

彰化縣政府暨所屬機關 103 年度員工運動會競賽規程

一、宗旨：發展全民運動，倡導正當休閒活動，改善社會風氣，促進員工身心健康，提高運動技術水準，增進親子關係。

二、主辦單位：彰化縣政府（以下簡稱本府）

三、承辦單位：彰化縣舊館國民小學

四、比賽日期：民國 103 年 10 月 4 日（星期六）

六、地點：彰化縣立體育場

七、參加單位：以本府各局處及所屬各機關為單位組隊參加。

1、縣長室 副縣長室 秘書長室 參議室.四合一隊 2、民政處 3、財政處
4、建設處 5、教育處 6、工務處 7、水資處 8、新聞處、城觀處
9、農業處 10、社會處 11、地政處 12、勞工處 13、行政處
14、計畫處 15、人事處 16、主計處 17、政風處、法制處 18、警察局
19、消防局 20、衛生局 21、地方稅務局 22、環境保護局 23、文化局

八、參加資格：

本府各局處及所屬各機關員工，皆得代表府內各局處及所屬各機關參加比賽。（替代役、臨時就業輔導、外包廠商除外）

**比賽檢錄時，需提下列其中之一證件證明，否則不得參加比賽。

1、職員證。（職員證有照片者不用其他證件）

2、身分證及服務證明。（服務證明有照片者不用身分證）

九、競賽錦標：

（一）單項錦標：各單項趣味競賽、拔河錦標、田徑錦標。

（二）總錦標：含比賽運動成績 75%及團體士氣合作 25%（如附件）

十、各項錦標競賽項目：

（一）趣味競賽：人數皆為 10 人，男女各 5 人，男生不足可以女生替代。

*辦法如附件一

（1）推籠球大賽 （2）二人三腳 （3）扭扭樂 （4）心心相印

（5）土地公、土地婆（擲杯） （6）時代巨輪 （7）傳遞聖火

（8）飛盤擲準 （9）一分耕耘一分收穫 （10）薪火相傳

（二）拔河競賽：辦法如附件二

（三）田徑賽：辦法如附件三

1、團體大隊接力：1200 公尺(女生前 6 人，男生後 6 人)

2、個人賽部份：

A、男生：100 公尺、跳遠、鉛球

B、女生：100 公尺、跳遠、鉛球

（四）棒球九宮格擲準：個人賽取前六名。

十一、競賽辦法：

- 1、團體競賽每項每單位以報名一隊，個人項目每單位限報名二名，註冊運動員皆可參加，比賽選手需穿統一服裝。
- 2、檢錄：各隊需事先整隊，於大會規定時間至檢錄處參加點名。
- 3、其餘相關辦法依據各競賽附件辦理。

十二、競賽規則：採用大會所審定之最新規則辦理。

十三、競賽秩序：大會各項比賽秩序由大會競賽組，按相關規則規定編排之。

十四、註冊規定如下：

- 1、自 103 年 8 月 10 日至 103 年 9 月 10 日（星期三）上午 12 時以前至網站 <http://www.8864cc.tw/1031004/> 報名網頁，填入相關報名資料，完成報名後，將完成註冊之報名表格列印出 2 份，加蓋關防或各負責人職章，將其中一份報名表於 9 月 12 日前（郵戳為憑）寄送至 埔心鄉員鹿路四段 201 號 埔心鄉舊館國民小學 學務處（04-8292025）逾期不受理。（另 1 份請自行留存，於教練技術會議時校稿證明用）。
- 2、各單位均得設領隊 1 人、指導、管理若干人，負責指導及管理運動員，並與大會聯絡。

十五、技術、裁判會議：均在彰化縣立體育場二樓會議室舉行。

- 1、教練技術會議：訂於 103 年 10 月 1 日（星期三）上午 9：00（請各技術委員、裁判長列席）各單位均需派員（實際指導人員、教練）參加，另行發文通知。
- 2、裁判會議：於 103 年 10 月 4 日（星期六）上午 07：50。

十六、獎勵：

大會分設精神總錦標及單項競賽優勝獎，獎勵成績優良之單位，精神總錦標錄取前四名及優勝二名，餘各項團體競賽均錄取前六名發給獎匾（盃）。

十七、懲罰：

- （一）參加比賽之運動員，不合資格或冒名頂替者，一經查證屬實，個人即取消其比賽資格，及其已得或應得之分數，接力賽即取消該項目所得之名次及分數。運動員如冒名頂替一經查證屬實者，由大會公布姓名單位，其所屬單位由大會報請主管機關加以議處。
- （二）運動員在大會期間，違背運動精神，不遵守團體紀律，侮辱或傷害裁判及其他運動員，或不服從合法之判決者經查證屬實者，取消該運動員所有比賽中已得或應得之名次分數，並報請其單位主管或行政主管單位議處，其單位領隊、指導及管理，亦應負相關責任。
- （三）趣味競賽如有參賽選手資格不符而參加比賽者，取消該單位所有（含已完賽）比賽資格及所得成績，並追究相關責任。

