

國立水里高級商工職業學校
校務章則學務處體育組

國立水里高級商工職業學校學務處章則目錄

國立水里高級商工職業學校運動場地設施開放及管理規定	3
國立水里商工運動器材管理借用辦法	5
國立水里商工學生參加校外體育競賽實施辦法	7
國立水里商工校慶運動會實施計畫	8
國立水里高級商工職業學校全校師生羽球賽實施計畫	15
國立水里商工一年級「武林高手」健康操比賽實施計畫	20

國立水里高級商工職業學校運動場地設施開放及管理規定

95 年 9 月 8 日訂定

一、依據：依「各級學校體育實施辦法」及「國立高級中等以下學校運動設施開放及管理辦法」規定辦理。

二、目的：為維持校園秩序、學生生活管理，並落實維護運動場地設施安全，且兼顧社區民眾使用本校運動場地設施權利，訂定本規定。

三、開放範圍：

(一)田徑場(含 400 公尺 PU 跑道、操場、跳遠沙坑、單槓場、爬竿場)。

(二)戶外球場(含籃球場 2 面、排球場 2 面、網球場 2 面)。

(三)學生活動中心三樓綜合球場。

四、開放時間：

(一)田徑場、戶外球場：

1. 星期一至星期五 06：00~07：00，16：50~18：30。

2. 星期六、星期日，及國定假日 06：00~18：30。

(二)學生活動中心三樓綜合球場：

1. 星期一至星期四 17：00~18：00。

2. 星期六、星期日，及國定假日不開放。

五、開放對象：社區民眾、地方機關團體。

六、使用方式及內容：本校開放之運動場地設施限依設置目的使用，田徑場得從事散步、慢跑、足球、辦理活動之用；戶外球場可從事籃球、排球、網球、辦理活動之用；學生活動中心三樓綜合球場可從事籃球、羽球、桌球、太極拳、辦理活動之用。

七、申請程序及借用期限：

(一)申請程序：

1. 社區民眾個人可於上列開放時間至本校警衛室登記後使用。

2. 機關團體需於特定時間(含上述開放時間及其它時段)借用本校運動設施辦理活動，請至本校總務處庶務組辦理借用手續。

(二)借用期限：機關團體借用需於使用日期 7 天前提出申請。

八、收費標準及優待事項：

(一)各場地借用收費明細表

場 地 名 稱	清潔費	場地費	水電費	執勤加班費	合 計 (元)
活動中心室內球場	1000	2000	2000	1000	6000
室外綜合球場	1000	2000	1000	1000	5000
田徑場(運動場)	1000	2000	1000	1000	5000
備 註	借用半日者以半價收費。				

(二)優待事項：如為本校師生洽借場地，價格折半付費。

九、損害賠償：場地設施、物品損毀依時價賠償。

十、安全及注意事項：

(一)本校運動場地設施之使用以體育教學、學校活動、校隊訓練為優先。借用單位經本校同意借用，如本校遇特殊情況，得撤銷或變更借用時間，借用單位不得異義。

(二)本校依實際需要進行運動場地設施之維修、養護，其日期不另行公告。

(三)社區民眾、機關團體借用本校運動場地設施，到校交通工具應停放於校門兩側，請勿進入校園。

(四)使用本校運動場地設施應穿著合適之服裝，並確實做好熱身活動，以避免運動傷害之發生。

十一、本辦法呈請校長核定後公布實施，修正時亦同。

國立水里商工運動器材管理借用辦法

89年9月1日訂定
93年9月1日修定

壹、目的

為維護運動器材之最佳品質並維持上課秩序、提供完善運動器材予全校師生、職員使用，特定本辦法。

貳、辦法

一、使用順序：運動器材以支援體育教學為主，體育組排定之競賽活動及運動代表隊、社團活動得優先使用，其餘借用次序為教職員、學生個別借用及其它。

二、借用處：體育組辦公室。

三、借用時間：星期一至星期五上午八點至下午四點三十分。

四、借用手續：

(一) 上體育課班級與社團活動：康樂股長在授課教師指示後，填妥「體育器材借用單」(包含借用日期、班別、借用器材名稱、借用器材數量、借用人、歸還日期、歸還人、上課教師各欄)後持單與借用人之學生證至體育器材室領取所需器材。領取與歸還器材時應與管理人員共同清點器材，確認器材之情況與數量。

(二) 運動代表隊：運動代表隊所需訓練器材，由體育運動組提供訓練專用器材，由各代表隊自行保管，各代表隊於訓練時倘若需要額外器材，由教練知會體育組組長，獲得同意後，派學生領用，並按時如數歸還。

(三) 教職員：教職員可於上班時間內至體育運動組填妥「體育器材借用單」後借用所需器材，並按時如數歸還。

(四) 學生個別借用：學生如需個別借用運動器材，可於上述時段至體育運動組填妥「體育器材借用單」後持單與學生證至器材室領取所需器材，並按時如數歸還。

(五) 校外單位：校外單位如需本校體育運動器材之支援，應行文總務處，經校長同意後，在不影響校內教學及訓練的情形下，填寫借用單據始得借用。

五、借用器材遺失之償還：如借用器材遺失，借用人或借用單位可以自行購買同一廠

牌、同一款式之器材歸還，或洽詢本組查明該器材價格，以現金賠償。

- 六、借用資格之喪失：借用之器材逾期歸還，在經本組二次催討之後，仍未歸還或賠償，借用人或借用單位於該學期喪失借用運動器材之資格。
- 七、借用人或借用單位在領用器材前應檢查及清點器材，如有缺損應立即反應，歸還時若有缺損應依上述賠償辦法賠償。
- 八、本辦法如有未盡事宜，得隨時修訂之。
- 九、本辦法經校務會議通過呈校長核准後公佈實施。

