



111 學年度聖心女中運動會秩序冊



# 天主教聖心女中 111 學年度運動會祈禱文

因父及子及聖神之名，阿們！

親愛的天主：早安！

感謝祢讓我們能平安地在聖心這個美善的園地學習，感謝祢帶領聖心會修女們來到台灣，

感謝姆姆們無私的奉獻，辛勤耕耘了這塊美善的園地。

我們知道，運動會是聖心教育重要的活動，是姆姆們培養聖心人多元能力的舞台。

請求天主，幫助我們在整個準備以及參與各項運動項目的過程中，能確實培養鍛鍊了我們的紀律、意志力、

挫折忍耐力、以及看重團體，與他人合作的能力。

在全人類在面對疫情的過程中，我們也看見紀律、意志力以及看重團體，與他人合作的能力是多麼重要。

請求天主持續幫助全人類，能以愛心和智慧，共同努力維護我們的地球，

讓地球萬物能更加健康和諧，充滿盎然生機，充滿正義與和平。

天主，感謝祢為我們創造了一個奧妙而能律動的身體；啟發人類創造了那麼多充滿力與美，且饒有趣味的運

動項目。請求您幫助我們每一位，無論是在今天的運動會，

或是在人生的競賽場上，我們都能積極奮鬥，善用您賞賜的恩典，活出精采豐富的生命。

