領隊會議暨抽籤

- 一、時間：114年5月12日(星期一)上午10時00分。
- 二、地點：敦化國小敦樸樓2樓，展演廳。
- 三、請各校務必派員參加，未出席者由大會代為抽籤並對於領隊會議決議事項亦須遵守，不得異議。

拾參、組隊方式

- 一、為落實學校健身操運動，本市各校均須至少派1隊報名參加。
- 二、以班級為單位，每隊下場比賽人數至少16人，亦可全班參加，不足16人則不計名次；若因扣除班級特殊障礙學生或原班級人數不足16人時，得跨班補足人數。
- 三、跨班組隊比賽上場人數至少需超過2個班級(本班+跨班共二個班級)總人數的70%；惟學校班級數6班(含)以下者，其班級人數不足16人時，得跨年級補足16人(以全隊人數最多者為參賽年級組)，但需由學校出具證明書予承辦單位備查。
- 四、各隊採男女混合編隊，男女生人數差異不得超過4人；倘全班參加者則不受女生人數少於8人或男女生差異超過4人之限制。

拾肆、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、整齊度
	精神表現：10%	口令表現、團隊精神

拾伍、比賽規則

一、2、3年級健身操組：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、4年級健身操組：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，面向裁判席之左、右側區域或比賽區域後方進場，音樂播放即開始評分，音樂終了評分結束。

(二)為賽程進行流暢，各隊伍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，惟無需向大會及評審報告及敬禮等動作。

四、罰則

(一)出場人數需依比賽相關規定組隊參賽，違者不計名次。

(二)所有參賽隊伍均不得有場內、外指導或動作示範人員，違者不計名次。

(三)須遵守比賽規則等相關規定，違者於各評分項下，酌予扣分。

五、成績計算

(一)滿分100分。

(二)成績分數計算至小數點第2位。

(三)各組裁判5名，分數計算方式為所有裁判成績加總除以5，再依所得分數高低判定名次，平均或得分相同時，以最低分數之高低決定名次，如果最低分數亦相同時，再以最高分數之高低決定名次。

(四)扣分原則

1、穿著不宜運動之服裝，如牛仔褲、涼鞋、拖鞋等，扣總分1分。

2、男女差異超過4人時，每增加1人扣總分1分，全班參加及出具證明之學校除外。

3、未派員參加健身操增能研習者，比賽期間倘有未符或違失事項，酌予扣分。

拾陸、獎勵

一、參賽及獲勝隊伍比例如下

(一)特優:參賽成績前10%，各頒發錦旗及獎狀。

(二)優等:參賽成績前11%至20%，各頒發錦旗及獎狀。

(三)優勝:參賽成績前21%至40%，各頒發錦旗及獎狀。

(四)全班參加之學校並於該組獲得前三名者，另再頒發錦旗。

二、獲勝隊伍學校人員敘獎額度

(一)特優：指導教師(教練)、領隊及管理，嘉獎2次3人。

(二)優等：指導教師(教練)，嘉獎2次1人；領隊及管理，嘉獎1次2人。

(三)優勝：指導教師(教練)，嘉獎1次1人；領隊或管理，嘉獎1次1人。

(四)全班參加且獲獎之學校，得比照前項優勝隊伍辦理敘獎。

(五)敘獎以不重複為原則，擇最優辦理。

三、承(協)辦學校敘獎額度

(一)承辦學校：記功1次2人、嘉獎2次3人、嘉獎1次4人。

(二)協辦學校：嘉獎2次2人、嘉獎1次3至8人，按實際工作情形覈實辦理。

(三)各校於比賽辦畢後，請依上列額度逕行辦理校內人員敘獎，校長敘獎請依人事程序報局辦理。

拾柒、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大會裁判長提出口頭申訴申請，並於15分鐘內提出書面申請書及保證金參仟元整，申訴若成立保證金退還，申訴若不成立則沒收保證金。

三、有關技術上之抗議，一律不予受理。

拾捌、附則

一、參加本計畫之各校教職員生依所屬單位請假辦法，核予公假、課務派代、公差假及差旅費。

二、比賽過程中如有任何爭議、抗議等情事，均以大會審判委員會之議決為最終決。

三、比賽過程中，如有任何突發事件由大會全權處理。

四、報名表由承辦單位訂定之。

五、參賽隊伍務必於排定之比賽時間前30分鐘到達會場，辦理報到。

六、各校須派員參加健身操增能研習，研習時間另行發函通知。

拾玖、比賽結束後1週內於承辦學校網站公告成績，另基於行政減量，自112學年度起本局辦理之各項比賽成績皆於承辦學校及報名網站公告周知，各校得依實施計畫敘獎額度逕行辦理敘獎，不再另函通知。

貳拾、本計畫若有未盡事宜，得由大會召開會議修正之。

貳拾壹、本計畫經本局核定後實施，修正時亦同。