國立水里商工學生參加校外體育競賽實施辦法

95.02 修訂

- 一、 本辦法限於學生代表學校對外參加體育性競賽。
- 二、 凡由學校組隊對外參加體育競賽，均由體育組統一承辦辦理。
- 三、 學校參加對外各項體育競賽，體育組均需統一且公開選拔及訓練。
- 四、 學生代表學校對外參加比賽，均須經學生家長同意後，方可參加。
- 五、 學生代表學校對外參加比賽，所需經費由學校視預算情況提供補助。
- 六、 學生代表學校對外參加比賽，集訓及比賽期間學校均以公假辦理，且於比賽結束後依其成績表現，酌情加以行政獎勵。
- 七、 預備參加各項比賽，體育組均須專案呈校長核准後辦理。
- 八、 未經學校准許自行代表其他學校參賽者，需持有代表單位公函及學生家長同意書，送至體育組辦理，且由體育組專案呈校長核示。
- 九、 私自代表其他單位參賽者，學校核予事假，且對外安全由學生家長自行負責。
- 十、 本辦法經校長核准後實施，修正時亦同。

國立水里商工校慶運動會實施計畫

95.02 修訂

一、目的：為慶祝本校校慶，並推展校園運動風氣，提供學生多元體育活動特別籌畫舉辦本次校慶運動會。

二、日期：月 日(星期)至 月 日(星期)。

三、地點：本校學生活動中心、田徑場。

四、主辦單位：學務處。

五、協辦單位：教務處、總務處、進修學校、員生消費合作社。

六、實施方式：

(一)活動流程

月 日(星期)

07：30～08：30 整理校園環境、佈置會場

08：30～08：50 學生至活動中心就位

09：00～10：30 啦啦舞比賽

10：30～12：00 健康操比賽

12：00～13：00 午餐及準備開幕，各班回教室用餐

13：00～13：15 各班將椅子移至休息區

13：15～13：30 準備進場：各班集合於 A 棟大樓草皮，整理隊型、服儀

13：30～14：30 開幕典禮

1. 運動員進場(進場順序及預備位置、典禮位置配置圖如附件)

順序為樂隊、旗隊、學生隊伍、教職員隊伍。各班進場於第一標兵前採整齊隊伍前進，過第一標兵後可以隊呼表現班級特色通過司令台，司令台前停留時間請勿超過 30 秒，隊伍過第二標兵後恢復整齊隊型。若無隊呼則以整齊隊型通過，隊伍過第一標兵時班長下「向右看」口令，全體以敬禮或揮手方式向司令台致意，隊伍過第二標兵後班長下「向前看」口令。各班之進場、隊呼特色表現為精神總錦標成績，取前三名頒獎。

2. 大會會旗進場
3. 升會旗(全體肅立)
4. 唱國歌
5. 向國旗暨 國父遺像行最敬禮
6. 運動員宣誓
7. 介紹長官貴賓
8. 主席致詞
9. 長官貴賓致詞
10. 頒獎
11. 運動員退場
12. 啦啦舞表演(啦啦舞比賽前二名表演)
13. 禮成(奏樂)

14：30～16：40 第一日競賽時間

月 日(星期)

08：10～12：00 第二日競賽時間

12：00～12：20 準備閉幕典禮

12：20～13：00 閉幕典禮

(二)比賽項目暨預估比賽時間

1. 月 日(星期)

- | | |
|----------------------------|-------------|
| (1)男子跳遠..... | 14：30～16：30 |
| (2)女子跳遠..... | 14：30～16：30 |
| (3)男子壘球擲遠..... | 14：30～15：30 |
| (4)女子壘球擲遠..... | 15：30～16：30 |
| (5)男子100公尺預賽..... | 14：30～15：00 |
| (6)女子100公尺預賽..... | 15：00～15：30 |
| (7)1600公尺混合接力....計時決賽..... | 15：30～16：30 |

2. 月 日(星期)

- (1)男子 100 公尺決賽..... 08：10～08：20
- (2)女子 100 公尺決賽..... 08：20～08：30
- (3)趣味競賽：十人十一腳.... 計時決賽..... 08：30～09：30
- (4)趣味競賽：同心協力.... 計時決賽..... 09：30～10：00
- (5)趣味競賽：天旋地轉.... 計時決賽..... 10：00～10：30
- (6)拔河比賽決賽(4 場)..... 10：30～11：00
- (7)女子大隊接力.... 計時決賽..... 11：00～11：30
- (8)男子大隊接力.... 計時決賽..... 11：30～12：00

(三)預演時間

- 1. 12/ (一)07：40～08：20 進場預演預演。
- 2. 12/ (三)07：40～08：20 開幕典禮第一次預演。
- 3. 12/ (三)第5、6、7節 開幕典禮第二次預演。