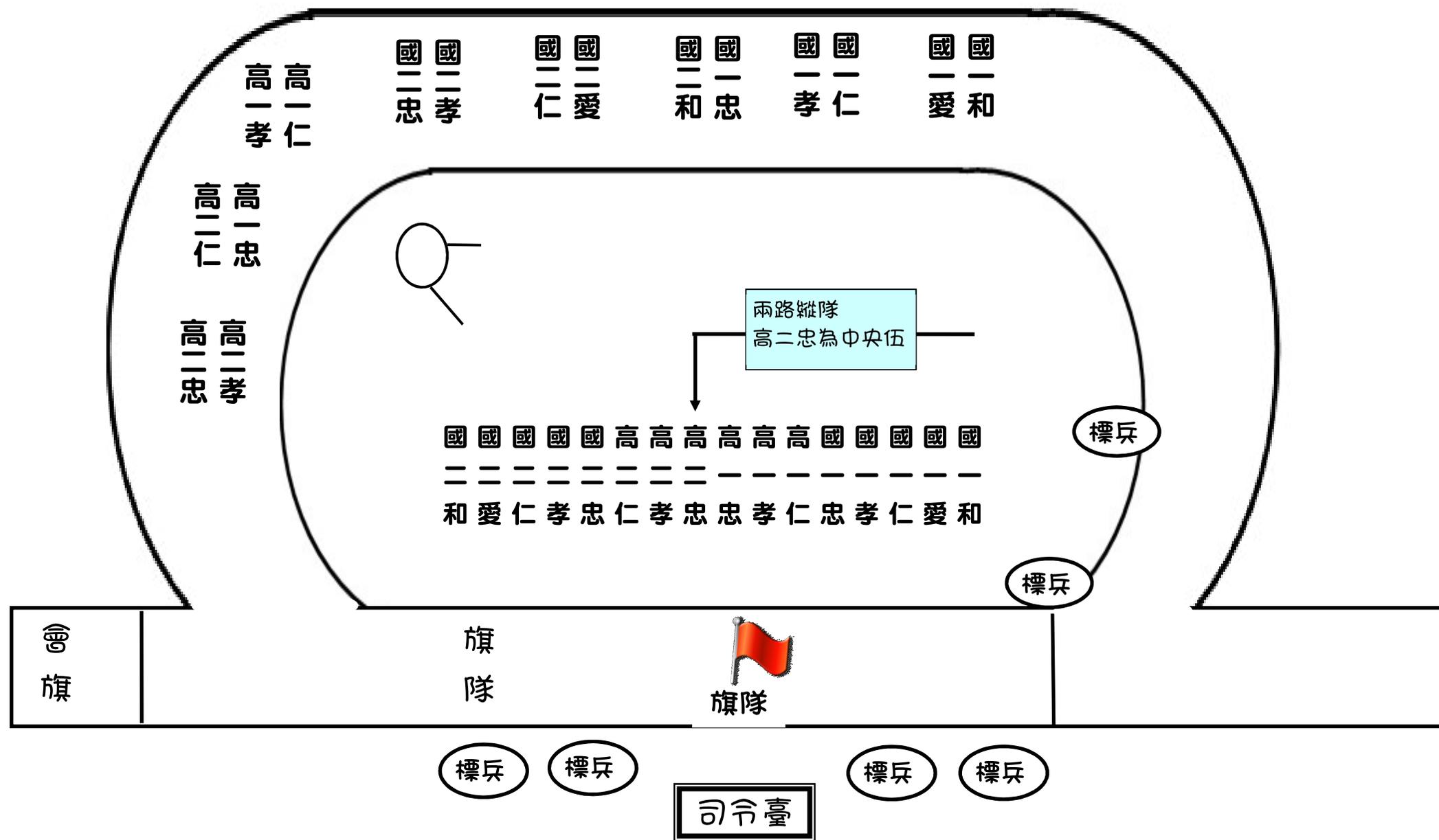
我們的祈禱是依靠主耶穌基督的聖名，因父及子及聖神之名，阿們！

# 聖心女中 111 學年度運動大會程序表

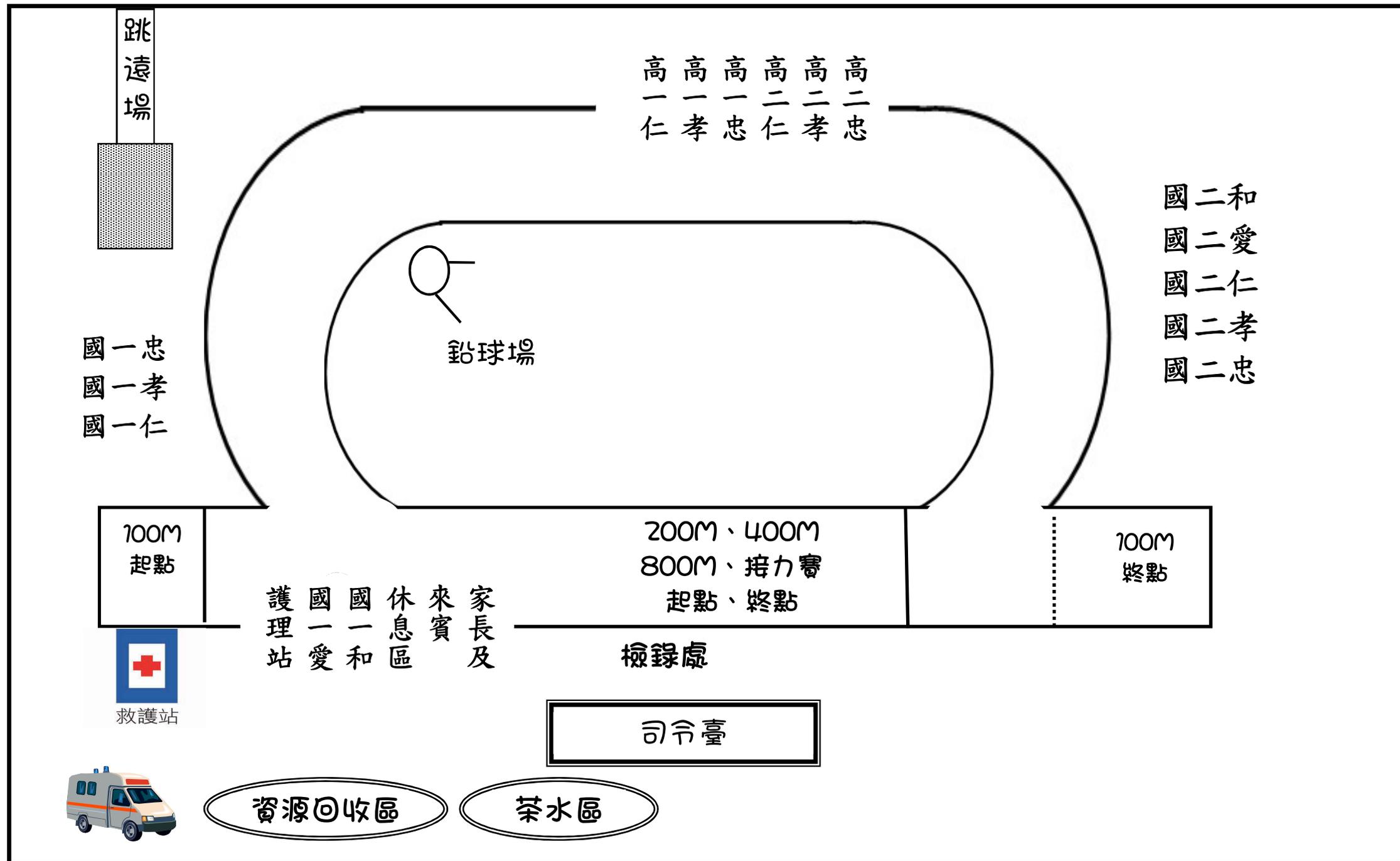
四月二十日(週四)預演+預賽				四月二十一日(週五)運動會 8:30~16:30			
【進場準備】	午休 12:45-13:05			【開幕典禮】	08:30-09:30		
【開幕典禮預演】	13:10-13:50			【啦啦隊比賽】國二、高一	09:30-10:00		
【比賽項目】	人(隊)數	組數	時間	【比賽項目】	人(隊)數	組數	時間
1. 高中 400 公尺預賽	12	3	14:00-14:20	高中組 800 公尺徒手跑	6	3	10:00
2. 國中 400 公尺預賽	20	4		國中組 800 公尺徒手跑	10	5	
3. 高中 100 公尺預賽	12	3	14:20-14:30	高中鉛球決賽/高中跳遠決賽	12	1	11:00
4. 國中 100 公尺預賽	20	4		高中 100 公尺決賽	5	1	
5. 高中 200 公尺預賽	12	3	14:30-14:50	國中 100 公尺決賽	5	1	11:10
6. 國中 200 公尺預賽	20	4		高中 200 公尺決賽	5	1	
7. 高中 400 公尺接力決賽	6	2	14:50-15:20	國中 200 公尺決賽	5	1	11:20
8. 國中 400 公尺接力決賽	10	2		高中 400 公尺決賽	5	1	
9. 高中 1600 公尺接力決賽	6	2	15:20-16:00	國中 400 公尺決賽	5	1	12:00~13:20
10. 國中 1600 公尺接力決賽	10	2		【午餐】			
1. 國中跳遠決賽	20	1	14:00	高中大隊接力決賽	6	2	13:30
2. 國中鉛球決賽	20	1	14:00	國中大隊接力決賽	15	3	
檢錄時間為各比賽前 30 分鐘，請選手準時至司令台前檢錄。				親師趣味競賽	5	1	14:30
				【閉幕典禮】	15:30--		

