

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國

112 年度第 9 屆全國高級中等學校古詩詞曲文吟唱比賽實施計畫

壹、依據

- 一、本計畫依據搶救國文教育聯盟中華民國 111 年 11 月 20 日搶救國文教育聯盟字第 1111120023 號函申請，教育部國民及學前教育署發文日期:中華民國 111 年 12 月 14 日 發文字號:臺教國署高字第 1110169147 號函。

貳、實施目的

- 一、鼓勵學生「與經典同行，與聖賢為友」，提倡「溫柔敦厚」詩教，體行孔子「興於詩，立於禮，成於樂」之教化。
- 二、學習古調或今聲之詩歌吟唱，增進文學涵養、生活藝術，促進身心健康。
- 三、提高學生國語文程度，增進學生學習詩歌興趣，並傳承優美文化。

參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：搶救國文教育聯盟
- 三、合辦單位：社團法人中華傳統文化儒釋道教育學會
- 四、協辦單位：中原大學、新北市教育局、國語文學科中心、教改總體檢論壇、國立東華大學教育委員會、教育部技術型高級中等學校國語文推動中心、唐山書店/出版社、三民書局、商周出版社、爾雅出版社、萬卷樓圖書公司、國文天地雜誌社、洪範書店、遠流出版事業股份有限公司、大地出版社、台北市全球讀經教育基金會、遠見·天下文化教育基金會、文訊雜誌社、孫文學校、五南圖書出版股份有限公司、財團法人世界環境教科文基金會、中庸實踐學會、台灣國際經典文化協會、文史哲出版社、讀書共和國出版集團、九歌出版社。

肆、比賽組別

- 一、個人組：全國公私立高中職，每校一至六位學生參加
- 二、團體組：全國公私立高中職，每校一組至兩組學生參加
複賽及決賽至少 5 人，至多 40 人（含樂隊配舞）。
- 三、初賽請各校自行辦理，並擇優薦送參加複賽；各區複賽特優者三名參加決賽。
- 四、各區範圍如下：

區別	範圍
北區	基隆市、臺北市、新北市、桃園市、新竹市、新竹縣、宜蘭縣、花蓮縣
中區	苗栗縣、臺中市、南投縣、彰化縣、雲林縣
南區	嘉義市、嘉義縣、臺南市、高雄市、屏東縣、臺東縣、澎湖縣、金門縣、連江縣

伍、比賽時間

- 一、初賽：即日起至 112 年 4 月 5 日(星期三)前完成
- 二、複賽：112 年 5 月 6 日（星期六）上午 9 時至下午 4 時
- 三、決賽：112 年 6 月 1 日（星期四）下午 1 時至下午 6 時

陸、比賽地點

- 一、初賽：全國公私立高級中等學校
- 二、複賽：
 - (一) 北中南三區：臺北市金山南路 2 段 235 號和平大苑 L2 宴會廳
- 三、決賽：臺北市金山南路 2 段 235 號和平大苑 L2 宴會廳
或國立臺灣師範大學圖書館地下一樓國際會議廳
臺北市大安區和平東路 1 段 129 號
或財團法人張榮發基金會十一樓國際會議中心
(臺北市中正區中山南路 11 號 11 樓)

柒、報名方式

- 一、請於 112 年 2 月 1 日(星期三)至 4 月 7 日(星期四)下午 5 時止，將報名表、授權書、自選內容、曲譜寄至「臺北市大安區金山南路 2 段 239 號

10樓 搶救國文教育聯盟 李素真 收」；信封請註明「參賽項目、區別」，以郵戳為憑。

二、請於112年4月7日(星期五)前將「報名表、自選題及內容」以WORD檔寄至以下信箱，主旨請註明「參賽項目、區別、組別」：

執行長李素真 rdsc8yahoo.com.tw

秘書季節 r01322033@gmail.com

三、請於期限內把資料寄至主辦單位俾利後續作業，逾期不受理。

四、報名資訊送出後請用電話聯繫確認(電話：02-23581689、0921-103061)。

捌、比賽方式

一、一律用國語吟唱。

二、吟唱曲目：

甲組

(一) 個人組：抽選題(指定題)、自選題

(二) 團體組：自選題

1、抽選題：曲目請參考附件1

2、自選題：

1. 參賽者(各校)自行選定篇目，請將內容1式9份(一律用A4紙橫式直書，字型大小為14到16級，請勿留學校及學生姓名)，連同報名表寄至主辦單位；篇目及內容曲譜上傳至報名網頁。

2. 自選題曲目包含國中、高中國文課本及課外之詩、詞、曲、文、賦、贊、書、箴、歌、銘……。(參考附件2)

(三) 比賽當日依序於出場比賽前十分鐘抽指定題目。

(四) 比賽時請說明吟唱調名或作曲者。

三、吟唱時間：

(一) 複賽、決賽

1、個人組：抽選題以5分鐘為限(不足5分鐘不扣分，時間到即下臺)。

自選題以4到5分鐘為限。凡超過或不足限定時間，每30秒扣總平均1分，不足30秒以30秒計。

2、團體組：以6至到8分鐘為限(由吟唱者第1人踏上臺階起至最後1人離開舞臺止)，超過或不足限定時間，

每 30 秒扣總平均 1 分，不足 30 秒以 30 秒計，累計扣分。

(二) 配樂 (舞)

- 1、吟唱進行時，為強化效果，團體組得視吟唱內容酌備道具及配樂 (舞)，樂 (舞) 限由該校在學學生演出。
- 2、個人組亦可有伴奏配樂，惟限由該校在學學生演出，以不超過 3 人為原則。個人組伴奏學生不得參與和聲及吟唱，凡有違規情事者，一律不予評分 (自彈自唱不在此限)。
- 3、請自備相關樂器，主辦單位不提供任何樂器。

乙組:個人組

一、比賽方式

(1)指定題:於附件 1 之指定題篇目中，自行選擇**至少二篇**:絕句一首和律詩一首**或詞一闕**。

(2)自選題:自由選擇，但不能同於指定之篇目。

以線上錄影方式參賽。報名時先註明組別區別，依規定交報名表。

(看報名方式)。再於複賽前指定日期交報名表和光碟或隨身碟等資料。

1. 參賽者 (各校) 指定題自選和自選題篇目，請將內容 3 式 3 份 (一律用 A4 紙橫式直書，字型大小為 14 到 16 級，請勿留學校及學生姓名)，連同報名表寄至主辦單位；篇目及內容曲譜上傳至報名網頁。