七、大會職員暨裁判名單

會 長：

榮譽會長：

副 會 長：

籌備主任：

籌備委員：

總 幹 事：

副總幹事：

會場總指揮：

評審委員召集人：

總裁判長：

各競賽項目檢錄：

各競賽項目發令：

徑賽裁判長：

徑賽終點裁判：

接力區檢查員：

田賽裁判長：

趣味競賽裁判長：

趣味競賽裁判：

八、籌備工作各組職掌表：

編號	組別	工作內容	組長	協辦	完成時間 (備註)
01	行政組	1. 各組之行政聯繫與協調、分配工作。 2. 召開籌備會議、工作說明會、檢討會。 3. 擬定活動內容、流程、比賽時間。 4. 發與及回收報名表，選手分組。 5. 編排秩序冊。 6. 彙整各組需用器材、物品清單，提出請購。			
02	總務組	1. 會場佈置(司令台粉刷、桌椅、講台、主題字黏貼、準備音響、麥克風、盆景花籃擺設及歸位)。 2. 物品購置、謝函、獎狀、錦旗、會旗之製作、請柬印製。 3. 校門布條購置及懸掛。 4. 電子看板內容之繕打。 5. 便當採購、分配(各單位便當數量由陳俞良主任彙整)。 6. 學生休息區帳棚搭建與拆除。			1. 0/0(0)前操場割草。 2. 0/0(0)0740-0820 進場預演預演，架設音響麥克風。 3. 0/0(0) 0740-0820 開幕典禮第一次預演架設音響麥克風，佈置講台、長桌、椅。 4. 0/0(0)第 5、6、7 節開幕典禮第二次預演架設音響麥克風，佈置講台、長桌、椅。
03	接待組	1. 接待來賓。 2. 接待用品之準備(如：胸花、簽到簿、禮品簿、茶水、收據、紅紙條等)。			1. 0/0(0)1240 簽到處就位。 2. 設置教職同仁簽到處，並發通告請同仁參各項典禮活動。 3. 培訓接待來賓，引領來賓至會場之學生數名。
04	典禮組	1. 開、閉幕典禮儀式之設計與主持。 2. 頒獎事宜之安排(安排各時段頒獎人、準備頒獎音樂)。 3. 掌握比賽進行。 4. 彙整各單位進場介紹詞。 5. 司儀、領唱人員之培訓。 6. 培訓二名學生接待來賓。			1. 請司儀參加 0/0(0)0740-0820、0/0(0)0740-0820、0/0(0)第 5、6、7 節之預演。 2. 0/0(五)前回收各單位介紹詞。
05	裁判組	1. 各項比賽(田賽、徑賽、趣味競賽)之裁判職前講習及職務安排。			1. 請徑賽裁判長彭坤郎召開徑賽裁判職前講習：

		2. 總裁判長兼徑賽裁判長：彭坤郎。 田賽裁判長：洪昭坤。 趣味競賽裁判長：李昕昕。			0/0(0)第5、6節。 2. 請趣味競賽裁判長李昕昕召開趣味競賽裁判職前講習：0/0(0)第5、6節。 3. 各項競賽裁判長請於0/0(0)前將所需器材清單送交器材組。
06	場地組	1. 各項競賽場地之佈置、規劃及整理。 2. 開、閉幕典禮之定位線、標誌。			1. 定位標誌於0/ (0)前設置。 2. 趣味競賽、田賽場地之規劃(劃線)時間請與裁判長聯繫。
07	器材組	1. 彙整各項競賽所需器材清單、整理及檢查各項競賽器材。 2. 分配及保管器材。 3. 比賽時配送器材。			
08	記錄組	1. 田徑賽、趣味競賽之成績統計表格及檢錄單、裁判紀錄表格製作。(請與各項競賽裁判長聯繫) 2. 成績登錄、統計，發佈優勝名單(一份交典禮組)。			1. 各項表格於0/0(0)前製作完畢。 2. 備妥6張看板於比賽當日放置於旗桿左側，張貼成績海報。
09	獎品組	1. 徵募和購置之獎品編號登記保管。 2. 頒發獎品之準備。 3. 印製獎狀(向紀錄組索取優勝名單)、禮品登錄公布、謝函。 4. 請柬製作與寄發(12/10前寄發)。			
10	宣傳組	1. 製作慶祝海報與運動會主題字(司令台用)標語。 2. 樂隊組訓。 3. 擬定及發佈新聞稿、聯繫新聞記者。 4. 行政大樓至中央草坪彩帶懸掛、搭建精神堡壘。			
11	環境整理組	負責會前、會後環境整理。			
12	安全維護組	1. 校門口之交通維護與管制。 2. 會場之秩序維護、糾察編組及管理。			
13	醫護組	1. 設置醫療服務站、辦理急救看護等工作。 2. 聯繫救護車支援。			
14	經費預算組	運動會經費之籌措、核銷。			
15	開、閉幕式進行	1. 編排各班進場程序及集合位置安排。 2. 會旗準備、旗手、標兵及運動員宣誓代表之訓練。 3. 閉幕典禮集合整隊。			另請生輔組規劃各班休息區(估算帳棚數量及繪製帳棚位置圖)
16	攝影組	活動攝影			籌備會、校運活動、檢討會攝影。
17	評審組	1. 精神總錦標—開幕典禮進場隊呼、聽講秩序			