# 開幕典禮位置及進場順序圖

1. 開幕典禮成四路縱隊 8:00 跑道就位。
2. 高二忠孝並列，忠 45 跑道、孝 23 跑道，原地踏步時，班與班不需間隔。



# 各班休息區與相關位置



# 裁判名單 OFFICIALS

競賽裁判長 Referee：李佩貞 服務員：高三忠 黃纒帆 林恩翊 高三孝 何欣容 高三仁 方欣平

田賽裁判長 Chief field judge：曾惠雀

鉛球裁判 Shoot put：劉錫軒 林祐璋 王惠雯

服務員：高三忠 李品艾 高三孝 莊晨 高三仁 方欣平

跳遠裁判 Long jump：蔡淑華 鍾涵灝 潘雅雯

服務員：高三孝 徐可耘 楊護 何欣容 陳咨妤

徑賽裁判長 Chief track judge：張兆鴻

發令 Starter：楊凱翔 張禹晨 林恭凱 吳柏特 (Robert)

終點記錄 Recorder：許雲婷 張碩真 服務員：高三孝 王筱嵐 高三仁 蔡予昀

終點裁判 Timekeeper：林君琳 吳秀倫 黃郁苓 林沂蓁 歐陽萱 林怡婷 洛伊德 (James)

服務員：高三忠 趙泳淳 林瑀妍 張瑜庭 劉芮伶 李紫妮 林樂耘 終點攝影 Photo-finish: 高二仁 李莉庭 陳芄諭 蔡依庭

行政組：洪翠妙 服務員：高三仁 何悅寧 張芸禔 楊悅盈

檢錄 Clerk of the course：崔素玲 聶伊華 陳孜榕 謝思恩

服務員：高三忠 李芮安 林欣儀 廖藝芯

成績組：陳睿嫻 林珉帆 服務員：高三忠 連嫻晴 閻昱淇 蘇塘芝 吳羽涵

頒獎組：黃子寧 王寵惠 攝影組：林宇涵 徐孟暉

服務員：高三忠 邵紫珊 李明蓁 高三孝 杜佳蓉 高三仁 蕭穎 江庭鈺

檢 查 長：林子傑

司 令 台 Announcer：張逸如 陳鳳幼 曾惠雀

精 神 總 錦 標 評 審 魏雪玲 陳瑞璋 鐘明媛 劉姮邑 王嫵蘋 林子傑 張逸如  
啦 啦 舞 評 審 魏雪玲 陳瑞璋 鐘明媛 張逸如 吳秀倫 蔡淑華 陳鳳幼

環 境 衛 生 組 池佳芳 薛宇傑  
護 理 組 潘玉芬 服務員：高二孝 林巧淇 楊岳昕 蕭佑恩

會 場 安 全 巡 邏 陳瑞璋 林子傑  
大 隊 指 揮 高二忠 蔡禹彤 高二孝 朱家儀 高二孝 林珊圻  
司 儀 高一忠 陳品如 國二仁 蔡姿涵 運動會禱文宣讀 國一愛郭騏樂  
會 旗 進 場 國二孝 張芷綾 國二仁黃謙卉 國二愛林秉禎  
國二愛 高翊琦 國二和溫家君 高一孝江心彤 預備 高一仁 連宥涵

旗 運 動 員 宣 誓 國一忠 李芄沁 國二愛蔡葦祈  
旗 隊 高二忠 王偲宇  
高二孝 郭妍萱 陳采煊 王靜瑜  
高一孝 林 琦 洪芯淇  
高一孝 王立穎 高一仁 張郢珈  
標 兵 高一仁 呂心瑜 曾惠渝 吳思涵 廖文羽

秩 序 冊 封 面 設 計 高三仁 楊滄晴  
運 動 會 獎 牌 設 計 高三仁 楊雨潔



# 運動員須知 Guidelines for Participants

1. 號碼布應事先以別針別於運動服胸前，不得配戴於其他部位。請遵守運動服儀規定，勿配戴手飾、耳環或其他影響比賽進行的物品，裁判有權取消比賽資格。
2. 各項運動比賽時間均在秩序冊內明確規定，若大會臨時更改比賽時間，以報告員口頭報告為準；運動員應注意司令臺上報告比賽項目之宣布，於比賽前二十分鐘到檢錄處等候點名，點名三次不到作棄權論。
3. 檢錄處設於司令台前，運動員點名後，應靜候檢錄員整隊入場，不得凌亂，嚴禁非參賽選手趁機隨入，且比賽中不得引導助跑。
4. 田賽選手直接至田賽場地檢錄，如遇田賽與徑賽同時舉行，應向田賽裁判請假，先參加徑賽。
5. 徑賽比賽時不得有人陪跑，否則立即取消該比賽選手參賽權或成績。
6. 每項決賽完畢後，立即頒獎，優勝運動員於該項成績宣布後，在司令臺前等待領獎。
7. 大會臨時救護站設於司令台旁，受傷與身體不適者請到救護站。
8. 遇特殊情形，未經規定者，須接受裁判及場地老師之指導。
9. 徑賽道次分組按秩序冊之編列舉行，不再舉行抽籤。
10. 不得有冒名頂替情事發生，違者將取消資格並依校規處分。

