

計畫編號：104C-2-3

計畫名稱：宏仁女中大隊接力競賽活動

壹、依據

臺教國署高字第 1040102153 號-優質化輔助方案辦理

貳、目的

加強體育活動，促進學生身心健康，聯繫學生間情感，提昇團隊合作精神。

參、主辦單位

嘉義市私立宏仁女子高級中學

肆、承辦單位

嘉義市私立宏仁女子高級中學學務處(體衛組)

伍、參加對象：全校教職員生。

陸、辦理日期：104 年 8 月至 105 年 7 月

工作項目 \ 月次	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月
擬訂草案	■											
訂定實施計畫		■										
工作分配與溝通			■									
活動器材獎品準備				■								
舉辦大隊接力活動					■							
結案及製作成果報告						■						
辦理成果及經費執行檢討						■						

柒、實施辦法

一、日期地點：104 年 12 月 26 日(星期六)；於本校操場

二、競賽組別：分高三組、國三組、高二組、高一組、國二、一組等五組競賽。

捌、競賽項目

一、大隊接力

(一)參加對象：每班選派 20 名參賽、後補 4 人。

(二)競賽規則

1. 採分組計時賽。高中組取四名、國中組取三名
2. 大隊接力每棒跑 75 公尺、全程計 1500 公尺。
3. 各班跑道由體育組召集各班體育股長抽籤決定，未到者由體育組代抽。
4. 參賽學生須身心健康者體力好，有疾病者不得參加。
5. 選手不得重複跑、違者取消資格。
6. 比賽時選手應著整齊夏季運動服(短衣、短褲)，違者不得參加比賽。
7. 比賽第一圈 1、2 棒須跑自己的道跑，第 3 棒交棒後通過搶跑道線始可切入內道搶跑道，違規者該班級成績加 3 秒。
8. 比賽中如有明顯的阻擋或碰撞而影響到他隊時，該班級成績加計 3 秒。
9. 一切違規之處罰均以檢查員或裁判判定為準。

玖、獎勵辦法：

1. 高中組成績取前四名、各頒發錦旗一面及獎品。
2. 國中組成績取最優前三名、各頒發錦旗一面及獎品。
3. 家長會提供高、國中年級第一名 1000 元獎金。
4. 家長會提供高、國中年級第二名 800 元獎金。
5. 家長會提供高、國中年級第三名 600 元獎金。
6. 家長會提供高、國中年級第四名 500 元獎金。
7. 另增評選出全校最快速度獎獎項；高中組一名、國中組一名，各頒發錦旗一面及家會獎金 600 元及獎品。

拾、經費：12500 元。(詳請 104C-2-3 經費概算表)

拾壹、自我檢核：

嘉義市私立宏仁女子高級中學高中優質化輔助方案第二期程暨第三年計畫能力績效指標自我檢核表							
計畫編號：104C-2-3			計畫名稱：宏仁女中大隊接力				
目 標	指 標	目標量化					質性描述 (具體成果、遭遇困難及待改進項目)
		5	4	3	2	1	
1. 使每位學生都樂於參加班際活動。	參加學生達到 95% 以上，達到預期效果。						
2. 使各班同學均能了解大隊接力比賽規則。	使同學容易即能了解大隊接力賽則與方式。						
3. 能有效培養學生團隊合作、解決問題的能力。	班長能有效做好工作分配，全班同心協力指標。						
4. 活動使學生樂於運動，養成運動的好習慣。	藉此活動使學生喜愛慢跑運動，具備基動概念。						
5. 藉此活動增進教師與學生共創榮耀等多元學習。	能增進教師與學生共同的榮耀與齊心合作精神。						
6. 有效提升教師與學生共構學習機會。	使教師與學生達到共構學習機會。						
7. 落實活動辦理使處室發揮合作之整體機制。	處室均能發揮合作之整體機制。						

拾貳、預期效益：

- (一) 落實普及化運動，有效提升校園運動人口。
- (二) 提升體育教學趣味化，凝聚班級師生向心力。
- (三) 以學生交流互動來精進學習，藉分享交流強化學校團隊效能

拾參、本辦法呈校長核示公布施實，如有未盡之事宜則另行通之修正。

104C-2-3 宏仁女中大隊接力						
一、104 會計年度概算表(104 年 8 月至 105 年 7 月)					單位：仟元	
名稱	單位	數量	單價	總價	說明(請說明內容用途)	
(一)經常門						
業務費	錦旗	面	9	0.2	1.8	得獎班級頒獎使用
	獎品	件	9	0.3	2.7	得獎班級頒獎使用
	飲料	箱	30	0.2	6.0	舒跑運動飲料
	小計			10.5		
雜支	雜支	式	1	2	2	其他漏估或臨時所需物品費
	小計			2		
經常門合計			12.5			
(二)資本門						
				0		
總 計：12.5						

承辦人：	承辦主任：	會計主任：	校長：