		之評審。 2. 評審表格之設計製作(0/0 前完成)			
--	--	-------------------------------	--	--	--

九、經費概算表：

項 目	單價(元)	數量	總價(元)	備 註
啦啦舞、健康操評審費	1400	6	8,400	外聘評審鐘點費，擬請合作社支援。
飲料(附帳棚)	260	80 箱	20,800	擬請合作社支援。
礦泉水	0	10 箱	0	合作社提供商贊助。
飲料	0	6 箱	0	合作社提供商贊助。
獎品： 運動襪	108	410 雙	44,280	一、田徑各類競賽取前 6 名頒發獎狀，並頒與前 4 名獎品(運動襪)一份(個人項目第一名 2 雙，團體項目第一名至第四名及個人項目第二名至第四名乙雙)。 二、趣味競賽取前 5 名頒發獎狀，並頒與前 3 名獎品一份(運動襪 1 雙)。 三、精神總錦標前 3 名頒發錦旗乙面，另頒與冠軍飲料 2 箱、亞軍、季軍飲料 1 箱及運動襪各 1 雙。 四、為校爭光獎：獲選 97 年亞青盃國家代表隊學生 10 名，每人運動襪 1 雙。 四、總計獎品數量運動襪 410 雙，飲料 4 箱。
錦旗、獎狀			8,000	
請柬	1.8	450 張	810	
學生家長邀請函	1	1,100 張	1,100	含日、補校學生
請柬寄發郵資	3	450 張	1,350	
來賓胸花	30	30 個	900	
禮簿、簽字筆			200	接待組用品
典禮組用品			1,000	CD 空白片、白手套....
秩序冊印製	50	176 本	8,800	每班 2 本(含補校共 64 本)、導師 1 本(含補校共 32 本)、來賓 50 本、各處室 10 本、記者 10 本預留 10 本，共 176 本。
競賽耗材			3,000	趣味競賽用布條、哨子、石灰粉、發令槍、彈藥、跳繩等。
號碼衣	170	90 件 (3 套)	15,300	比賽用
砂	1200	8 立方公尺	9,600	跳遠沙坑用
會場佈置			3,000	割字、活動主題布條(校門 1 條、司令台 4 條、童軍精神堡壘 2 條)、插花。
總計所需經費：新台幣壹拾壹萬玖仟零伍拾元整(126,540 元)				
備註：一、其中飲料(附帳棚)及礦泉水，共計 29,200 元由合作社支應。				
二、部份獎品(運動襪)由中辦補助款(班際運動競賽)共計 25,350 元支應。				

十、獎勵

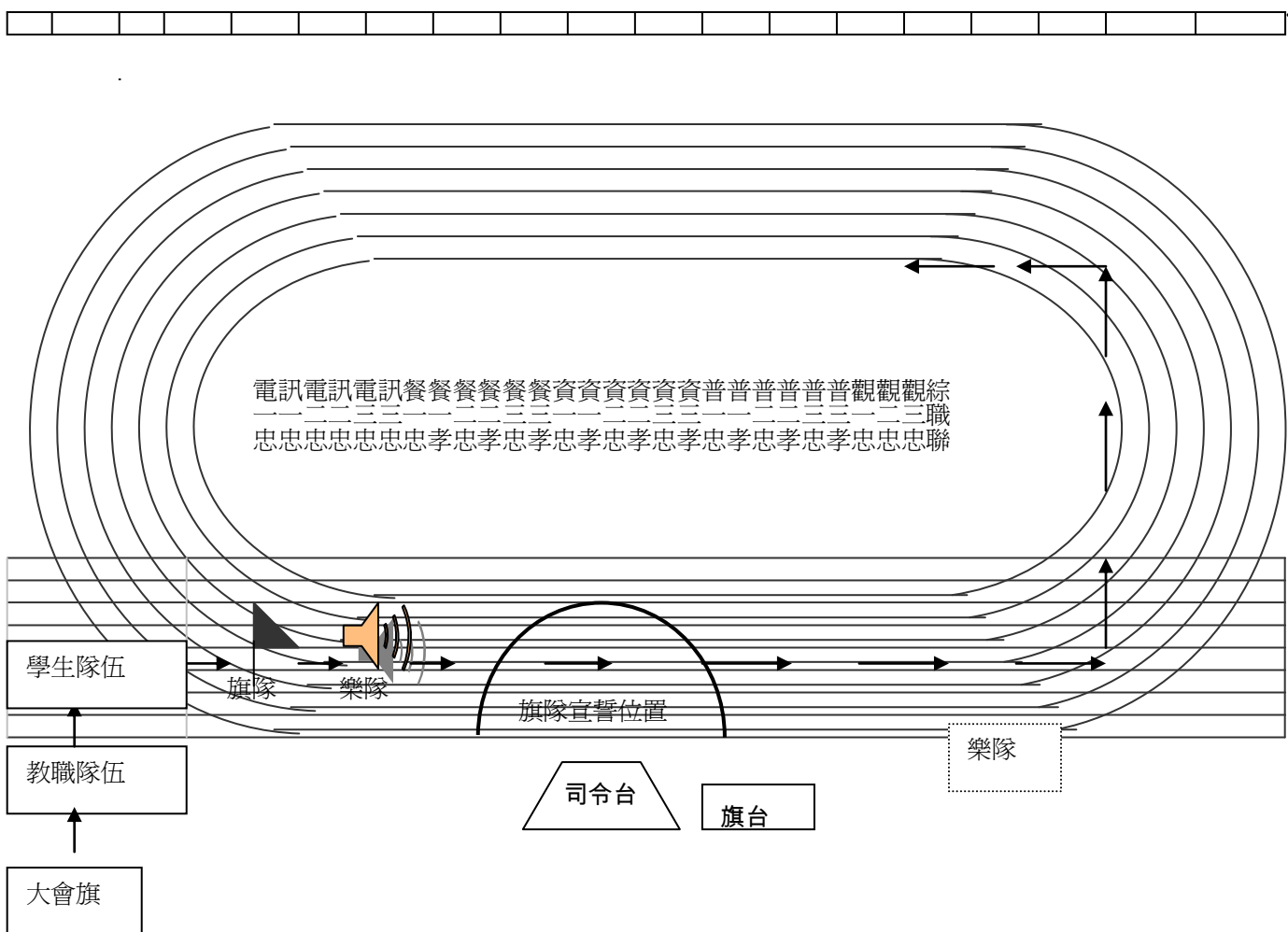
- (一) 1. 田徑各類競賽取前 6 名頒發獎狀，並頒與前 4 名獎品(運動襪)一份(個人項目第一名 2 雙，團體項目第一名至第四名及個人項目第二名至第四名乙雙)。
2. 趣味競賽取前 5 名頒發獎狀，並頒與前 3 名獎品一份(運動襪 1 雙)。
3. 精神總錦標前 3 名頒發錦旗乙面及運動襪各 1 雙，另頒與冠軍單位飲料 2 箱、亞軍、季軍單位飲料 1 箱。

