

新北市三重區集美國民小學 107 學年度

一年級瘋狂呼拉圈競賽要點

依據：學務處 107 學年度體育教學年度計畫。

目的：藉此活動，增進小朋友的體能，促進學生身心健康。

比賽對象：一年級各班，全班參加。

比賽時間：107 年 12 月 25 日(星期二)下午 13:10~15:50

比賽地點：晴天—中庭。雨天備案—大穿堂。

比賽順序：晴天及雨天適用。

比賽時間	比賽班級				
	①	②	③	④	⑤
13:20-14:00	106	109	113	114	115
14:10-14:50	105	101	102	107	108
15:10-15:50	103	104	110	112	111

比賽方式：

1. 各班全數同學皆參賽，依前述班級序上場比賽。
2. 呼拉圈搖動範圍在腰部到臀部間。
3. 團體賽暨個人賽

- (1) 比賽開始後，搖動呼拉圈 1 分鐘，個人呼拉圈落地即蹲下，計算各班連續搖動 1 分鐘通過的人數比例，多者獲勝。
- (2) 個人賽得獎者為 3 分鐘過關學生，由裁判登記班級姓名於兒童朝會公開頒發獎狀獎勵。

4. 選手請於比賽前 10 分鐘整隊到休息區檢錄、熱身。

獎勵：團體獎：取前 6 名，頒發錦旗（第一至六名）、獎品以茲鼓勵。

個人獎：各班連續搖動 3 分鐘通過者，頒發獎狀、獎品以茲鼓勵

本競賽要點經校長核定後實施，如有未盡事宜，得修訂並公布之。