

大橋國小學生趣味競賽規則



示範影片網址

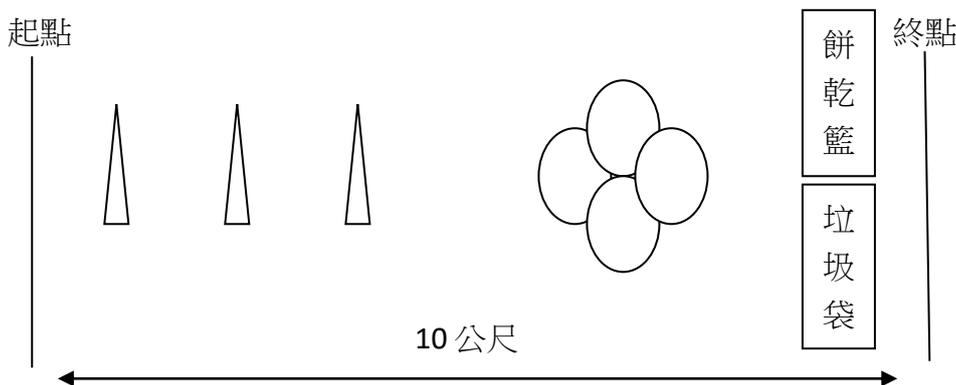
一年級(特教班)：愛的舀舀樂

需要器材(體育組準備)：每班三角錐x3、呼拉圈x4、紅色塑膠椅 x1、摺疊椅 x1

需要器材(班級自備)：每班餅乾數包、勺子x1、回收籃子x1、乾淨垃圾袋x2

進行方式：

1. 終點處—放 1 張摺疊椅，上面放置回收籃裝餅乾；旁邊放一個倒置的塑膠椅套垃圾袋。
 2. 開始以跑 S 形繞過 3 個三角錐，跳過 4 個呼拉圈(單腳-雙腳-單腳)
 3. 用勺子將 1 包餅乾舀至垃圾袋中，然後直接跑回隊伍以擊掌方式換下一棒
 4. 計時 8 分鐘，計算餅乾數量
- (自備 1 個回收籃在裡面放餅乾，倒置的紅色塑膠椅套乾淨垃圾袋進去)



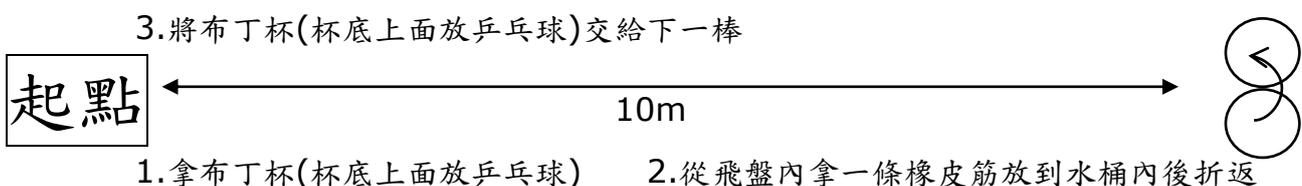
二年級：筋筋計較

(1) 需要器材(體育組準備)：飛盤x1

需要器材(班級自備)：28cm 水桶x1、每班布丁杯(小)x1、橡皮筋x60條、乒乓球x1

(2)圖示步驟：

終點處放置 1 個水桶及飛盤，其中飛盤內放 60 條橡皮筋



(3)計時 **10 分鐘**，計算水桶內橡皮筋數量。

三年級：萬里長傳

需要器材(體育組準備)：每班呼拉圈 x2、塑膠椅 x1、每班頭戴 x2(最後一棒)

需要器材(班級自備)：無

競賽距離：15 公尺(塑膠椅一張，放在終點處)