2. 自選題曲目包含國中、高中國文課本及課外之詩、詞、曲、文、賦、贊、書、箴、歌、銘…。(參考附件 2，不侷限，可以自行選擇)

二、吟唱時間：

(一) 複賽

1、個人組：指定題以 5 分鐘為限 (不足 5 分鐘不扣分)。

自選題以 4 到 5 分鐘為限。凡超過或不足限定時間，每 30 秒扣總平均 1 分，不足 30 秒以 30 秒計。

自選題以 4 到 5 分鐘為限。凡超過或不足限定時間，每 30 秒扣總平均 1 分，不足 30 秒以 30 秒計，

累計扣分。評分標準同下。

獎勵辦法:北中南三區各錄取特優、優等各三名及甲等若干名，並頒發獎狀及獎品紀念品以資鼓勵，但不再晉級決賽。

(三) 抽籤

1、複賽抽籤時間：112 年 4 月 10 日 (星期一) 下午 2 時

- 2、決賽抽籤時間：112年5月9日（星期二）下午2時
- 3、請各校派代表至「搶救國文教育聯盟」會議室公開抽籤決定序號，未親自到場者由主辦單位代為抽籤，不得有異議。
- 4、比賽當日未按序號上臺者，視同棄權。

玖、評選標準

一、評比項目與比例

組別	評比項目	比例
個人組	(一)情韻	50%
	(二)聲調、音色	30%
	(三)儀態	20%
團體組	(一)情韻	50%
	(二)聲調、音色	30%
	(三)儀態	10%
	(四)配樂 舞蹈、創意表現	10%

創作特別獎

二、評決方式與流程

- (一) 每位評審依前述比例給分，採百分制計分。
- (二) 蒐集評審評分表統計總分後，依評審人數平均分數，如需扣分，以扣分後所得之分數，與其他參賽者評比應得名次。

拾、獎勵

一、複賽：甲組乙組個人組及團體組各錄取特優三名、優等各三名及甲等若干名，並頒發獎狀及獎品以資鼓勵，獲獎學生及指導老師，請各校予以敘獎。

二、決賽：

- 1、個人組及團體組錄取一到六名，餘為榮譽獎，並頒發獎狀、及獎品以資鼓勵，獲獎學生及指導老師，請各校予以敘獎，主辦單位亦報請教育部國民及學前教育署頒發獎狀。
- 2 創作獎學生作曲，特殊精彩者，頒發獎狀，及獎品以資鼓勵，獲獎學生及指導老師，請各校予以敘獎，主辦單位亦報請教育部頒發獎狀。）

- 2、榮獲前三名學校有功人員由主辦單位報請教育部敘獎。
- 3、榮獲決賽第一名至第六名及榮譽獎，主辦單位報請國教署頒發指導老師獎狀。

拾壹、聯絡資訊

一、主辦單位：「搶救國文教育聯盟」

1、執行長暨比賽專案執行長 李素真老師

電話：0921-103061

LINE ID 0921103061

Email：rdsc8@yahoo.com.tw、rdsc8.lee@msa.hinet.net

2、秘書 季節

電話：0921-103161

Email：r01322033@gmail.com

3、網站：較短網址 <https://bit.ly/rescuechinesetaiwan>

一般網址 <https://sites.google.com/site/rescuechinese/>

二、合辦單位：社團法人中華傳統文化儒釋道教育學會

1、王鳳英小姐 電話：02-27054032

三、協辦單位

1、臺北市立中山女子高級中學視聽中心 鍾榮賢老師

電話：02-25073148 轉 286 手機 0931092239 LINE ID:12112002line

Email：chungpatrick1124@gmail.com

拾貳、其他

- 一、請詳閱比賽計畫及遵守附件之注意事項，參賽時遵守秩序及比賽規則。
- 二、相關訊息公告於「搶救國文教育聯盟」網站。請於青年節、清明節起，留意「搶救國文教育聯盟」網站 112 年第九屆比賽專欄。
- 三、第一屆至第八屆決賽精采內容，已掛載於「搶救國文教育聯盟」網站。
- 四、因疫情，為減少學生老師北上舟車風險，除第一次正式報名參賽，複賽三區甲組乙組都採線上錄影比賽方式。於五月六日複賽當天邀請評審委員現場評比完成比賽，成績揭曉後公告成績及晉級決賽名單學校。
- 五、決賽原則採現場比賽方式。但須視三四五月初疫情決定。如果改為線上錄影比賽，將通告決賽替代方案，主辦單位同步監控錄影方式比賽，則評審地點等，將會隨之改變。請於三月二十九日(星期三)起，特別注意「搶救國文教育聯盟」公告。
- 六、本計畫若有未盡事宜，得另公告補充規定。

附件 1

複賽及決賽抽選吟唱篇目

序號	篇目
詩	
1	五絕（平起）賈島 劍客
2	五絕（仄起）杜甫 八陣圖
3	七絕（平起）王昌齡 出塞
4	七絕（仄起）朱熹 觀書有感 袁枚 兒鬢「手製羹湯強我餐，略聽風響怪衣單。 分明兒鬢白如許，阿母還當襁褓看。」
5	五律（平起）李白 送友人
6	五律（仄起）白居易 別州民 「耆老遮歸路，壺漿滿別筵。甘棠無一樹，那得淚潸然？稅重多貧戶，農飢足旱田。唯留一湖水，與汝救凶年。今春，增築錢唐湖堤，貯水以防天旱，故語」 蔣士銓 歲暮到家 「愛子心無盡，歸家喜及辰。寒衣鍼線密，家信墨痕新。見面憐清瘦，呼兒問苦辛。低回愧人子，不敢歎風塵。」
7	七律（平起）曹雪芹 自題紅樓夢詩「浮生著甚苦奔忙」 李白 登金陵鳳凰臺
8	七律（仄起）陸游 書憤 杜甫 蜀相
詞	
1	李煜 虞美人「春花秋月何時了…」
2	李清照 武陵春「風住塵香花已盡…」
3	蘇軾 浣溪沙「山下蘭芽短浸溪，松間沙路淨無泥，蕭蕭暮雨子規啼。 誰道人生無再少？門前流水尚能西，休將白髮唱黃雞。」
4	辛棄疾 西江月「明月別枝驚雀…」

