

躍動的青春~

鳳山商工進修部 111.1 新生盃班際大跳繩比賽(1030 版)

時間：11/18(五)18:00~21:15

器材：大跳繩*3、音響、碼表*2、計分

地點：中正樓前廣場

海報、白板

人員：學務組、各班康樂股長

時間	活動	說明
18:00 18:15	各班集合，抽籤 公佈出場序，規則提醒	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以班級為單位，各隊派 2 人負責甩繩，其餘 5、6/7、8/9、10 人跳繩，每次上場跳繩人員皆跳過甩繩計為一次。 2. 計分方式：5、6 人皆跳過一次得 1 分，7、8 人皆跳過一次得 2 分，9、10 人皆跳過一次得 3 分。各班可自行決定參賽人數。 3. 人數不足者可以聯隊報名，亦可邀任課老師參與。
	初賽 A 場 初賽 B 場	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 賽前：各班康樂務必於各自班級帶暖身操，5 分鐘前就位，裁判點名 ➢ 各場由 2 位康樂+1 位老師負責計時、計數 ➢ 10 分鐘內如有失敗可繼續，時間內跳繩及甩繩人員可互換，有報名之參賽者亦可視情況上場或下場。 ➢ 人員更換時間不暫停，若更換人員，則兩人不敘獎。 ➢ 以 10 分鐘內所達成次數之積分總和判定名次。 ➢ 全程參賽者敘嘉獎一支。
18:30	1 1	
18:45	2 2	
19:00	3 3	
19:15	4 4	
19:30	5 5	
19:45	出[繩]入化，來去自如	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 由工作人員開始甩動大繩，各隊於 1:30 內無限嘗試：入繩並出繩。入出繩過程皆無碰繩者，得 1 分，計算 1:30 內隊伍得分。同隊人員可重複進出。此項目作為初賽加分。
20:00	進修部合照、中場休息 積分宣布，決賽組抽籤	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 取初賽前 6 名進入決賽。 ➢ 各班倒垃圾與資源回收
	決賽 A 場 決賽 B 場	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 決定參賽人數與人員，10 分鐘內如有失敗可繼續，決賽中人數與人員不得變更。 ➢ 以 10 分鐘內所達成次數之積分總和判定名次。 ➢ 決賽班級參賽者再敘一支嘉獎。
20:35	— —	
20:45	三 四	
20:55	五 六	
21:05	頒發 1~3 名、最佳團隊精神獎 主任致詞，放學	



躍動的青春~

鳳山商工進修部 111.1 新生盃班際大跳繩比賽

時間：11/18(五)18:00~21:15 地點：中正樓前廣場 人員：學務組、各班康樂股長

活動分工

器材組	賽務組	場控組
活動前 11/18(五)17:30 搬桌子、音響、大跳繩、碼表、計分海報、白板到場地	計分海報製作(11/14(一)完成)、當場計時、計分、	開場、介紹人員班級、播報分數、宣布進行活動 播音樂(各班請於 11/14 放學前繳交比賽用音樂)
_____	A 場：_____、_____	主持人：_____
_____	B 場：_____、_____	DJ：_____
攝影組	康樂組	
賽前合照、賽後合照、比賽英姿照、比賽錄影...檔案寄學務組	「出繩入化」活動甩繩、可配合音樂節奏隨意加快或放慢	
_____、_____	A 場：_____、_____	
+各班 1 位	B 場：_____、_____	

團隊精神獎

1. 各班服裝一致性，含衣、褲、襪、鞋，創意飾品、口號，佔 50%，由各班導師評比後，至賽務組登錄。
2. 各班出席率佔 50%，由各節任課老師點名後，至賽務組登錄。

躍動的青春~人氣攝影獎

1. 11/21(一)24:00 前，選 1 張照片加上 1 句能引起共鳴的話投稿進修部。
2. 11/22(二)~25(五)師長、同學網路投票，11/28(一)公布人氣獎 3 名，教師獎 2 名，行政獎 1 名。投稿者敘嘉獎一支，得獎者頒發獎狀、獎品。