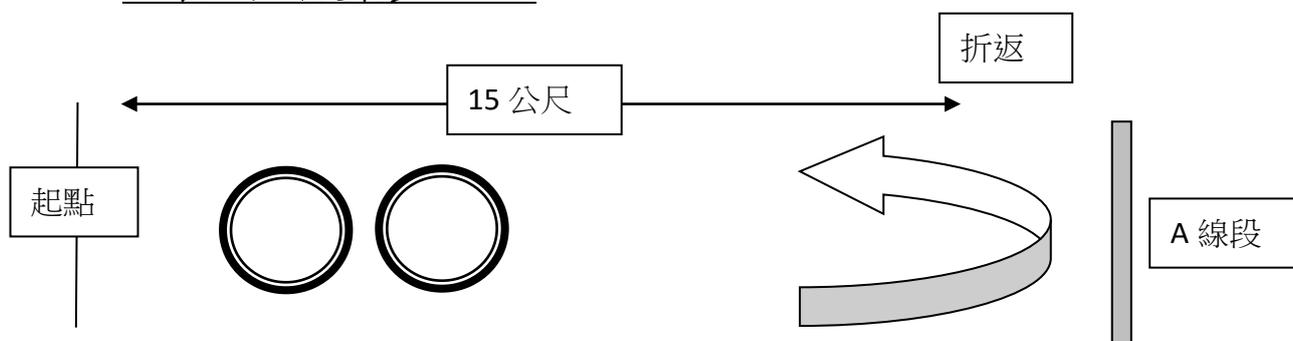
進行方式：1. 兩人一組，去程 A 生以連接方式放置 2 個呼拉圈在地上。

2. B 生必須走在呼拉圈內前進，通過 A 線段後，A 生直接拿取地上的一個呼拉圈折返，B 生拿起另一個呼拉圈繞過椅子折返。

3. 回程 A 生與 B 生各拿一個呼拉圈跑步方式折返並交給下一棒。

4. 每班需要派出 15 組隊伍(最後一棒需綁上頭帶)，計時依照完成時間最少者取名次。

5. 每位小朋友最多玩 2 次



四年級：投擲高手

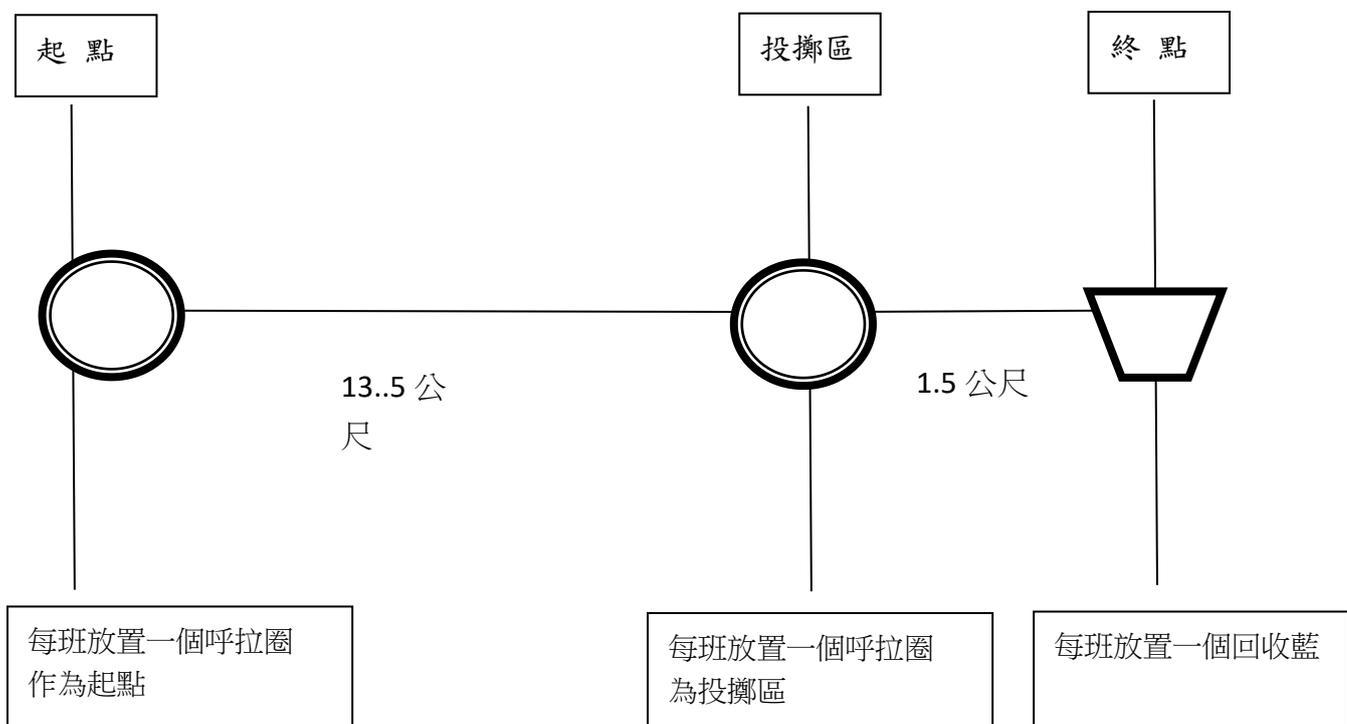
需要器材(體育組準備)：每班呼拉圈 x2

需要器材(班級自備)：每班回收藍 x1、塑膠瓶數個

進行方式：1. 每班放置一個呼拉圈於終點前 1.5 公尺處(預備線)，另一個呼拉圈為出發起點。

2. 從起點每人拿一個塑膠瓶開始跑，跑到終點前 1.5 公尺(投擲區)處，並站在投擲區內，往終點處的回收藍投擲(馬上回去以拍手方式換手。)