(二) 擔任工作人員之學生予以嘉獎乙次獎勵。

(三) 擔任工作人員暨裁判之教師予以嘉獎乙次獎勵。

十一、本計畫呈請 校長核可後實施，修正時亦同。

附件 運動會進場順序暨開幕典禮班級位置圖



國立水里高級商工職業學校全校師生羽球賽實施計畫

95.02 修訂

- 一、主旨：為提倡正當休閒活動，鼓勵師生從事有益身心的運動，並增進師生之間的情誼，特別舉辦本項比賽。
- 二、主辦單位：學務處。
- 三、承辦單位：體育組、羽球社、教職員羽球社。
- 四、比賽時間：
- 五、比賽地點：活動中心三樓。
- 六、參加對象：全校師生。
- 七、比賽辦法：
 - (一) 組隊方式：
 1. 組別：共分男子雙打、女子雙打、混合雙打三組，每人最多可代表不同組別之兩隊出賽。參加者應熟悉羽球最新規則。
 2. 預賽：兩名學生為一隊，無班級限制，自由組隊。由主辦單位衡量報名隊數，決定決賽隊數。
 3. 決賽：為增加比賽之競爭性與精采度，由各組進入決賽隊伍以及參賽教師，全數打散抽籤編隊。
 - (二) 賽制：比賽採單淘汰制。每場比賽為 21 分，得球得分，其中一隊獲 11 分後交換場地，若比數為 20 比 20，則以先得第 21 分隊伍獲勝。開賽時猜拳勝者可選擇發球權或選擇場地。其餘規則採用中華民國羽球協會頒布之最新規則。
 - (三) 裁判由本校教師及羽球社同學擔任。
 - (四) 抽籤日期、時間及地點： 月 日（星期 ）朝會後在學務處舉行，未到隊伍由主辦單位代抽。
- 八、報名時間、地點：即日起至 月 日(星期)放學前至體育組報名。
- 九、獎勵：各組取前三名，頒給獎狀及獎品。
- 十、本辦法呈請 校長核准後實施，修正時亦同。

國立水里高級商工職業學校 102 學年度啦啦舞比賽

實施計畫

102.09.13 導師會報決議通過

一、主旨：鼓勵學生從事正當休閒活動，激發學生創意、凝聚班級力量。

二、主辦單位：學務處。

三、比賽時間：102 年 12 月 6 日（星期五），第 5、6 節。

四、比賽地點：活動中心三樓籃球場。

五、參加單位：二年級各班。

六、抽籤日期：11 月 8 日（星期五），08：00 請各班派代表到體育組抽籤，未到班級由體育組代抽。

七、比賽辦法：

(一)隊伍組成：以班級為單位，參加人數最少為班級人數之 80%(含)以上。

(二)比賽場地範圍：籃球場木質地板範圍內。

(三)音樂、服裝、道具：自選。

(四)演出時間：3 分鐘至 4 分鐘。

(五)評分項目：

1.動作整齊性、熟練性：40%。

2.舞蹈編排（舞蹈技巧、動作力度、空間掌握、隊形變換、動作設計）：30%。

3.歡呼、口號、團隊氣勢：15%。

4.服裝搭配、道具運用、視覺印象：15%。

5.演出時間掌握：自主持人宣布進場至表演結束退出籃球場範圍之外，演出時間未達 3 分鐘或超過 4 分鐘，扣總分 3 分。

6.違反安全規則扣分：演出時每次出現安全規則禁止動作扣總分 1 分。

(六)計分及排名方式：各評審評分後，以其評分表進行排名，三位評審所評名次加總，積分最低者為第一名，其次為第二名，依此類推。

(七)安全規則：演出限一層(一人站立)高度；禁止站立或坐於隊友肩上、站立隊友腿上，以及拋投、前後空翻動作。

(八)預備位置：下一表演班級應於預備位置(韻律教室前，籃球場外)預備，俟前場班級表演完畢，主持人宣布就預備位置，方能向前移動，以避免影響表演班級。

八、評審：聘請校外具有啦啦舞專長教師三名擔任評審。

九、獎勵：

(一)前四名班級頒發錦旗乙面，參加同學獎勵方式如下：第一名各記小功乙次；第二名各記嘉獎二次；第三名、第四名各記嘉獎乙次。

(二)另頒發最佳造型、最佳舞蹈創意、最佳音樂、最佳活力、最 kuso 獎項，錦旗各乙面。

(三)各獎項不重複。

(四)邀請第一名班級於校慶運動會開幕典禮演出。

十、經費：

(一)製作錦旗經費、工作人員誤餐費由學務處項下相關經費支應。

(二)聘請校外評審費用(1,600 元×3 人=4,800 元)擬請員生消費合作社或家長會支援。

(三)參加單位服裝造型、道具等費用，由各班自行負擔。

十一、附則：

(一)參賽單位練習時請注意安全，應於操場、學生活動中心、校門口廣場等寬闊安全場地練習，並請注意音量，勿影響其他班級之上課。

(二)比賽時各班之音樂 CD 請派專人播放，負責播放音樂同學請於班級出賽前攜帶 CD 至音控室預備。

(三)比賽評分相關問題，為本計畫未明定部份，由評審教師決定。

十二、本計畫呈請 校長核准後實施，修正時亦同。

國立水里商工 101 學年度一年級班際排球比賽實施計畫

102.04.08 修訂

一、宗旨：為提供學生多元體育活動，促進學生身心健康，激發班級團隊精

神、凝聚班級向心力，特別舉辦本項競賽。

二、主辦單位：學務處體育組。

三、比賽日期、地點：102 年 5 月 17 日(星期五)，第 5、6、7 節於排球場舉行。(若因天氣因素賽程無法於當天結束，剩餘場次將於次週班會時間進行。)