按：乙組複賽指定吟唱篇目（自行於附件 1 中任選絕句和律詩各一首或詞一闕）

附件 2

吟唱主題（僅供參考，可自行選擇，不與指定題相同為原則）

序號	篇目
詩	
1	詩經 蓼莪、蒹葭、黍離、采芣
2	屈原 國殤、橘頌
3	漢詩 飲馬長城窟行、行行重行行、迢迢牽牛星
4	漢古越歌謠「君乘車，我戴笠，他日相逢下車揖。君擔簦，我跨馬，他日相逢為君下。」 木蘭詩 刺勒歌
5	陶淵明 雜詩
6	李白 長干行 悲歌行 山中與幽人對酌 結韃子 月下獨酌四首(其一「花間一壺酒」其二「天若不愛酒，酒星不在天」將進酒)
7	李白黃鶴樓送孟浩然之廣陵 關山月 蜀道難 對酒憶賀監山中問答
8	杜甫 登高 秋風吹破茅屋歌 飲中八仙歌 春望 兵車行 貧交行
9	杜甫 旅夜書懷 夢李白 贈衛八處士 天末懷李白 春日懷李白…
10	白居易 琵琶行 戲答諸少年 池鶴八絕句 草 山中獨吟 少年問 問少年 白鷺 感興二首 讀史五首 百鍊鏡 醉後狂言酬贈蕭殷二協律 詠懷詩 齊物詩二首 浪陶沙
11	岑參 逢入京使 走馬川奉送封大夫出師西征 王之煥 登鸛雀樓
12	韓愈 條山蒼詩
13	呂巖 絕句「獨上高峰望八都，黑雲散後月還孤， 茫茫宇宙人無數，幾個男兒是丈夫？」 絕句「少飲欺心酒，休貪不義財。福因慈善得，禍向巧姦來。」
14	王維 九月九日憶山東兄弟 烏鳴澗 鹿柴 相思 雜詩 輞川閒居贈裴秀才迪 贈裴迪詩「不相見，不相見來久，日日泉水頭」
15	柳宗元 江雪 漁翁
16	翁承贊書齋謾興二首「池塘四五尺深水，籬落兩三般樣花。過客不須頻問姓？讀書聲裡是吾家。 官事歸來衣雪埋，兒童燈火小茅齋。人家不必論貧富，唯有讀書聲最佳。」
17	杜牧 烏江亭 贈別
18	唐玄宗 經鄒魯祭孔子而嘆之
19	李商隱 夜雨寄北 劉禹錫 烏衣巷 李賀 7391 李咸用〈送從兄坤載〉「忍淚不敢下，恐兄情更傷。別離當亂世，骨肉在他

	鄉。語盡意不盡，路長愁更長。那堪回首處，殘照滿衣裳。」
20	范仲淹 赴桐廬郡淮上遇風 「棹危於葉，旁觀亦損神。他時在平地，無忽險中人。」寄鄉人.. 范仲淹<滕子京魏介之二同年相訪丹楊郡> 「…功名若在天，何必心區區。莫競貴高路，休防讒嫉夫。孔子作旅人，孟軻號迂儒。…」<古鑑> 「磨此千年鑑，朱顏清可覽。君看日月光，無求照人膽。」 送黃灝員外「自古榮華渾一夢，即時歡笑敵千金。」
21	蘇軾 和子由澠池懷舊 獄中寄子由 寒食雨、六月二十日夜渡海自題金山畫像「心似已灰之木，身如不繫之舟。問汝平生功業?黃州、惠州、儋州。」冬景 花影
22	朱熹 偶成
23	文天祥 過零丁洋詩 正氣歌並序
24	黃庭堅 寄黃幾復
25	陸游 示兒詩
26	王陽明 示諸生 睡起偶成「起向高樓撞曉鐘」
27	水滸傳「赤日炎炎似火燒，野田禾稻半枯焦，農夫心內如湯煮，公子王孫把扇搖。」
28	吳敬梓 儒林外史題詩(「不敢妄為些子事，」)
29	袁枚 范希文 題畫白頭翁 兒鬢 遣興 蠹魚嘆 病起「病起深知萬事空，玉樓已去又迴車。玉皇問我何留戀?尚有人間未讀書。」
30	曹雪芹紅樓夢題詩(「滿紙荒唐言」)、好了歌 訪菊、枉凝眉 聰明累 飛鳥各投林 葬花詞
31	陳恭尹 讀秦紀
32	丘逢甲 離臺詩 春愁 「春愁難遣強看山，往事心驚淚欲潛。四百萬人同一哭，去年今日割臺灣。」
33	蘇拯 醫人 「古人醫在心，心正要自真。今人醫在手，手濫藥不神。我願天地鑪，多銜扁鵲心。遍行君臣藥，先從凍餒均。自然六合內，少聞貧病人。」 元好問 蒲松齡
34	蘇轍 懷澠池寄子瞻兄
35	曹植 七步詩 阮籍 詠懷詩五言八十二首，其四「天馬出西北，由來從東道。春秋非有託，富貴焉常保?清露披臯蘭，凝霜霑野草。朝為媚少年，夕暮成醜老。自非王子晉，誰能常美好?」
36	唐伯虎 雞詩
37	顧炎武 精衛
38	趙翼

39	張岱 題小像
40	孟浩然 與諸子登峴山「人事有代謝，往來成古今」登岳陽樓 宿桐廬江寄廣陵舊遊「山暝聽猿愁」
41	鄭燮 題竹石
42	龔自珍「古人製字鬼夜哭，後人識字百憂集，我不畏鬼復不憂，靈文 夜補秋燈碧。」 秋瑾 譚嗣同 絕命詩（去留肝膽兩崑崙） 張之洞 連珠詩三十二首 詠古詩十四首 張良 讀宋史
43	連橫 臺灣通史刊成自題詩「傭書碌碌損奇才，絕代詞華謾自哀。三百 年來無此作，拼將心血付三台。馬遷而後失家風，游俠書成一卷中。 落落先民來入夢，九原可作鬼猶雄。」
	蔡鍔(松坡) <拜訪「草堂寺」>「錦城多少閑絲管，不識人間有戰爭； 要與先生橫鐵笛，一時吹出共和聲。」 <別「望江樓」>「錦城和暖濺金坡，忍聽巴人下里歌。 敢唱滿江紅一闕，從頭收拾舊山河。」
詞	
1	李煜 清平樂
2	李璟 浪淘沙
3	李白 菩薩蠻 憶秦娥 秋思 白居易 長相思
4	范仲淹 蘇幕遮 漁家傲
5	李清照 聲聲慢 一翦梅
6	柳永 雨霖鈴 八聲甘州
7	蘇軾 水調歌頭 蘇軾 念奴嬌 定風波 江城子 卜算子
8	蘇軾 望江南
9	蘇軾 浣溪沙 共二十四闕 最後一首「慚愧今年二麥豐，千歧細浪舞晴空，化工餘力染天紅。 歸 去山公應倒載，闌街拍手笑兒童，甚時名作錦薰籠?」
10	王觀 卜算子
11	晏殊 浣溪沙「一曲新詞酒一杯」
12	秦觀 浣溪沙「漠漠輕寒上小樓，曉陰無賴似窮秋。淡煙流水畫屏幽。 自在飛花輕似夢，無邊絲雨細如愁。 寶簾閒掛小銀鈎。」 鵲橋仙
13	歐陽脩 踏莎行 蝶戀花 玉樓春
14	陸游 釵頭鳳
15	辛棄疾 醜奴兒 賀新郎 南鄉子 西江月 菩薩蠻
16	岳飛 滿江紅 小重山
17	蔣捷 一翦梅 虞美人 聽雨
18	鄭燮 漁家傲 王荊公新居 納蘭性德 攤破浣溪沙