十八、申 訴：

- (一) 比賽爭議：如係規則上有明文規定者，以裁判員之判決為終結，如有同等意義之註明者亦不得提出申訴。
- (二) 申訴手續：合法之申訴，應由各單位領隊或教練簽名，以書面向審判委員會正式提出，以審判委員之判決為終結，提出申訴書時需繳保證金貳仟元，經審判委員會認為申訴無理由時，得沒收保證金充作大會費用。
- (三) 資格問題：關於運動員資格問題之抗議，應於比賽前提出，比賽後不予受理。
- (四) 競賽問題：競賽上發生之爭議，當時得用口頭提出，但仍需依照(二)項規定，於該項比賽終了，在大會宣佈成績後 30 分以內補具正式手續，各種比賽在進行中，各單位領隊及運動員不得當場直接質詢裁判員。

十九、附 則：

- (一) 開幕典禮時間：中華民國 103 年 10 月 4 日（星期六）上午 8：30。
請各單位於 8:15 至縣立體育場中央各單位立牌處集合準備開幕。
- (二) 閉幕典禮時間：中華民國 103 年 10 月 4 日（星期六）下午 14：30。
各單位 14:20 須至閉幕典禮位置列隊準備參加閉幕典禮。
- (三) 本規程經大會通過後實行，修改時亦同。
- (四) 各報名機關單位參加本活動所需之各項經費，請自行於相關經費項下支應。

彰化縣政府暨所屬機關 103 年度員工運動會

比賽項目及規則

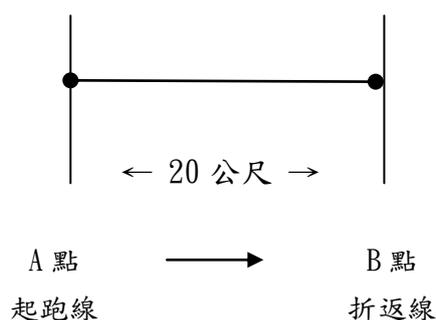
A-趣味競賽

- 比賽場地有選手競賽準備區，請參賽選手依裁判指示就定位，以利活動順利進行。
- 各隊該組比賽結束後，各單位即應迅速由領隊或教練帶離比賽場地，以免妨礙比賽。

一、推籠球大賽：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

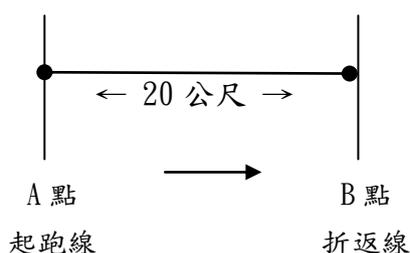
- 1、距離：20 公尺設 A、B 兩點
- 2、第一位立於 A 點面向折返點，(其餘選手立於接力區外)，起跑槍聲響後排頭用手推籠球繞過折返點，將球推回起點交由第二位，依前動作完成交由下一位，並依序傳遞，以最後一位跑回 A 點後結束。
- 3、犯規：未從 A 點起跑或未從 B 點繞過者，罰加 5 秒，多次得連罰。
- 4、採計時賽。
- 5、第一位需為副局長以上，第二、三位需為課長級以上，餘無限。



二、二人三腳：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）二人一組

比賽內容：

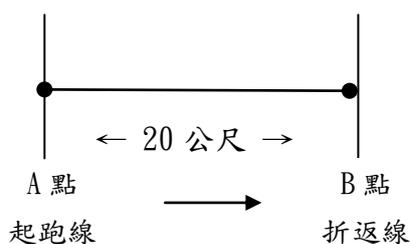
- 1.距離：20 公尺設 A（起點）.B（折返點）兩點。採計時賽。
- 2.各組皆事先固定好魔術黏，依序進行，第 1 組二人相鄰雙腳利用魔術黏固定後，自 A 點起跑至 B 點繞過折返點返回 A 點後，於接力區內完成接力棒交接，依序全部 5 組選手完成，採計時賽。如脫落需於原地固定後繼續。
- 3.犯規：未於接力區完成交接者（含踩線），提早出發者罰加 5 秒。
（多次得連罰）



三、扭扭樂：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）扭破氣球

比賽內容：

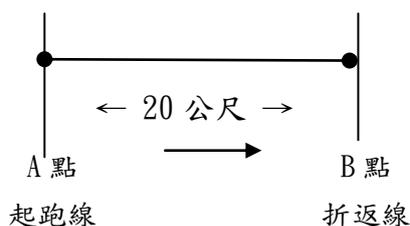
- 1.距離：20 公尺設 A（起點）、B（終點）兩點。
- 2.第一位立於 A 點面向折返點，（其餘選手立於接力區外），起跑槍聲響後手持接力棒跑至折返點，由裁判（服務人員）將氣球置於選手二膝蓋內側，用膝蓋互夾擠壓之力量將氣球擠破，選手雙手需舉過頭且不得用手或外力破壞氣球，完成後回起點將接力棒交由第二位，依前動作完成再交由下一位，並依序傳遞，以最後一位完成動作並跑回 A 點後結束，採計時賽。
- 3.規定：藉助外力或用手破壞球一次罰加 5 秒，未於接力區完成交接棒罰加 5 秒，多次得連罰。