四、報名截止日、抽籤日期：請填妥報名表於 5 月 9 日(星期四)12:00 前交至體育組，抽籤日期為 5 月 10 日(星期五)08:00，請各班派代表到學務處抽籤，未到單位由體育組代抽。

五、競賽規則：

(一) 隊伍組成、組別：一年級各班以班級為單位，分男、女生組；每班最多可派二隊(可為男子二隊、男女各一隊或女子二隊)，每一選手僅可代表其中一隊出賽，不可流用；女生可代表男生組參賽。

(二) 賽制：採用單淘汰賽。每場三局，每局 10 分，先得 10 分隊伍贏得該局；贏得二局隊伍該場次獲勝。比賽若進行至第三局，一隊獲得 5 分時，應交換場地。

(三) 每場比賽各隊有一次暫停權利；換人不限次數，各隊欲換人應先向裁判提出申請，經裁判同意並召喚替補球員時，始可進行換人動作。

(四) 除上述規定外，其餘規則採用中華民國排球協會所頒布之最新規則。

六、裁判：商請本校教師擔任。

七、注意事項：

(一) 凡經醫師指示不宜參與激烈運動同學請勿參加比賽。

(二) 賽程於抽籤後公佈。每場次裁判發出進場指示後，逾三分鐘仍未進場隊伍(含不足 6 人)，裁判得逕行宣判該隊棄權。

(三) 參賽服裝由各隊自訂且應統一。

(四) 比賽進行如有問題，各隊應當場由體育股長或隊長向裁判提出請求解釋或解決，比賽結束無法受理。

(五) 如有他班冒名頂替出賽或選手流用情形經發現，該隊該場次以 0:2 敗，並對冒名或重複代表出賽選手行政處分。

八、獎勵辦法：各組取前四名，頒發獎狀。另依成績一至四名，參賽選手各記小功乙次、嘉獎二次、嘉獎乙次、嘉獎乙次。

九、本辦法呈請 校長核可後實施，修訂時亦同。

國立水里商工 101 學年度一年級班際排球比賽報名表

班級：

填表人(簽名)：

導師(簽章)：

男子組

A 隊

姓名	1.	2.	3.	4.	5.
學號					
姓名	6.	7.	8.	9.	10.
學號					

B 隊

姓名	1.	2.	3.	4.	5.
學號					
姓名	6.	7.	8.	9.	10.
學號					

女子組

A 隊

姓名	1.	2.	3.	4.	5.
學號					
姓名	6.	7.	8.	9.	10.
學號					

B 隊

姓名	1.	2.	3.	4.	5.
學號					
姓名	6.	7.	8.	9.	10.
學號					

注意事項：1.請填妥報名表於 5 月 9 日(星期四)12：00 前交至體育組。

2.每班最多可派二隊(可為男子二隊、男女各一隊或女子二隊)，每一選手僅可代表其中一隊出賽，不可流用(經發現取消該班資格，並予以違規選手行政處分)；女生可代表男生組參賽。

國立水里商工一年級「武林高手」健康操比賽實施計畫

97.11 修訂

一、宗旨：為提供多元體育活動，促進學生身心健全發展，發揮班級團隊精神，特舉辦本項競賽。

二、主辦單位：學務處體育組。

三、協辦單位：教官室。

四、比賽日期：

五、比賽地點：學生活動中心三樓球場。

六、比賽辦法：

(一) 一年級各班以班級為單位，除當日身體不適者外，全班同學一律參加。

(二) 服裝規定：穿著學校體育服或班服，服裝上不得有任何裝飾。

(三) 隊形：每一排 7 人，最後一排若未達 7 人靠右(面向舞台)對齊。

(四) 進場：前場班級表演時下一場次班級應於球場後端以演出隊形就位，前場班級退場後，指揮者下「齊步走」口令直接前進至舞台前就表演位置，就位後可做一次看齊動作(口令：看齊，好，預備)，定點後以預備姿勢站立，不得做人數報告、敬禮等動作。

