

建國科技大學 110 學年度活力健康月系列活動

趣味競賽競賽規程

- 一、依據：教育部頒訂之「各級學校體育實施辦法」第十四條第四款辦理。
- 二、宗旨：落實體育教學與活動、發掘運動人才、倡導正當休閒、提昇學校運動風氣、養成終身運動習慣為宗旨。
- 三、主辦單位：體育室。
- 四、比賽日期：中華民國 110 年 11 月 26 日（星期五）8-12 點
- 五、比賽地點：本校運動公園。
- 六、參加資格：凡本校教職員工及學生之身體狀況良好無特殊疾病者，均可報名參加。
- 七、競賽項目及分組：

趣味競賽項目：

(一)學生組

搖呼拉圈計時賽	(個人賽)
球球過隧道	(8 人一組)
一分耕耘一分收穫	(8 人一組)
三分球大賽	(5 人一組)

(二)教職員工組

搖呼拉圈計時賽	(個人賽)
球球過隧道	(8 人一組)
一分耕耘一分收穫	(8 人一組)
三分球大賽(罰球線)	(5 人一組)

- 八、趣味競賽比賽辦法說明：

學生組

(一)搖呼拉圈計時賽：個人賽

1. 參賽人員於比賽場地間隔 2 公尺散開。
2. 第一關：每位參賽人員拿起 1 個呼拉圈，將其套於腰部，依裁判開始之信號響起，即開始轉動呼拉圈並將其保持在腰際不可掉落地面，時間 3 分鐘，參賽者將呼拉圈保持在腰際 3 分鐘未掉落者晉級第二關。
3. 第二關：晉級之參賽人員拿起 2 個呼拉圈，將其套於腰部，依裁判開始之信號響起，即開始轉動呼拉圈並將其保持在腰際不可掉落地面，時間 1 分鐘。參賽者將呼拉圈保持在腰際 1 分鐘未掉落者晉級第三關。
4. 依此類推，直到分出勝負為止。

(二) 球球過隧道：每隊人數 8 人(男女不限)

1. 規則：距離為 20 公尺，第一位立於 A 點面向起跑線，第 8 位立於 B 點面向起跑線，其餘 6 人雙腳張開成八字型平均分佈其間，哨音響後排頭用雙手推球由跨下滾球傳至排尾，排尾抱起球後從 B 點繞過折返點，然後跑至 A 點當排頭，此時每個人需按順序往後移一位，依序傳遞，以第一位跑回 A 點後結束。
2. 犯規罰則：不可用腳踢球或違規(由裁判判定)加罰 10 秒。
3. 成績判定：採計時之方式判定名次。

(三) 一分耕耘一分收穫：每隊人數 8 人(男女不限)

1. 規則：起點至折返點相距二十公尺，中間放置五個飛盤，每隊第一位拿起放五罐飲料罐之菜籃，由起點跑至第一個飛盤放下一罐飲料(需放置於飛盤中並直立)，沿路將飲料放置於飛盤中後，繞過折返點再沿路收回飲料罐至菜籃中，回至起點交給第二人，依此繼續進行至最後一位。
2. 犯規罰則：飲料罐需直立在飛盤中，凡少放或少收一個飲料罐，超越接力線或沒繞過折返點，以上違者均各加罰 10 秒。
3. 成績判定：採計時之方式判定名次。

(四) 三分球大賽：每隊人數 5 人(男女不限)

1. 規則：每隊 5 人每人 5 球於同一指定地點依序投射，1 人連投 5 球後始得更換下一人，全部投射動作需於 3 分鐘內完成，過程中籃球的補送供給由參賽 5 人合力幫忙。
2. 犯規罰則：投射時越線、踩線該顆球不予採計，另未在規定時間完成投射之進球數亦不採計。
3. 成績判定：依進球數多寡判定名次，當進球數相同時以完成時間少者為優勝。

教職員工組

(一) 搖呼拉圈計時賽：個人賽

1. 參賽人員於比賽場地間隔 2 公尺散開。
2. 第一關：每位參賽人員拿起 1 個呼拉圈，將其套於腰部，依裁判開始之信號響起，即開始轉動呼拉圈並將其保持在腰際不可掉落地面，時間 3 分鐘，參賽者將呼拉圈保持在腰際 3 分鐘未掉落者晉級第二關。
3. 第二關：晉級之參賽人員拿起 2 個呼拉圈，將其套於腰部，依裁判開始之信號響起，即開始轉動呼拉圈並將其保持在腰際不可掉落地面，時間 1 分鐘。參賽者將呼拉圈保持在腰際 1 分鐘未掉落者晉級第三關。
4. 依此類推，直到分出勝負為止。

(二) 球球過隧道：每隊人數 8 人(男女不限)