# 競賽注意事項 Notice



1. 參賽同學以號碼布進行檢錄，用別針別在胸前(別針請各班用完後，運動會結束回收至學務處)。
2. 本次舞動操邀請全體親師生參加。
3. 比賽規則皆採國際田徑規則:偷跑.超出接棒區，取消比賽資格。
4. 100 公尺、200 公尺、400 公尺等個人賽，請分跑道，不可搶跑道，犯規一律取消資格。
5. 徑賽皆採計時賽，田賽項目依項目測量，比賽有異議時，由競賽裁判長裁決。

		100 公尺	200 公尺	400 公尺	4*100 公尺接 力	4*400 公尺接 力	800 公尺徒手 跑	鉛球	跳遠
晴天	預賽	V	V	V				V	V
	決賽	V	V	V	V	V	V	V	V
雨備	計時決賽	各組比賽成績直接為決賽成績。							

6. 若大隊接力與 800 公尺徒手跑比賽檢錄時與報名表之選手不符，則該項成績加秒數 (15 秒/1 人)
7. 800 公尺徒手跑各班同學可事先邀請導師、任課老師、家長一起參加。每班以最後到達終點選手秒數為該班計時成績 (報名選手會穿著背心)。註：運動會歡迎各位老師及家長參與各班 800 公尺徒手跑及趣味競賽。
8. 所有徑賽不可有同學陪跑，否則扣該班精神總錦標分數每次 0.5 分。
9. 各項接力請注意接棒要點，違者取消比賽資格。

接力項目	參賽人數	比賽說明
4*100M 接力	4 人，預備 2 人	分跑道，不可搶跑道。
4*400M 接力	4 人，預備 2 人	第一棒分跑道，不可搶跑道。 第二棒可搶進內道。 第三、四棒請依序於接棒區等後接棒，不分道。
2000M 大隊接力	20 人，預備 3 人	第一、二棒分跑道，不可搶跑道。 第三棒可搶進內道。 其它棒次請依序於接棒區等後接棒，不分道。

10. 比賽選手若有項目檢錄衝突時，以徑賽優先，田賽則請派員至該場地找裁判老師請假。

11. 運動大會除單項田徑賽取名次外，其餘班級團體獎項及獎勵如下，請參考：

錄取方式	高中組	國中組
精神總錦標(1名)	錄取一名，頒發獎盃、大蛋糕(或點心)	錄取一名，頒發獎盃、大蛋糕(或點心)
田徑總錦標(依班級數錄取前50%)	取前三名，頒發獎盃、大蛋糕(或點心)	取前五名，頒發獎盃、大蛋糕(或點心)
單項競賽(8組以下錄取4名，每2組增減1名)	取前四名，1-3名獲獎牌、獎狀，第4名獲獎狀	取前五名，1-3名獲獎牌、獎狀，4-5名獲獎狀
4*100M、4*400M 接力(依班級數錄取前50%)	取前三名，1-3名獲獎牌、獎狀	取前五名，1-3名獲獎牌、獎狀，4-5名獲獎狀
八百徒手跑、大隊接力(8班以下錄取1名，每2班增1名)	錄取一名，頒發獎盃、獎狀、獎品	錄取二名，第一名頒發獎盃、獎狀、獎品，第二、三名頒發獎狀、獎品
啦啦隊(4班以下錄取1名，每1班增1名)	錄取一名，頒發錦旗、獎品	錄取二名，頒發錦旗、獎品
校園長跑(指定組、自由組)(8班以下錄取6名，每1班增減1名)	取前六名，1-3名獲獎牌、獎狀，4-6名獲獎狀	取前十名，1-3名獲獎牌、獎狀，4-8名獲獎狀
破大會紀錄	獲頒獎牌、獎狀、獎品	獲頒獎牌、獎狀、獎品

**12. 田徑總錦標計分法【各單項、400M 接力、1600M 接力、成績之累積分數】 + 【八百徒手跑、大隊接力】 + 【校園長跑指定組】**

	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名	第七名	第八名	第九名	第十名
國中校園長跑(指定組) 800M 徒手跑、2000 大隊接	9	7	6	5	4	3	2	1	1	1
國中單項田徑 國中 400 接、1600 接	6	4	3	2	1					
高中校園長跑(指定組) 800M 徒手跑、2000 大隊接	7	5	4	3	2	1				
高中單項田徑 高中 400 接、1600 接	5	3	2	1						