退場：指揮者下：「向左、向右轉，跑步走」口令，同學從兩側退場。

(五) 評分要點：動作之正確性(40%)、熟練性(30%)，團體一致性及團體精神(30%)。

評分時段為音樂響起起至音樂結束，進退場、整理隊形動作均不列入評比。

(六) 班級於預備位置進場前因吵鬧等因素，影響表演班級，扣總分 3 分。

(七) 違反比賽辦法第(一)、(二)、(三)、(四)款，每項扣總分 3 分。

七、評審：聘請校內外體育教師或專業人士擔任。

八、抽籤日期： 年 月 日(星期)，08：00 請各班派代表到體育組抽籤，不到者由本組代抽。

九、注意事項：

(一) 請各班注意出場順序，準時整隊出場。

(二) 請各班體育股長將無法參賽同學名單於比賽當天 12:00 前提交體育組，並註明未參賽原因。

十、經費：製作錦旗經費由教育部中部辦公室補助班際體育活動款項支出；聘請校外評審費用擬請員生消費合作社支援(新台幣 4,200 元)。

十一、獎勵：取前三名頒發優勝錦旗，並依班級名次予參賽者行政獎勵(第一名小功乙次、第二名嘉獎兩次、第三名嘉獎乙次)以資鼓勵。

十二、本辦法呈請 校長核可後實施，修正時亦同。

國立水里商工 102 學年度二年級班際籃球賽實施計畫

- 一、宗旨：為倡導學生從事正當休閒活動，提昇本校運動風氣，培養班級團隊精神，並使學生應用課程所學，特別舉辦本項比賽。
- 二、主辦單位：學務處體育組。
- 三、比賽日期、時間：比賽於 103 年 3 月 14 日(星期五)第 5、6、7 節舉辦，若因故賽程延宕，則於次週(星期五)之第 7 節班會時間進行剩餘賽程。
- 四、報名日期：自即日起至 3 月 7 日 16:00 截止。
- 五、抽籤日期、地點：103 年 3 月 10 日(星期五)8:00，請各班派代表到學務處體育組抽籤，未到單位由本組代抽，不得異議。
- 六、參加對象：以二年級各班為單位組隊，每隊最多報名 6 人(3 人為替補球員)，分男、女生組，每班各組可報名 2 隊(男生人數不足可由女生補足)，每名球員只得代表一隊參賽，不得流用。
- 七、競賽辦法：
 - (一) 比賽採 3 對 3，單淘汰制。
 - (二) 每一場為 12 分鐘，或一隊獲 18 分即結束。
 - (三) 詳細規則如附件。
 - (四) 出賽選手於開賽前應穿妥體育組準備之號碼衣(若隊伍服裝已有編號，則不需穿著體育組提供之號碼衣)。
- 八、裁判：由本校教師或體育班籃球隊學生擔任。
- 九、注意事項：
 - (一) 身體有重大疾病或醫生建議不宜從事激烈活動同學(如心臟病、癲癇、氣喘等)請勿參加比賽。
 - (二) 賽前請各班參賽選手充分熱身，避免運動傷害。
 - (三) 比賽次序於抽籤後公佈。各班體育股長或隊長必須注意所公告賽程，以便轉知隊員準時參賽。各隊應按賽程準時整隊出場，若逾比賽時間五分鐘尚未整隊出場(如：到場球員未達五名，或未穿著號碼衣)，該隊以棄權論。
 - (四) 比賽進行如有問題，應當場於球賽停止狀況下(如球出界、暫停、犯規等情形，裁判鳴笛後)，由隊長向裁判請求解釋或解決，非上述時間，或非由隊長所提異議，裁判均不受理。
 - (五) 如有他班冒名頂替出賽情況，經發現一律取消該隊成績及名次。
 - (六) 啦啦隊員應在距球場邊線 1 公尺以上之距離加油，勿有妨礙比賽情事發生。
- 十、獎勵辦法：男、女生各組取前四名頒發獎狀，另予參賽同學第一名小功乙次、第二名嘉獎二次、第三名、第四名嘉獎乙次獎勵。
- 十一、本實施計畫呈校長核可後實施，修正時亦同。

附件

三對三籃球賽規則

1. 凡本規則未規定事項，悉適用國際〈標準〉籃球規則。
2. 比賽採單淘汰制，每場比賽為 12 分鐘(死球不停錶)或一隊得 18 分即結束。
3. 投籃得分記兩分，三分線外計三分，得分後交換控球權；罰球得分記一分。
4. 先達 18 分者的一方為勝隊，如時間終了，以得分較多之隊伍為勝隊。時間終了，兩隊同分，由場上球員進行罰球 PK (犯滿者不可參加 PK)，每人 1 球，得分多者為勝；如再同分，由首先控球方先行罰球，先進球者隊伍為勝隊。
5. 比賽分男、女組，每班各組至多可報 2 隊；隊伍組成為 3 人，3 人為先發球員，3 人為替補球員。
6. 每位球員僅有 3 次犯規，團隊犯規第 4 次後對方獲兩次罰球權。
7. 在賽程表上排名在前之球隊首先控球。
8. 若遇明顯的受傷狀況，裁判得視情況給予 1 分鐘因傷暫停。
9. 任何死球狀況時均得請求替補。
10. 裁判之判決即為終判定，無任何上訴之規則。
11. 凡非投籃時發生的進攻隊犯規與違例情況時亦交換控球權。
12. 進攻隊發球者必須先行傳球，方可繼續進攻，不得投籃，否則即屬違例。
13. 每次發球時發球員雙足須立於發球區內，發球均須由防守隊摸球，但防守隊摸球時只能持球兩秒。摸球後防守球員不得停留於三分線外，球發出後則不在此限。進攻隊必須在五秒內自發球區發球(發球區為中場半圓)。
14. 防守隊抄截獲球或搶得籃板球後必須將球送回到三分線外，持球員至少一腳須踩到三分線或線外，始得開始進攻，防守隊可防守，進攻球隊可投、傳或運球。
15. 罰球情況應依據標準籃球規則。若罰球隊罰球不中而搶得籃板球，可立刻出手投籃。若防守隊搶得籃板球，在攻籃前球必須回到三分線外。罰球最後一球進後，交換控球權。
16. 進攻球隊須在 24 秒內投籃，如有延遲，由防守隊獲得控球權。
17. 技術犯規之罰則為兩次罰球加控球權。
18. 進攻隊投籃進，防守隊犯規，得分照算，且再加罰一球。

