

新進國小班際體育競賽六年級

籃球運球投籃比賽規則及辦法

(一) 比賽辦法：

- 1、每班組一隊，全班都參加。
- 2、賽程以抽籤決定，採雙敗淘汰制。
- 3、取前四名頒發獎狀及優友卡點數。

(二) 比賽規則：

- 1、對戰班級分別於籃球場中線集合，面向不同半場場地。
- 2、比賽開始運球至籃下投籃（或上籃），球一定要投進才能運球回來，過了中線才能交由下一棒出發。
- 3、一律由女生棒次先開始。
- 4、如對戰班級人數不同，以人數較多的班級為主，需要重複的人員排在最前面，最後一棒會穿上背心。
- 5、採計時賽。
- 6、請任體育課教師指導學生熟悉比賽規則。
- 7、本規則未詳盡時可隨時更改。

新進國小班際球類競賽五年級

足壘球比賽辦法及規則

(一) 比賽辦法：

- 1、每班組一隊每隊上場 15 人（女生至少 5 人）。
- 2、賽程以抽籤決定場次採雙敗淘汰一局決定勝負。
- 3、各學年取四名頒發獎狀及優友卡點數。

(二) 比賽規則：

- 1、好球：不可彈跳、必須進入好球區。
- 2、球數由一好一壞開始計算。
- 3、守方對進攻方最後一棒不可以故意保送。
- 4、球未踢出 5 公尺線算好球。
- 5、球在踢球有效區外踢中皆算一好球。（如下圖）

踢球無效區域

踢球有效 區域 (壞球區)	踢球有效 區域 (好球區)	踢球有效 區域 (壞球區)
---------------------	---------------------	---------------------

踢球無效區域

- 6、四壞球保送一壘。
- 7、踢球者未將球踢出前，跑壘員不得離壘。
- 8、高飛球被接殺後始可跑壘，若接殺前離壘須回壘後再跑壘。

- 9、防守時不必觸殺，接球採壘較跑者快即可。
- 10、踢球者跑向一壘時可衝過壘包再回來踩壘。
- 11、跑壘者跑上二壘或三壘如衝過壘包，要回壘踩壘包，如有向下一個壘包前進意圖，防守者若持球先行採壘，則跑壘者出局。
- 12、請任體育課教師指導學生熟悉比賽規則。
- 13、本規則未詳盡時可隨時更改。

(三)、勝負判定：

1. 比賽打1局，15人皆上場踢球，不計出局數，得分多的隊伍獲勝。
2. 若1局賽完平手，則第2局由2位跑者分佔一、二壘開始比賽，踢5個棒次分勝負。

四年級躲避球比賽規則及辦法

比賽辦法：

- 1、每場比賽採3局制，第一局男生，第二局女生，第三局男女各5人，每局比賽時間三分鐘。
- 2、以三局比賽的總出局數決定勝負，如出局人數相同，再以第三局比賽人員進行驟死賽，一方先擊中人就獲勝。
- 3、每局外場皆為2人。
- 4、採雙敗淘汰制，取四名發給獎狀及優友卡點數。

比賽規則：

- 1、每局比賽時間只有三分鐘（裁判暫停時間除外）。
- 2、敵隊攻擊時，守隊兩人以上接觸到球而未能接住時，最先觸球者出局。
- 3、同隊內、外場互相傳球次數以4次為限，也就是第5次就要做攻擊。
- 4、擲球過程中，如果球運行的路徑在敵隊球員肩膀以上或雙手側平舉以外，均視之傳球。
- 5、在敵隊內場或外場地地面停留或滾動的球，不得用手或腳越區觸球或撥球。
- 6、球員在接到球後，必須在5秒內將球擲出。
- 7、守隊球員如在內場被敵隊球員擊中出局時，不得再以身體碰觸落地之球，否則以二次碰球來論

處。

- 8、外場球員取得生還權時，如未立即離開外場區或故意再觸球應視為放棄生還來論處。
- 9、重新發球時，發球員應先就定位並舉球過頭，經裁判鳴笛後才能將球擲出，此動作是要讓所有在場球員知道球在哪裡，以避免發生不必要的危險及糾紛。
- 11、請任體育課教師指導學生熟悉比賽規則。
- 12、本規則未詳盡時可隨時更改。

新進國小班際球類競賽三年級

樂樂棒球比賽規則

(一) 比賽辦法：

- 1、每班組一隊每隊上場 15 人（女生至少 5 人）。
- 2、賽程以抽籤決定場次採雙敗淘汰一局決定勝負。
- 3、取前四名頒發獎狀及優友卡點數。

(二) 比賽規則：

一、打擊和跑壘規定：

1. 比賽採 15 人制（至少 5 位女生）。
2. 二好球後揮空棒或擊成界外球，仍判三振出局。
3. 打擊者及跑壘員踩橘色安全壘板，守備隊踩白色。
4. 不可採用觸擊，違者判好球。
5. 不可滑壘，違者判出局。
6. 不可離壘或盜壘，要等球擊出後才可跑壘，違者出局。
7. 擊球未超過本壘前 5 公尺屬界外，判好球一個。

二、防守規定：

1. 打擊揮棒前，守備員不可超過投手趨前防守。
2. 不可用觸殺，防守一律踩壘封殺就算出局，持球觸跑壘者不算出局，比賽繼續中。
3. 當球回傳給投手或捕手時，壘上球員均不得離壘。

三、上壘與出局：

1. 守備員傳球出場外，所有跑壘員可加保送一個壘。
2. 高飛球被接殺出局，比賽停止，不可傳殺其他壘上跑者，跑

者須回到原來的壘板上。

四、勝負判定：

1. 比賽打 1 局，15 人皆上場打擊，不計出局數，得分多的隊伍獲勝。

2. 若第 1 局賽完平手，則第 2 局由 2 位跑者分佔一、二壘開始比賽，打 5 個棒次分勝負。

伍、場地各項規定距離：(單位公尺)

適用對象	壘距	投距	全壘打	一三壘 界外區	本壘前 界外區	各壘不可 折返線
國小組	15	9	40	5	5	5
國中及 成人	18	10	50	5	5	5

六、本辦法如有未完善之處可隨時修正。

新進國小班際球類競賽二年級

足球射門辦法及規則

(一) 比賽辦法：

- 1、每班一隊，每人踢 2 球。
- 2、賽程從 1 班開始，依序排時間。
- 3、最後以進球率（進球數除以班級人數）取前三名，頒發獎狀及優友卡點數。

(二) 比賽規則：

- 1、各班選手進行編號，依續進行踢球。
- 2、不必有守門員。
- 3、可助跑 2-3 公尺踢球。

4、踢球點離球門 8 公尺。

5、要聽裁判哨音才可踢球。