3. 計時 7 分鐘，計算塑膠瓶數量。



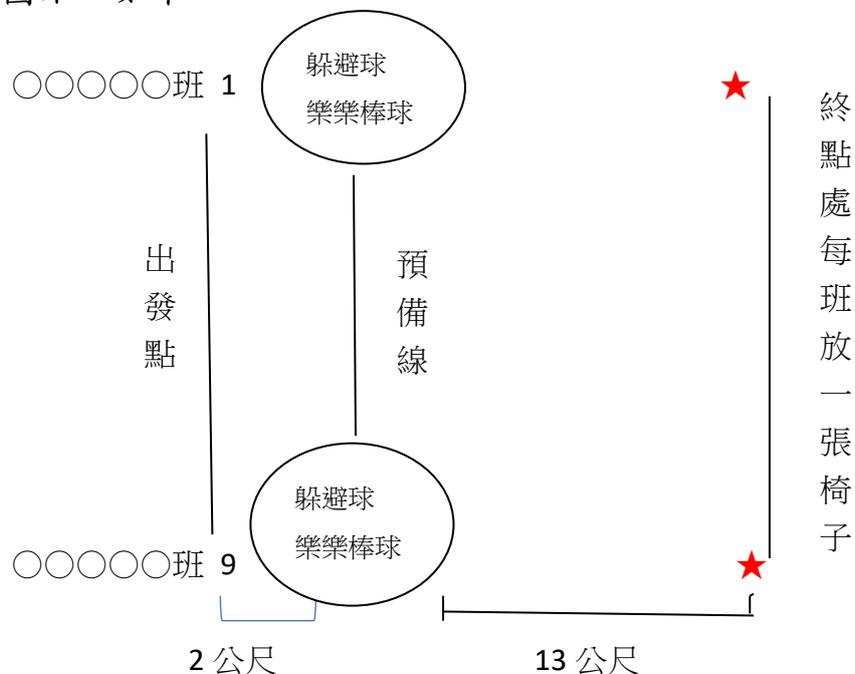
五年級：彗星撞地球

需要器材(體育組準備)：每班樂樂棒球 x1、躲避球 x1、呼拉圈 x1

需要器材(班級自備)：每班掃把 x1

進行方式：

1. 於出發點前 2 公尺處(預備線)，每班排頭放置一個呼拉圈，將躲避球及樂樂棒球放置於內。
2. 學生由預備線出發，一手抱著躲避球，一手持掃把推敲樂樂棒球前進，至終點後折返，將掃把交給下一棒；完成者，自動移至原隊伍最後方。
3. 計時 10 分鐘，計算折返人次為名次判定。
4. 闖關圖示，如下



六年級：持之以恆

需要器材(體育組準備)：每班羽球拍 x1、每班樂樂棒球 x2、每班角椎 x1

進行方式：

1. 學生一手拿著一支羽球拍，球拍上放置二顆樂樂棒球，以跑步方式至終點繞角錐折返，再將球拍及球傳遞給下一棒，途中若球掉到地上，撿球後則從球掉落的地方重新出發。
2. 計時 10 分鐘，計算折返人次為名次判定。