**13. 精神總錦標-記分方式**

場外啦啦隊 40%、集合進場精神 30%、會場秩序 15%、休息區整潔 15%

班上出席表現(扣總分) 1. 事假一人扣 1 分，傷、病假未來校扣 0.5 分，喪假公假特殊個案不扣分，無故棄權扣 2 分。 2. 無故離開比賽規定區域，一人扣 0.5 分。

**14. 其他部分提醒**

- 運動會為學校正式活動課程，為鼓勵健康飲食及環保行動落實，禁帶瓶裝飲料及零食(司令台後方有兩部飲水機及熱茶水)，請同學勿請家長購買茶、飲料到校，並禁止同學攜帶漫畫、電玩、3C 產品，當天各班手機仍須依規定寄放，違規者依校規處分。
- 各班發三張照相證，請導師指導同學使用。三張照相證運動會結束後請交回學務處。
- 當天除受邀貴賓、家長及本校校友外，不開放校外人士來校，不得攜帶寵物到校，以利校園安全及人員有效管控，請同學配合。

# 田賽 Field event (高中組)



## 高中跳遠 Long jump

預賽共 12 人 取 8 名

預賽成績併入決賽計算

取 4 名

高一忠	林新雨	605	高一忠	趙宥靜	614	高一孝	林芷吟	630	高一孝	董宥言	640	高一仁	呂心瑜	653
高一仁	游舒晴	661	高二忠	王偲宇	705	高二忠	周庭禕	709	高二孝	朱家儀	727	高二孝	黃筠絜	740
高二仁	吳品萱	751	高二仁	李映漩	753									

## 高中鉛球 Shoot put

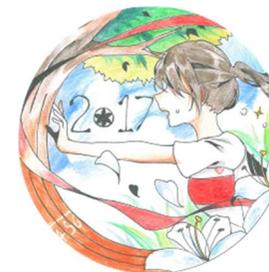
預賽共 12 人 取 8 名

預賽成績併入決賽計算

取 4 名

高一忠	林育嫻	604	高一忠	陳彥蓉	612	高一孝	許巧禎	636	高一孝	陳怡樺	637	高一仁	吳思涵	652
高一仁	呂柔儀	654	高二忠	陳榆嫻	713	高二忠	賴芊穎	716	高二孝	張芯瑜	732	高二孝	劉思妤	741
高二仁	陳琳	756	高二仁	潘思錡	760									

# 徑賽 Track event ( 高中組 )



高中 100M 預賽 共 3 組，取 5 名 決賽 共 5 人，取 4 名

	第一道			第二道			第三道			第四道			第五道		
1	高一忠	洪芊嫻	606	高二孝	謝旻彤	616	高二忠	王鈺涵	626	高一孝	林琦	628			
2	高一仁	林詩婷	655	高一忠	陸宣聿	659	高二仁	陳照穎	704	高二忠	吳逸恆	707			
3	高二孝	張可人	731	高一仁	鄭侑欣	742	高一孝	李欣晏	752	高二仁	鄭瑾又	762			
決賽															

高中 200M 預賽 共 3 組，取 5 名 決賽 共 5 人，取 4 名

	第一道			第二道			第三道			第四道			第五道		
1	高二仁	莊沛芸	766	高一孝	江心彤	627	高二孝	李恩	728	高一仁	張夢涵	656			
2	高二忠	胡恬睿	711	高二仁	董恩慈	759	高一仁	吳佳豫	651	高一忠	鍾沂安	617			
3	高一孝	林芷吟	630	高二忠	李心妮	708	高一忠	留曼珈	608	高二孝	林姍圻	729			
決賽															

高中 400M 預賽 共 3 組，取 5 名 決賽 共 5 人，取 4 名

	第一道			第二道			第三道			第四道			第五道		
1	高一孝	施淳均	632	高二忠	胡詠甯	702	高一忠	張亦漩	609	高二孝	郭妍萱	735			
2	高一仁	廖文羽	663	高二孝	洪佳妤	730	高一孝	林恩珮	631	高二仁	絲佑琳	757			
3	高一仁	連宥涵	657	高二忠	張舒涵	703	高一忠	陳玟佳	610	高二仁	林秉祈	755			
決賽															