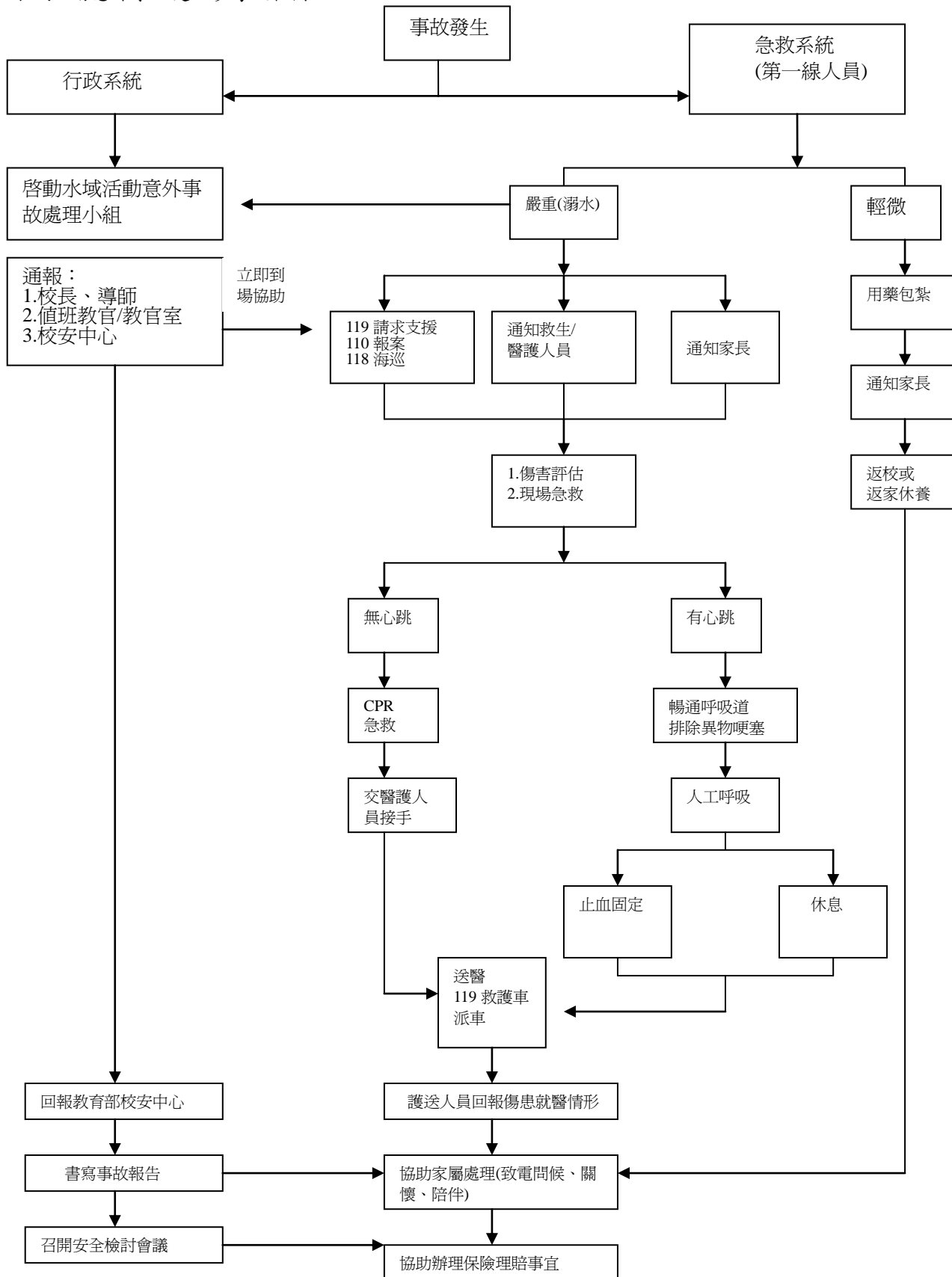
國立水里商工水域活動意外事故處理小組編組暨處理參考流程

100年6月10日行政會報修正通過

- 一、目的：為處理水域活動意外事故，使其傷害及影響降至最低，特訂定本處理參考流程。
- 二、依據：教育部100年5月2日台體(一)字第1000072395號函、教育部推廣水域活動121計畫。
- 三、水域活動意外事故範圍包括游泳池、溪流、湖泊與海洋等地方發生之溺水事件。
- 四、水域活動意外事故處理小組編組及分工：

組 別	負責單位 (人員)	職 掌
召集人	校長	1.指揮、召開會議。 2.與社區人士溝通、資源利用。
執行秘書 兼發言人	學務主任	1.擬定工作計畫、工作組織並推動小組相關業務。 2.設置並公告事故處理小組緊急聯絡電話。 3.各組處理狀況聯繫與協調。
副執行秘書	主任教官	1.統合校內外連絡及對上級通報反應管控流程。 2.協助執行秘書。
機動組	生輔組長	1.事件現場維護。 2.學生疏散與安置。 3.通知導師。
醫護組	衛生組長	1.協助安排送醫。 2.學生傷害包紮及救護事宜。 3.協辦緊急送醫事宜。
支援組	教學組長	辦理處理事務人員之課務事宜。
	體育組長	1.協助現場善後及復原事宜。 2.協助機動組安置其餘學生。 3.協助器材安全檢修事宜。
	導師	聯絡學生家長。
	教官	支援機動組。
會計組	會計主任	統合相關經費籌措事宜。
輔導組	輔導主任	1.心理輔導與建設防止二度傷害(當事人、家長、同班同學或相關人員)。 2.建立輔導相關資料及記錄備查。
法律諮詢組	人事主任	1.法律顧問聯絡及提供法律問題諮詢。 2.校內外有關事務之申訴、救助、賠償等協調工作。

五、水域活動意外事故處理參考流程圖：



國立水里商工運動意外傷害處理流程

102.10.11 行政會報定訂

