

壹、氣壯山河（坐氣球）【依成績排序擇優前 8 名頒發錦旗 1 面】

一、對象：七年級各班一律組隊。

二、場地：利用司令台前籃球場。

三、器材：氣球、接力棒。

四、方法與規則：

1、每隊 16 人（8 男 8 女）成一路縱隊站立於起點線後，取氣球一個（體育組統一發放），手持接力棒及氣球，於起點線，聞發令後，跑至折返椅處，置氣球於臀部坐下，至氣球爆破為止，然後跑回起點線，將接力棒傳給第 2 人，2 人開始依序動作，直至第 16 人完成返回終點線後，依所需時間長短判定名次。

2、持氣球前往折返椅時，氣球若於途中爆破（或消氣），需重新至起點拿一個新氣球再出發，若氣球於途中掉落或飛走，需自行追回再繼續未完成動作，在坐爆破動作時不得用指尖或他物刺破，否則重新試坐。

貳、一分耕耘一分收穫【依成績排序擇優前 8 名頒發錦旗 1 面】

一、對象：八年級各班一律組隊。

二、場地：利用司令台前籃球場。

三、器材：飲料、水桶。

四、方法與規則：

每隊 16 人（8 男 8 女）女生在前 8 棒，由起點開始，拿起裝有 4 瓶飲料之水桶，跑至每一標誌圈內放下一瓶飲料（需直立於標誌圈上），提著空水桶繞過折返點，再沿路收回飲料罐至水桶中，回到起點交給下一棒。

參、百發百中【依成績排序擇優前 8 名頒發錦旗 1 面】

一、對象：九年級各班一律參加。

二、場地：司令台前籃球場。

三、器材：籃球、籃子。

四、方法與規則：

1、每隊 16 人（8 男 8 女）女生在前 8 棒，成一縱隊以接力方式依序進行，以完成時間計算名次。

2、每組第一人拿球於起點線後，聽到槍聲後即出發跑至投籃區，將籃球投入置於折返點之籃內，再將投進籃內之籃球拿起，跑回起點傳於下一棒（禁止使用任何傳球方式），依序行之。

3、如球未投入籃內，將球撿回至投籃區，繼續投籃直到球投進為止。

4、投籃時，須雙腳站立於投籃區內完成投籃動作，違者加罰 10 秒。