19	秋瑾 身不得男兒列，心卻比男兒烈
----	------------------

曲	
1	張養浩 山坡羊 喜春來
2	關漢卿 四塊玉閒適「舊酒沒，新醅潑，老瓦盆邊笑呵呵」
3	馬致遠 喜春來六首 禮「夙興夜寐尊師行，動止渾絕浮浪名；身潛詩禮且陶情。柳溪中，人世小蓬瀛。」 樂「宮商律呂隨時奏，教慮焚香理素琴，人和神悅在佳心。不關心，玉漏滴殘淋。」 射「古來射帝觀其德，今向尊前自樂心，醉橫壺矢臥蓑陰。且閒身，醒踏月明吟。」 御「昔馳鐵騎經燕趙，往復奔騰穩似船；今朝兩鬢已成斑。機自參，牛背得身安。」 書「筆尖落紙生雲霧，掃出龍蛇驚四筵；蠻書寫畢動君顏。酒中仙，一恁醉長安。」 數「盈虛妙自胸中蓄，萬事幽傳一掌間；不如長醉酒爐邊。是非潛，終日樂堯年。」
4	朱彝尊 賣花聲
5	關漢卿 大德歌秋「風飄飄，雨瀟瀟」
6	白樸 慶東原 沉醉東風漁父詞「黃蘆岸白蘋渡口」
7	馬致遠 天淨沙秋思 落梅風
8	陳草庵山坡羊「晨雞初叫◎昏鴉爭噪◎那箇不去紅塵鬧◎路遙遙◎水迢迢◎功名盡在長安道◎今日少年明日老◎山。依舊好◎人。憔悴了◎」
9	納蘭性德 金縷曲
10	盍西村「雙調」快活年「閒來乘興訪漁樵，尋林泉故交。開懷暢飲兩三瓢。只願身安樂，笑了還重笑，沉醉倒。」

文

1	論語 孟子 大學 中庸
2	老子 莊子…、蘭亭集序、師說 岳陽樓記…

賦

1	范仲淹〈薺賦〉「陶家甕內，淹成碧綠青黃；措大口中，嚼出宮商角徵。」
2	范仲淹 用天下心為心賦 「不以己欲為欲，而以眾心為心。」靈鳥賦 蒙以養正賦 禮義為器賦 水車賦 選賢任能賦…
3	蘇軾 赤壁賦
4	陶潛 閒情十賦

贊

1	文天祥 衣帶贊
2	蘇軾 羅漢贊「左手持經，右手引帶。為卷為開，是義安在？已讀則卷，未讀則開。我無所疑，其音如雷。」……東莞資福寺再生栢贊
3	邵雍〈司馬光文中子補傳贊〉「小人無是，當世已棄，君子有非，萬世猶譏。錄其所是，棄其所非，君子有歸；因其所非，棄其所是，君子幾希。惜哉仲淹，壽不永乎。非其廢是，瑕不掩瑜。雖未至聖，其聖人之徒歟！」
4	范仲淹〈道服贊〉「道家者流，衣裳楚楚，君子服之，逍遙是與。虛白之室，可以居處，華胥之庭，可以步武。豈無青紫？寵為辱主。豈無狐貉？驕為禍府。重此如師，畏彼如虛，旌陽之孫，無忝於祖。」

書

1	蘇軾〈答程大時一首〉「此間食無肉，病無藥，居無室，出無友，冬無炭，夏無寒泉，大率皆無耳。余擁山居，公之所無盡有之，不省何德而能享此。」（見〈〈坡仙遺事〉〉）
2	諸葛亮 戒子書「夫君子之行，靜以修身，儉以養德，非澹泊無以明志，非寧靜無以致遠。夫學須靜也，才須學也。非學無以廣才，非志無以成學。淫慢則不能勵精，險躁則不能治性。年與時馳，意與日去，遂成枯落，多不接世，悲守窮廬，將復何及！」（太平御覽卷四五九）

箴

1	唐太宗 百字箴 「耕夫役役，多無隔宿之糧；織女波波，少有禦寒之衣。日食三餐，當思農夫之苦；身穿一縷，應念織女之勞。寸絲千命，匙飯百鞭。無功受
---	---

	祿，寢食不安。交有德之朋，絕無益之友。取本分之財，戒非分之酒。常懷克己之心，閑(裡下)却是非之口。若能依朕斯言，富貴功名可久。
2	陸機…丞相箴「夫導民在簡，為政以仁，仁實生愛，簡亦易遵。罔疏下睦，禁密巧繁，深文碎教，伊何能存。故人不可以不審，任不可以不忠，捨賢昵讒，則喪爾邦。且偏見則昧，專聽悔疑，耳目之用，亦各有期。夫豈不察，而帷牆隔之。矜己任智，是蔽是欺。德無遠而不復，惡何適而不追。存亡日鑒，成敗代陳。人咸知鏡其貌，而莫能照其身。」
3	柳宗元 戒懼箴 「人不知懼，惡可有為。知之為美，莫若去之。非曰童昏，昧昧勿思。禍至後懼，(後一作而)是誠不知。君子之懼，懼乎未始。幾動乎微，事遷乎理，將言以思，將行以止。中決道符，乃順而起，起而獲禍，君子不恥。非道之愆，非中之詭，懼而為懼，雖懼焉如。君子不懼，為懼之初。」
4	方孝孺 幼儀雜箴 <喜> 「得乎道而喜，其喜曷已；得乎欲而喜，悲可立俟。惟道之務，惟欲之去。顏孟之樂，反身則至。」

