

高雄市樹德家商 107 學年度健康促進計畫成果報告

活動內涵類別	<input type="checkbox"/> 整體學校衛生政策	<input type="checkbox"/> 營造安全校園環境	<input type="checkbox"/> 菸害防治	<input type="checkbox"/> 檳榔危害防治
	<input type="checkbox"/> 傳染病防治	<input type="checkbox"/> 正確用藥	<input checked="" type="checkbox"/> 健康相關社團或活動	<input type="checkbox"/> 性教育(含愛滋病防治)
	<input type="checkbox"/> 健康體位	<input type="checkbox"/> 健康促進相關研習	<input type="checkbox"/> 其他(請註明)_____	
活動名稱	107 學年度班際跳繩比賽			
活動期間	107 年 9 月 12 日(三)PM1:00~3:00(社團時間)			
主辦單位	體育組	協辦單位	學務處	
執行方式	各班至學校網頁『重要公告』下載報名表。報名表紙本請繳交體育組，電子檔上傳 mail 至 jana3388@yahoo.com.tw 報名才算完成。錄取隊數 50 隊，依報名先後額滿截止。			
執行內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每隊 10 人(2 人為甩繩選手，8 人為跳繩選手)，前 3 分鐘 8 人同時就位一起跳。後 2 分鐘 S 型進出，選手依序單一進出，不可跳號進出，進出動作完成算一次，中途卡繩算失敗，成績不予計算。 2. 比賽時甩繩選手與跳繩選手可自由交互換位置。 3. 比賽時不可更換選手。 4. 失誤中斷時，可自行馬上繼續開始起跳，並可繼續累加次數但中斷的次數不計數。 5. 比賽時間 5 分鐘，前 3 分鐘原地，後 2 分鐘 S 型進出。 6. 比賽結束時，計數總和次數，以總和次數做排名，次數總和最多者為冠軍。 7. 若同次數者，另比 S 型進出次數 3 分鐘定勝負。 			
執行成效	響應國民體育日，促進學校運動風氣，推展全民運動。			

活動相片