1. 規則：距離為 20 公尺，第一位立於 A 點面向起跑線，第 8 位立於 B 點面向起跑線，其餘 6 人雙腳張開成八字型平均分佈其間，哨音響後排頭用雙手推球由跨下滾球傳至排尾，排尾抱起球後從 B 點繞過折返點，然後跑至 A 點當排頭，此時每個人需按順序往後移一位，依序傳遞，以第一位跑回 A 點後結束。
2. 犯規罰則：不可用腳踢球或違規(由裁判判定)加罰 10 秒。
3. 成績判定：採計時之方式判定名次。

(三) 一分耕耘一分收穫：每隊人數 8 人(男女不限)

1. 規則：起點至折返點相距二十公尺，中間放置五個飛盤，每隊第一位拿起放五罐飲料罐之菜籃，由起點跑至第一個飛盤放下一罐飲料(需放置於飛盤中並直立)，沿路將飲料放置於飛盤中後，繞過折返點再沿路收回飲料罐至菜籃中，回至起點交給第二人，依此繼續進行至最後一位。
2. 犯規罰則：飲料罐需直立在飛盤中，凡少放或少收一個飲料罐，超越接力線或沒繞過折返點，以上違者均各加罰 10 秒。
3. 成績判定：採計時之方式判定名次。

(四) 三分球大賽(罰球線)：每隊人數 5 人

1. 規則：每隊 5 人每人 5 球於同一指定地點依序投射，1 人連投 5 球後始得更換下一人，全部投射動作需於 3 分鐘內完成，過程中籃球的補送供給由參賽 5 人合力幫忙。
2. 犯規罰則：投射時越線、踩線該顆球不予採計，另未在規定時間完成投射之進球數亦不採計。
3. 成績判定：依進球數多寡判定名次，當進球數相同時以完成時間少者為優勝。

九、參加比賽單位分組：

(一) 學生組：日間部及進修部學生以班級為單位。

(二) 教職員工組：

- (1) 工程學院：自動化工程系暨機電光系統研究所、電機工程暨研究所、機械工程系暨製造科技研究所、電子工程系暨研究所、土木工程系暨土木防災研究所、資訊與網路通訊系、技士為一單位，由工程學院院長擔任領隊。
- (2) 管理學院：服務與科技管理研究所、資訊管理系、國際企業管理系、工業與服務管理系、行銷與服務管理系、技士為一單位，由管理學院院長擔任領隊。
- (3) 設計學院：空間設計系創意生活應用設計碩士班、商業設計系、數位媒體設計系(碩士班)、創意產品與遊戲設計系、技士為一單位，由設計學院院長擔任領隊。
- (4) 生活科技學院：應用外語系、美容系暨美容科技研究所、運動健康與休閒系、觀光系、技士為一單位，由生活科技學院院長擔任領隊。

(5) 通識教育中心教師為一單位，由通識教育中心主任擔任領隊。

(6) 全校各處室之職員為一單位，由副校長擔任領隊。

十、獎懲：

(一)大會設各種優勝獎狀及禮券以獎勵成績優良之單位及選手。

(二)參加個人單項競賽優勝之同學，得第一名禮券 1200 元、第二名禮券 1000 元、第三名禮券 800 元、第四、五、六名禮券各 400 元，並由大會頒發獎狀以茲鼓勵優勝選手。

(三)參加團體項目競賽優勝之同學，得第一名禮券 3600 元、第二名禮券 3000 元、第三名禮券 2400 元、第四、五、六名禮券各 1200 元，並由大會頒發前三名獎盃以茲鼓勵優勝隊伍。

(四)有不正當之行為，違背運動精神，或不服從裁判等情形，經查明屬實者，除取消該運動員比賽資格及已得名次外，並依情節輕重按校規議處。

十一、報名辦法：

(一)報名日期：即日起至 110 年 11 月 12 日（星期五）下午五點截止

(二)請至體育室網頁最新消息下載競賽規程及報名表

網址 <http://pet.ctu.edu.tw/bin/home.php>

(三)報名手續：報名表輸入完成後，列印一份紙本由各班導師簽核後，繳交至體育室辦公室，並將電子檔 E-mail 至 ctupe2000@gmail.com 才視同完成報名手續。

十二、申訴

(一)比賽爭議

遇比賽爭議時，規則上有明文規定者，以裁判員之判決為終決。如無明文規定者，由審判委員會決定之。

(二)申訴程序

1、除當時以口頭申訴外，仍須於三十分鐘內以書面向審判委員會提出。

2、提出申訴時，須繳保證金伍佰元，申訴成立時，保證金退回，否則予以沒收。

十三、附則

(一)各項比賽進行時，如遇風雨，須經大會裁定始得停止比賽。

(二)依報名人數多寡由大會另行安排預賽時間。

(三)所有參與趣味競賽者不得打赤腳參加比賽。

十四、本規程經 110 年度運動會籌備會會議通過，陳請校長核准後實施，修正時亦同。

十五、青春護照認證相關規定「報名並檢錄參加比賽者可認證青春護照健康關懷認證」

【趣味競賽項目】，認證日期體育室將於網站公告。