歌

1	唐 裴說 懷素臺歌
2	白居易 啄木曲「莫買寶剪刀，虛費千金直；我有心中愁，知君剪不得。莫磨解結錐，虛勞人氣力；我有腸中結，知君解不得。莫染紅絲線，徒誇好顏色；我有雙淚珠，知君穿不得。莫近紅爐火，炎氣徒相逼；我有兩鬢霜，知君銷不得。刀不能剪心愁，錐不能解腸結；線不能穿淚珠，火不能銷鬢雪。不如飲此神聖杯，萬念千憂一時歌。」 白居易集卷第二十一格詩歌行雜體。
3	唐寅(唐伯虎)世情歌 「淺淺水，長長流，來無盡，去無休；翻海狂風吹白浪，接天閭尾吸不收。即如我輩住人世，何榮何辱？何樂何憂？有時邯鄲一夢枕，有時華胥酒一甌。古今興亡付詩卷，勝負得失歸松楸，清風明月用不竭，高山流水情相投；萸萸自晦朔，蘭菊自春秋；我今視昔亦復爾，後來還與今時伴。君不見，東家暴富十頭牛；又不見，西家暴貴萬戶侯；雄聲赫勢掀九州，有如洪濤洶湧，世界欲動天將浮。忽然一日風打舟，斷篷絕梗無少留；桑田變海海為洲，昔時聲勢空喧啾。嗚呼！何如淺淺水，長長流？」 百忍歌
4	鄭燮 四時田家苦樂歌
	范仲淹明月謠

銘

1	鑒銘「見爾前，慮爾後。」(大戴禮記武王踐祚)
2	權衡銘「夫審輕重，莫若權衡。正是正非，其唯賢明。」(全後漢書)...
3	<p>座右銘 白居易續座右銘并序崔子玉座右銘，余竊慕之，雖未能盡行，常書屋壁。然其間似有未盡者，因續為座右銘云。</p> <p>「勿慕貴與富，勿憂賤與貧；自問道何如，貴賤安足云？聞毀勿戚戚，聞譽勿欣欣；自顧行何如，毀譽安足論？無以意傲物，以遠辱於人；無以色求事，以自重其身。游與邪分歧，居與正為鄰。於中有取捨，此外無疏親。修外以及內，靜養和與真。養內不遺外，動率義與仁。千里始足下，高山起微塵。吾道亦如此，行之貴日新。不敢規他人，聊自書諸紳。終身且自勸，身歿貽後昆；後昆苟反是，非我之子孫。」</p> <p>方孝孺雜銘 <冠>「居上不易，眾所瞻視，傾側必墜。」</p> <p>衣「服不美，人不汝尤。德不美，乃汝之羞。」</p> <p>屨「孰為險？履非義。孰為夷？行必思。敬於事先，靡適不宜。」</p> <p>蔡鍔 護國岩銘</p> <p>護國之要，唯鐵與血。精誠所至，金石為裂。</p> <p>嗟彼袁逆，炎隆耀赫。曾幾何時，光沉響絕。</p> <p>天厭凶殘，人誅穢德。敘瀘之役，鬼泣神號。</p> <p>出奇制勝，士勇兵饒。鏖戰匝月，逆鋒大撓。</p> <p>河山永定，凱歌聲高。勒名危石，以勵同袍。</p>

目前高中各版本詩詞選文篇目

一、 樂府

1. 飲馬長城窟行 ----- 佚名
2. 陌上桑 ----- 佚名
3. 長干行 ----- 李白
4. 琵琶行 ----- 白居易

二、 古體詩

1. 行行重行行 ----- 佚名

2. 生年不滿百-----佚名
3. 客從遠方來-----佚名
4. 詠史其一-----左思
5. 飲酒之五-----陶淵明
6. 宣州謝朓樓餞別校書叔雲-----李白
7. 石壕吏-----杜甫
8. 走馬川行-----岑參

三、 近體詩

1. 黃鶴樓-----崔顥
2. 烏鳴澗-----王維
3. 春夜洛陽聞笛-----李白
4. 旅夜書懷-----杜甫
5. 夜雨寄北-----李商隱
6. 無題-----李商隱
7. 泊船瓜州-----王安石
8. 明妃曲-----王安石
9. 寄黃幾復-----黃庭堅
10. 書憤-----陸游
11. 觀書有感之一-----朱熹

四、詞

1. 浪淘沙-----李煜
2. 一剪梅-----李清照
3. 破陣子為陳同甫賦壯詞以寄之-----辛棄疾

國中選文：

一、詩

1. 黃鶴樓送孟浩然之廣陵----李白
2. 過故人莊-----孟浩然
3. 聞官軍收河南河北-----杜甫
4. 迢迢牽牛星-----古詩十九首
5. 慈烏夜啼-----白居易
6. 木蘭詩-----佚
7. 四時讀書樂-----翁森

二、詞

1. 虞美人-----李煜
2. 南鄉子登京口北固亭有懷---辛棄疾

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國
112 年度第 9 屆全國高級中等學校古詩詞曲文吟唱比賽

個人組報名表

日期： 年 月 日

區名·學校	
姓名	
年齡	
性別	
年級班別	年 班
自選題目	
配樂學生姓名 (個人組不超過 3 人)	1、
	2、
	3、
參賽學生資料	地址：
	電話： ID
	Email：
指導老師資料	姓名： 電話：
	地址：
	Email： LINE ID
備註	請註明吟唱調名或作曲者，附內容及曲譜。自選題內容印 9 份(一律用 A4 紙橫式直書，字型大小為 14 到 16 級)

承辦人：

處室主任：

校長：

聯絡電話：

電子信箱：

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國
112 年度第 9 屆全國高級中等學校古詩詞曲文吟唱比賽「團體組」
授權同意書

- 同意：本人及家長同意授權主辦單位使用或複製所有關於本人參賽期間由主辦單位拍攝之照片、影片等資料，並掛載於「搶救國文教育聯盟」網站，以作為日後各校觀摩學習、教學、展示等用途。
- 不同意（備註：為使比賽順利進行，錄影不中斷，後製時則不燒錄至影像檔中）

此致 搶救國文教育聯盟

學校名稱：

承辦人：

單位主管：

校長：

中 華 民 國 年 月 日

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國
112 年度第 9 屆全國高級中等學校古詩詞曲文吟唱比賽

