

天母國小健康操比賽規則

建議比賽規則：

一、健身操組(4年級)：

教育部頒布九年一貫第二階段健身操教材原動作、原音樂、固定隊形，不可做指定動作外之空間及隊形變化、不可使用道具。

二、進退場程序：

- (一) 參賽隊伍一律由第一預備區(面向裁判席之左、右側區域或比賽區域後方)進場，音樂播出，開始評分，音樂終了，評分結束。
- (二) 為求比賽流暢，隊伍進出場時不得配樂，並以走步或跑步快速進出場，進出場可有整隊動作，但無需做報告、敬禮等動作。

三、建議成績計算方式：

- (一) 滿分 100 分。
- (二) 成績分數計算至小數點第二位。
- (三) 最後名次以裁判成績判定之。
- (四) 分數計算先去掉最高和最低分數再將剩下三個分數加起來平均或裁判成績加總除以裁判人數，再依所得分數高低判定名次，如果得分相同時，以最低分數之高低決定其名次，如果最低分數亦相同時，再以最高分數之高低決定名次。

四、比賽流程：

- (一) 比賽一次以兩班為主，採面對裁判左右站位，基數班於裁判左側地區，偶數班於裁判右側底區。
- (二) 比賽共 2 節課，第一節為 1-6 班參賽，第二節為 7-12 班。
- (三) 請比賽班級提早至第二預備區準備，前一場次進場時請至第一預備區準備，賽事結束後可直接離開，成績另行公告。

健康操評分基準(定義參考)

組 別	評 分 編 配	評 分 內 容
健康操	規定動作 (60%)	1.規定動作的準確性：個人動作正確性 2.熟練度：個人動作轉換流暢不停頓 3.力度：個人肢體展現的力量感 4.協調性：個人展現規定動作時的手腳協調
	演示表現 (30%)	1.流暢度：全班整體動作轉換正確性與流暢 2.韻律感：符合歌曲節奏基準與身體律動 3.表現力：臉部表情
	精神表現 (10%)	1.口令表現：進退場精神態度 2.團隊精神：全班從進退場開始至結束表現是否一致

天母國小班際健康操比賽評分表

場次	班級	規定動作 (60%)	演示表現 (30%)	精神表現 (10%)	總分	名次
1	401	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
	402	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
2	403	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
	404	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
3	405	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
	406	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
4	407	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		

	408	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
5	409	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
	410	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
6	411	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		
	412	準確性： 熟練度： 力度： 協調性：	流暢度： 韻律感： 表現力：	口令表現： 團隊精神：		

評審簽名：

舞台區

第一預備區

10:00 場次 6 411 班
09:45 場次 5 409 班
09:30 場次 4 407 班
---第二節課---
09:05 場次 3 405 班
08:55 場次 2 403 班
08:45 場次 1 401 班
---第一節課---

第一預備區

場次 6 412 班
場次 5 410 班
場次 4 408 班
---第二節課---
場次 3 406 班
場次 2 404 班
場次 1 402 班
---第一節課---

第二預備區

裁判區

樓梯