### 高中 4X100M RELAY

共 2 組 , 計時決賽取 3 名

	第一道		第二道		第三道		第四道		第五道
1			高二仁		高一孝		高二忠		
2			高二孝		高一忠		高一仁		

### 高中 4X400M RELAY

共 2 組 , 計時決賽取 3 名

	第一道		第二道		第三道		第四道		第五道
1			高一孝		高二忠		高二仁		
2			高一忠		高一仁		高二孝		

### 高中 20X100M RELAY

共 2 組 , 計時決賽取 1 名

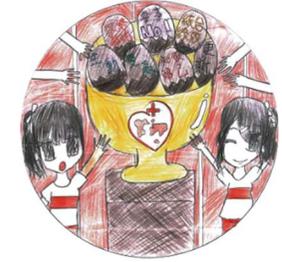
	第一道		第二道		第三道		第四道		第五道
1			高二忠		高一忠		高一孝		
2			高二孝		高一仁		高二仁		

### 高中 800M 徒手跑

共 6 班 , 計時決賽取 1 名

	第一道		第二道		第三道		第四道		第五道
1	高二忠	13 人	高二孝	18 人	高二仁	19 人			
2	高一忠	17 人	高一孝	19 人	高一仁	19 人			

# 田賽 Field event (國中組)



## 國中跳遠 Long jump

預賽共 20 人 取 8 名

預賽成績併入決賽計算

取 5 名

國一忠	彭澄心	108	國一忠	董睿晴	111	國一孝	張倩瑄	132	國一孝	劉恩彤	138	國一仁	何奕沛	142
國一仁	陳宥瑄	148	國一愛	張心愛	165	國一愛	賴菱瑄	174	國一和	吳語恩	182	國一和	葉修妤	194
國二忠	林羿瑄	206	國二忠	林豫家	207	國二孝	陳禾芹	228	國二孝	陳美恩	230	國二仁	倪子涵	245
國二仁	葉子瑜	250	國二愛	吳芷櫻	262	國二愛	林品辰	265	國二和	廖宇樂	291	國二和	賴品言	293

## 國中鉛球 Shoot put

預賽共 20 人 取 8 名

預賽成績併入決賽計算

取 5 名

國一忠	李曼慈	101	國一忠	陳亮妤	107	國一孝	林思佑	126	國一孝	魏詩芸	140	國一仁	莊濰瑄	147
國一仁	歐玉婷	153	國一愛	陳湘晴	170	國一愛	鐘思萱	175	國一和	李忻靜	184	國一和	劉璐	195
國二忠	吳昕潔	203	國二忠	洪子喬	208	國二孝	張巧溱	225	國二孝	羅芊羽	234	國二仁	張羽彤	246
國二仁	葉子瑜	250	國二愛	高翊琦	268	國二愛	陳芄聿	273	國二和	呂音誼	282	國二和	李子寧	283

# 徑賽 Track event ( 國中組 )



## 國中 100M

預賽 共 4 組 · 取 5 名

決賽

共 5 人 · 取 5 名

	第一道			第二道			第三道			第四道			第五道		
1	國一忠	李莞沁	102	國二愛	林秉禎	264	國二孝	張芷綾	226	國一和	李芷綺	183	國一仁	何奕沛	142
2	國一仁	陳芊予	150	國一忠	黃姿寧	110	國二愛	孫渝涵	267	國二孝	曾繁星	235	國一和	陳若芸	190
3	國二忠	張丞亞	209	國一愛	張心愛	165	國一孝	劉恩彤	138	國二和	周光引	285	國二仁	陳貞諺	247
4	國二仁	黃靖霽	248	國二忠	蔡心瑜	214	國一愛	葉芸均	173	國一孝	盧潔霓	139	國二和	劉奕伶	294
決賽															