乙組 個人組報名表

日期： 年 月 日

區名·學校	
姓名	
年齡	
性別	
年級班別	年 班
自選題目	
配樂學生姓名 (個人組不超過 3 人)	1、
	2、
	3、
參賽學生資料	地址：
	電話： ID
	Email：
指導老師資料	姓名： 電話：
	地址：
	Email： LINE ID
備註	請註明吟唱調名或作曲者，附內容及曲譜。自選題內容印 3 份(一律用 A4 紙橫式直書，字型大小為 14 到 16 級)

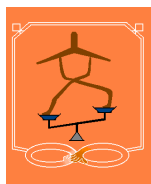
承辦人：

處室主任：

校長：

聯絡電話：

電子信箱：



「與經典同行，與聖賢為友」---中華民國

112 年度第 9 屆全國高級中等學校古文背誦比賽/古詩詞曲文吟唱比賽

因應疫情 複賽 線上錄影方案 1111111

壹、依據

一、本計畫依據搶救國文教育聯盟中華民國 111 年 11 月 20 日搶救國文教育聯盟字第 111120023 號函申請，教育部國民及學前教育署發文日期：中華民國 111 年 12 月 14 日、發文字號：臺教國署高字第 1110169147 號函。

二、本替代方案依據搶救國文教育聯盟公文發文日期：中華民國 111 年 11 月 20 日發文字號：搶救國文教育聯盟字第 111120023 號函申請，教育部國民及學前教育署發文日期：中華民國 111 年 12 月 14 日 發文字號：臺教國署高字第 1110169147 號函。

貳、主旨

中華民國 112 年度第九屆全國高級中等學校古文背誦暨古詩詞曲文吟唱比賽三區複賽，因冠狀肺炎疫情影響，為確保參賽學生及指導老師領隊安全健康平安及舟車交通勞煩，權宜改變比賽方式，改採賽前事先錄影，於指定時間內，寄送至主辦單位，再依北中南三區聘請評審，於原計畫比賽日期時間完成比賽。

參、參賽作業：

拍攝器材自行設定與挑選，可以使用 DV 攝影機、數位相機、智慧手機來拍攝，個人組攝影規定比賽者與攝影機距離為 3 公尺±50 公分；團體組攝影規定比賽團體與攝影機距離為 6~8 公尺；個人組盡量能有半身及全身錄影和特寫鏡頭。團體組亦然。

肆、已於四月七日完成報名，符合參賽資格者

⇒繳交物件（中華民國 112 年 4 月 17 日星期一可以開始錄影。4 月 28 日星期五前郵戳為憑）：

1. 隨身碟 mp4 檔、DVD 光碟、mov...，手機檔案請轉為 mp4 檔

1 影片成品（影片長度以 112 年度第 9 屆比賽計畫所規定時間為主。影片格式為 720p 或 1080、副檔名需為.mp4 或 H.264）

2 指定題、自選題影片檔案

3 現場拍攝照片 4-6 張(存入電子檔即可，不必另寄沖洗照片)

此外，至少有一張師生照片，可以是錄影比賽現場的前置入鏡，或是錄影比賽後師生合照。

4 電腦抽籤(抽出指定題)

5 拍攝日期時間

6 拍攝地點

7 拍攝者(單位)

2. 紙本報名表-(請看附件)填寫原報名表及新增項目。(抽題、拍攝地點日期時間等等)(因已完成電子檔和紙本資料報名手續，含自選內容 9 份，因此不必再附自選文章詩詞等 9 份)(乙組交 3 份)

☞ 以上電子資料請固定檔名以便整理，電子資料主辦單位將留存後續製作 DVD 並保管備查，恕不退回，請自行保留備分。謝謝。

☞ 以上所有資料(報名表光碟片或隨身碟)請於中華民國 112 年 4 月 17 日(星期一)起至四月二十八日(星期五)前(4 月 28 日星期五，郵戳為憑)寄到主辦單位(報名表標示北中南各區。及組別)(區別請看去年國教署已公告比賽實施計畫)並將影片照片上傳到雲端跟執行長、鍾老師分享存取權限。鍾榮賢老師 Email：

chungpatrick1124@gmail.com 以便先行作業。rdsc8@yahoo.com.tw

二 注意事項:

1 四月九日(星期日)主辦單位抽出場序後，公告於「搶救國文教育聯盟」網站，並寄序號貼紙給參賽學校，拍錄時請學生依規定貼於左胸明顯處。並配戴比賽紀念口罩。

2 拍錄影片除了日期時間之外，不能顯示學校名稱及學生姓名。如違規定，將依比賽辦法扣分。

3 背景盡量張貼主辦單位寄發的海報(電子檔自行列印)

4 比賽拍錄時間:從進入電腦抽籤網站開始，到自選題背誦/吟唱完(團體組含上下場)為止。個人組先抽選再自選。團體組不須抽題，直接自選。

報名古文背誦比賽乙組者，公布指定題(篇目)可以事先在報名時自行選擇其中任何一題(篇目)，因此無需設定電腦抽題。

報名古詩詞曲文吟唱比賽乙組者，公布指定題(篇目)可以事先在報名時自行選擇其中任二題(篇目絕句、律詩、詞)，因此無需設定電腦抽題。

5 比賽拍錄起訖日:四月十七日(星期一)到四月二十八日(星期五)，請參賽學生掌握準備充裕最佳狀態時錄製。但檔案報名資料送出後，除非無法讀取，主辦協辦單位負責人會通知重錄，否則不能以任何理由要求更換。(但無法讀取，會酌情扣分，且恐會影響後續作業評比時間。)

6 為求公平公正，請學校協助學生比賽錄影。

7 請確實遵守比賽規範，公平公正參賽錄影。影片不得剪接或比賽有提示等等。如有違規，將視情節輕重扣分或另行處理或取消參賽資格。

伍、寄送地點:

北區:臺北市大安區金山南路二段二三九號十樓搶救國文教育聯盟執行長
李素真老師收

陸、比賽方式:

一、甲組、乙組比賽方式改為線上錄影比賽。

由(請)學校協助幫學生拍攝。

依照國教署已公告比賽計畫之比賽方式，古文背誦比賽/古詩詞曲文吟唱比賽個人組內容仍分指定題、自選題，但指定題改為電腦抽籤。

方式:請從 <https://www.toolskk.com/ballot> 此網站進行。

古文背誦比賽，先輸入比賽實施計畫指定之十五篇編號及篇名，抽完籤會立即顯示你抽到的號碼篇名，即背誦。

古詩詞曲文吟唱，則依比賽實施計畫指定之絕句、律詩、和詞，分三大類輸入。分別抽題。等絕句、律詩、詞三種都抽出後，才開始吟唱。

從開始設定輸入準備抽籤，即須設定時間，並全程拍攝錄影，確認只抽一次，抽出那一篇名。不得重抽。

比賽，個人組古文/古詩都先拍錄指定題(抽選題)，再拍錄自選題。

(模擬現場比賽，先報出場序號、題目)

二、比賽時間在規定時間內，

古文背誦比賽抽選題(指定題)以五分鐘為限，不足五分不扣分。

(備註:如抽到超過五分鐘之題目，如深慮論或臺灣通史序，因已非現場比賽需求每人五分鐘抽題，抽題後只能準備十分鐘，線上比賽，不影響公平權益，可以自行選擇是否全篇背完。)

自選題以五到七分半鐘為限，超過或不足將扣分。(先拍錄抽選題再拍錄自選題)

古詩詞曲文吟唱比賽個人組抽選題(指定題)以五分鐘為限，不足五分不扣分。自選題以四到五分鐘為限，超過或不足將扣分。團體組以六到八分鐘為限，超過或不足將扣分。(個人組先拍錄抽選題之 1 絕句 2 律詩 3 詞，再拍錄自選題。)

電腦抽籤後，隨即比賽抽選題拍錄。

抽選題比賽錄影完，隨即比賽自選題拍錄。

古文背誦比賽:指定題電腦抽完後；可以準備十分鐘，最多十分鐘內比賽拍錄

古詩詞曲文吟唱比賽:指定題絕句、律詩、詞電腦抽選後，

可以準備十分鐘，隨即比賽拍錄。

指定題(抽選題)比賽錄完，可以休息準備，(在)最多十分鐘內，再繼續進行比賽拍錄自選題。抽選題(指定題)與自選題之間錄影不中斷，抽選題與自選題拍錄成一個檔案。

參加古文背誦比賽或古詩詞曲文吟唱比賽之乙組者，則不須電腦抽題，先錄自行選擇的指定題後，可以準備十分鐘，再錄自選題。

比賽評審時間:中華民國 112 年五月六日(星期六)上午九點或十點開始，依序於電腦線上評審。

錄影比賽甲乙組分開評審。如三區甲乙組報名人數一天無法評比完，會跨兩天---提前於五月五日(星期五)或增加五月七日(星期日)評比。等四月七日報名結束後，會再公告確切日期。

比賽評審地點:

北中南三區:和平大苑 臺北市大安區金山南路 2 段 235 號和平大苑 L2 宴會廳。

柒、評選方式:

主辦單位負責人收到錄影資料，將會依北中南三區出場序存檔。於五月六日(星期六)上午(九點)十點請評審委員現場評審，依比賽實施計畫之評選標準評分。完成計分後，評比出特優三名優等甲等若干，特優者將進入決賽。(如事後發現有違規，扣分，將調整遞補。)(參加乙組者，則複賽完成，主辦單位將會寄獎狀獎品到學校)

再由主辦單位公布成績於「搶救國文教育聯盟」網站，並公布進入決賽者名單。

六月一日決賽比賽方式，原則是現場在臺北舉辦。但將視疫情狀況，會再公告比賽方式於「搶救國文教育聯盟」網站:維持原實施計畫或比照複賽變更方案。

捌、獎勵:

複賽古文背誦比賽甲組乙組、古詩詞曲文吟唱比賽個人組甲組乙組及團體組各錄取特優三名、優等三名、甲等若干名。

比賽手冊、獎狀、獎品、紀念品，將由主辦單位、合辦單位寄送達到各校。

玖、聯絡資訊

一、主辦單位:「搶救國文教育聯盟」

一、主辦單位:「搶救國文教育聯盟」

1、執行長暨比賽專案執行長 李素真老師

電話:0921-103061

LINE ID 0921103061

Email: rdsc8@yahoo.com.tw、rdsc8.lee@msa.hinet.net

2、秘書 季節

電話:0921-103161

Email: r01322033@gmail.com

3、網站: 較短網址 <https://bit.ly/rescuechinesetaiwan>

一般網址 <https://sites.google.com/site/rescuechinese/>

二、合辦單位: 社團法人中華傳統文化儒釋道教育學會

1、秘書 王鳳英 電話:02-27054032

三、協辦單位

1、臺北市立中山女子高級中學視聽中心 鍾榮賢老師

電話:02-25073148 轉 286 手機 0931092239 LINE ID:12112002line

Email: chungpatrick1124@gmail.com

三區負責聯絡人:

李素真執行長 鍾榮賢老師

技術總顧問:鍾榮賢老師

總監:李素真執行長 鍾榮賢老師

拾、其他:

拍錄若有任何技術問題，都可以請問鍾榮賢老師。

寄送比賽報名所有資料，請先以電子信箱寄給執行長李素真

並請電話直接確認收到否?及檔案是否可以讀取?以維護您的權益。

二 請隨時留意「搶救國文教育聯盟」網站 112 年第九屆古文古詩比賽專欄之公告消息。

三、本替代方案計畫若有未盡事宜，得另公告補充規定。

預祝大家拍片順利！健康平安

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國
112 年度第 9 屆全國高級中等學校古文背誦比賽複賽錄影
個人組報名表

日期： 年 月 日

區名·學校	
姓名	
年齡	
性別	
年級班別	年 班
自選題目	
參賽學生資料	地址：
	電話： ID
	Email：
指導老師資料	姓名： 電話：
	Email： ID
	地址：
電腦抽籤指定題編號篇名	
比賽拍錄日期時間地點	
比賽拍錄單位(者)	
比賽錄影拍攝附檔方式名稱	
寄件內容	報名表
備註	四月七日前正式報名紙本自選題請附全文 9 份(一律用 A4 紙橫式直書，字型大小為 14 到 16 級)

承辦人：
聯絡電話：

處室主任：
電子信箱

校長：

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國

112 年度第 9 屆全國高級中等學校古文背誦比賽

授權同意書

同意：本人及家長同意授權主辦單位使用或複製所有關於本人參賽期間由主辦單位拍攝之照片、影片等資料，並掛載於「搶救國文教育聯盟」網站，以作為日後各校觀摩學習、教學、展示等用途。

不同意（備註：為使比賽順利進行，錄影不中斷，後製時則不燒錄至影像檔中）

此致 搶救國文教育聯盟

學校名稱： _____ 年 _____ 班

學生姓名：

參賽者簽章：

家長簽章：

中華民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國

112 年度第 9 屆全國高級中等學校古詩詞曲文吟唱比賽

「團體組」授權同意書

同意：本人及家長同意授權主辦單位使用或複製所有關於本人參賽期間由主辦單位拍攝之照片、影片等資料，並掛載於「搶救國文教育聯盟」網站，以作為日後各校觀摩學習、教學、展示等用途。

不同意（備註：為使比賽順利進行，錄影不中斷，後製時則不燒錄至影像檔中）

此致 搶救國文教育聯盟

學校名稱：

承辦人：

單位主管：

校長：

中華民國 年 月 日

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國
112 年度第 9 屆全國高級中等學校古文背誦比賽**複賽錄影 乙組**
個人組報名表

日期： 年 月 日

區名·學校	
姓名	
年齡	
性別	
年級班別	年 班
自選題目	
參賽學生資料	地址：
	電話： ID
	Email：
指導老師資料	姓名： 電話：
	Email： ID
	地址：
指定題編號篇名	
比賽拍錄日期時間地點	
比賽拍錄單位(者)	
比賽錄影拍攝附檔方式 名稱	
寄件內容	報名表
備註	四月七日前正式報名紙本自選題請附全文 3 份(一律用 A4 紙橫式直書，字型大小為 14 到 16 級)

承辦人：

處室主任：

校長：

聯絡電話：

電子信箱

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國

112 年度第 9 屆全國高級中等學校古詩詞曲文吟唱比賽複賽錄影 乙組
個人組報名表

日期： 年 月 日

區名·學校	
姓名	
年齡	
性別	
年級班別	年 班
自選題目	
配樂學生姓名 (個人組不超過 3 人)	4、 樂器
	5、 樂器
	6、 樂器
參賽學生資料	地址：
	電話： ID
	Email：
指導老師資料	姓名： 電話：
	Email： ID
	地址：
指定題絕句、律詩、詞 編號篇名(任選其 2)	
比賽拍攝日期時間地點	
比賽錄影拍攝單位(者)	
比賽錄影拍攝附檔名稱	
寄件內容	
備註	四月七日報名截止紙本資料請註明吟唱調名或作曲者，附內容及曲譜。自選題內容印 3 份(一律用 A4 紙橫式直書，字型大小為 14 到 16 級)

承辦人：
聯絡電話：

處室主任：
電子信箱：

校長：

「與經典同行，與聖賢為友」——中華民國

112 年度第 9 屆全國高級中等學校古詩詞曲文吟唱比賽乙組

「個人組」授權同意書

同意：本人及家長同意授權主辦單位使用或複製所有關於本人參賽期間由主辦單位拍攝之照片、影片等資料，並掛載於「搶救國文教育聯盟」網站，以作為日後各校觀摩學習、教學、展示等用途。

不同意（備註：為使比賽順利進行，錄影不中斷，後製時則不燒錄至影像檔中）

此致 搶救國文教育聯盟

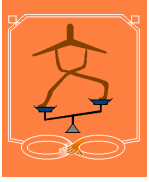
學校名稱： 年 班

學生姓名：

參賽者簽章：

家長簽章：

中華民國 年 月 日



「搶救國文教育聯盟」新冠肺炎健康關懷問卷

「與經典同行 與聖賢為友」—中華民國一一二年

第九屆全國高級中等學校古文背誦暨古詩詞曲文吟唱比賽

您好，為因應「新冠肺炎」疫情，本聯盟十分關心您的健康，多一分準備，就能多一分安心。為了使您參加112年第九屆全國高級中等學校古文背誦/古詩詞曲文吟唱比賽能安心，請協助我們填寫下列資料，並詳細閱讀注意事項。

一 基本資料

1. 姓名_____
2. 所屬(或受邀評審或工作團隊)學校單位班級_____
3. 現居地址/宿舍_____
4. 聯絡電話/手機_____ 住家:_____

二 出入境旅遊史與「新冠肺炎」有關接觸史與症狀

1. 自二月十二日至今，有無出國？
否
是
2. 1 入境日期(一)___年___月___日
2. 2 最近入境中華民國之來源國家地區_____
2. 3 搭乘班機：航空公司__編號__
3. 1 入境日期(二)___年___月___日
3. 2 最近入境中華民國之來源國家地區_____
3. 3 搭乘班機：航空公司__編號__

三、最近十四天曾去過那些地方？

2. 最近十四天之內是否出現以下症狀(複選) *如果發燒等 請先不參加比賽

- 發燒(額溫大於等於37.5度C、耳溫大於等於38度C)
- 咳嗽
- 喉嚨痛
- 呼吸道窘迫症狀(呼吸急促、呼吸困難)
- 流鼻水
- 肌肉或關節痠痛
- 四肢無力
- 其他

無

3. 您身邊是否有其他兩人以上出現上述類流感症狀？

否 是

4. 您或您家屬是否曾與感染「新冠肺炎」病患有接觸？

否 是

5. 您是否為衛生主管機關列管之嚴重特殊傳染性肺炎(新冠肺炎)居家隔離個案？

否 是

6. 您就讀或任教學校是否有同學或老師有確診個案？

否 是

7. 您就讀或任教學校是否有同學或老師居家隔離或檢疫個案？

否 是

四. 請詳細閱讀以下注意事項

1. 維持手部清潔，保持經常洗手習慣，盡量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。
2. 自主健康管理的期間內，每日早/晚應各量體溫一次，並詳實紀錄體溫及症狀，若有需要就醫時，請主動提供給醫師參考。
3. 倘若十四天之內有發燒(額溫大於等於 37.5 度 C、耳溫大於等於 38 度 C)、咳嗽、喉嚨痛、呼吸道窘迫症狀、流鼻水、肌肉痠痛、或關節痠痛等不適症狀，請立即配戴口罩，並主動聯絡 1922 防疫專線，依指示就醫，切勿自行就醫，

★此問卷調查之個人相關資料，僅提供政府衛生相關單位、教育部及本聯盟比賽防疫需求使用。

★請配合「中央流行疫情指揮中心」頒布之「具感染風險民眾追蹤管理機制」，(如未依規定配合辦理，將依「傳染病防治法」進行相關罰則。)

本人已閱讀過以上之說明並且願意配合防護措施

簽名：_____

日期：