## 國中 200M

預賽 共 4 組 · 取 5 名

決賽

共 5 人 · 取 5 名

	第一道			第二道			第三道			第四道			第五道		
1	國二和	林宥辰	286	國一孝	華子瑜	134	國一愛	林禹璽	163	國二忠	黃子如	212	國二仁	鄭安喬	255
2	國二仁	黃謙卉	249	國二和	吳馥蓉	281	國一孝	施議涵	129	國一愛	李潔心	161	國二忠	吳昕潔	203
3	國一和	劉書妤	196	國二孝	楊安妮	232	國二愛	蔡葦祈	277	國一忠	羅少彤	115	國一仁	劉均廷	152
4	國一仁	張芝瑄	145	國一和	陳亭羽	189	國二孝	陳映璇	229	國二愛	楊依橙	274	國一忠	張芷綺	105
決賽															

## 國中 400M

預賽 共 4 組 · 取 5 名

決賽

共 5 人 · 取 5 名

	第一道			第二道			第三道			第四道			第五道		
1	國二和	張書寧	288	國二仁	吳至芸	241	國二忠	周言芯	205	國一愛	郭騏樂	166	國一孝	官安琪	125
2	國二孝	洪靖恩	223	國一和	游子平	191	國一仁	葉怡霽	151	國一忠	謝凱昕	114	國二愛	潘姿宇	276
3	國一和	余佳恩	181	國一仁	林辰璟	144	國一忠	林怡彤	103	國二愛	許琇鈞	271	國二孝	李昀庭	222
4	國一孝	張品萱	131	國二和	溫家君	290	國二仁	林沅萱	243	國二忠	黃苗晴	213	國一愛	陳柔蓁	169
決賽															

**國中 4X100M RELAY**

共 2 組 , 計時決賽取 5 名

	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道
1	國一忠	國一仁	國一和	國二孝	國二愛
2	國一孝	國一愛	國二忠	國二仁	國二和

**國中 4X400M RELAY**

共 2 組 , 計時決賽取 5 名

	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道
1	國二和	國二忠	國一孝	國一愛	國二仁
2	國二愛	國一和	國一忠	國一仁	國二孝

**國中 20X100M RELAY**

共 2 組 , 計時決賽取 2 名

	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道
1	國一孝	國一和	國一忠	國二仁	國二愛
2	國二孝	國二和	國一愛	國一仁	國二忠

**國中 800M 徒手跑**

共 10 班 , 計時決賽取 2 名

1	國二忠 16 人	國二孝 17 人	國二仁 16 人	國二愛 14 人	國二和 19 人
2	國一忠 16 人	國一孝 17 人	國一仁 17 人	國一愛 16 人	國一和 17 人



# 聖心女中歷年運動會紀錄 Records

112/04/06 製表



		田 賽				徑 賽								
		跳高	跳遠	鉛球	手榴彈 擲遠	100 公尺	200 公尺	400 公尺	80M 低欄	校園 長跑	4*100M 接力	4*400M 接力	2000M 接力	800M 徒手跑
高中部	保持者	林宜屏	林念臻	許瑜倩	楊其華	高一孝 郭芳雨	林靜宜	高一孝 郭芳雨		高一孝 陳羿君	高一仁 沈昀瞳 周耘巨 陳威如 劉 遠	高一仁 蔡瑜庭 楊容瑄 王庭芸 劉 遠	高一仁 導師:柯瓊瑜 師	高二忠 導師:林沂蓁 師
	記 錄	140cm	4.49m	9.36m	42.34m	13"91	29"88	1' 10" 57		6' 05" 27	1' 00" 24	5' 09" 52	5' 17" 70	3' 44" 59
	學年度	87	91	90	79	99	91	99		97	102	102	102	99
國中部	保持者	林修羽	張淑琪	周美玲		國二孝 林文婷	林念穎	游伊君	張家敏	國一忠 林維真	國三孝	國三忠 林維真 林宜嫻 李婉瑜 陳曉萱	國二忠	國二忠 導師:楊雯茜 師
	記 錄	144cm	4.15m	11.68m		13"71	30"09	1' 13" 10	14"	6' 02" 34	59" 3	5' 11" 84	5' 17" 28	3' 46" 18
	學年度	88	66	69		101	90	81	82	97	75	99	90	110



運動會最好玩了，  
大家開心享受，  
我會一直為你們加油!!

聖心女中創校校長 孫知微修女  
1927.5.14 --- 2023.3.30