四、心心相印：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

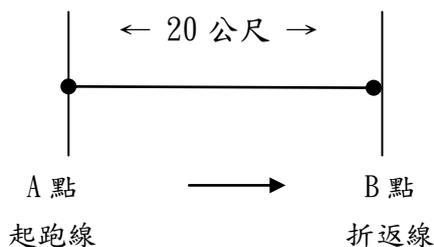
- 1.距離：20 公尺設 A（起點）、B（折返點）。(1 組 2 人，男女不限)
- 2.二人雙手平伸互握面對面於起點，將球放於胸前，心心相印互相貼住，以軀幹夾住球不讓球下掉，(限用軀幹不得用手臂) 向折返點前進，繞過折返點回起點，並於起點接力區將球交給下一組，同第 1 組動作繞過折返點，將球帶回起點，依此類推計共計 5 組，完成傳接運球，採計時賽。
- 3.犯規：A、球鬆脫掉下加 5 秒，未於接力區交接球者加 5 秒。
B、肩以下之手臂接觸球即算犯規，一人次加 5 秒。



五、土地公、土地婆（擲杯）：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

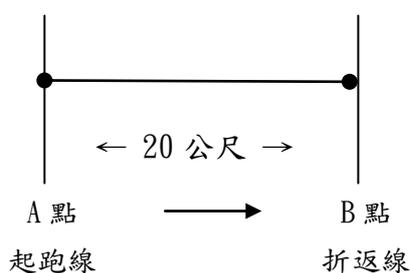
- 1.距離：20 公尺設 A（起點）、B（折返點）兩點。
- 2.選手拿接力棒由起點 A 出發至 B 點後，放下接力棒將拖鞋拿起，往上拋擲（選手需直立且拖鞋需扔過頭頂之高度）落地後，拖鞋如為一正一反一次即可拿起接力棒折返，否則需重複拋擲，直到一正一反，才可回到起點接下一位隊員。以此類推，當第 10 人完成並回到起點，則計時停止。
- 3.犯規：選手上拋後不可用手翻動拖鞋，且不得越線交棒，違者罰加 5 秒。
- 4.採計時賽，費時少者為勝，多次得連罰。
- 5.如有違規或非一正一反即返回，裁判需舉黃旗並叫回該選手重新來過。



六、時代巨輪：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

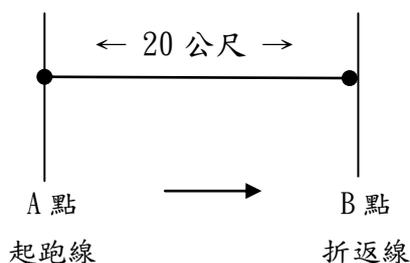
- 1、場地：起點至折返點相距 20 公尺。
- 2、比賽開始，每隊第一位扶推輪胎，由起跑線滾動輪胎至折返點（需繞過折返點），再沿原路，回至起點交給第二人，依此繼續進行至最後一位，依時間先後判定名次，採計時決賽。
- 3、起點至折返點間輪胎需用滾動，不得提起離地，違者每個加 5 秒。
- 4、超越接力線或沒繞過折返點者，違者每個加 5 秒。
- 5、輪胎及選手皆須進入終點線或接力線，方算完成，違者每位加 5 秒。



七、傳遞聖火：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

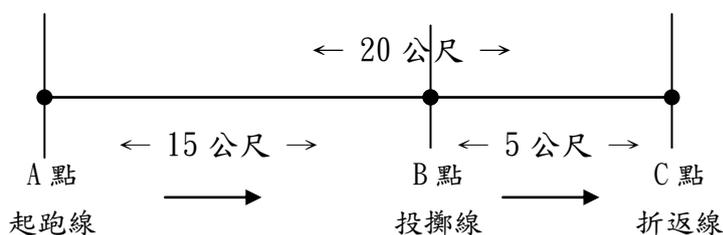
- 1.距離：20 公尺設 A、B 兩點
- 2.第一位立於 A 點面向折返點（手持一支接力棒下端，棒直立口向上置一棒球，不讓球掉下），槍聲響後，第一位從 A 點跑至 B 點（左去右回）繞過折返點，並回到起點接力區內將棒及球交接，下一位同動作完成，再接下一位，依此類推，以最後一位折返回到起點計時停錶，時間最短者獲勝。
- 3.犯規：A、未從起點起跑或未完成傳遞者（由裁判判定）每次加罰 5 秒，多次得連罰。
B、球掉下或用手協助扶持，皆須停止前進且回到違規原點重新開始，每次並加罰 5 秒，多次得連罰。



八、飛盤擲準：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

1. 距離：20 公尺設 A、B、C 三點
2. 第一位立於 A 點面向投擲線（事先持貼有該隊編號之三面飛盤），折返點置（呼啦圈 1 公尺寬），槍響後，第一位跑至 B 點將飛盤對著（呼啦圈）拋擲，從中穿越即算得 1 分，皆投擲完後，需自行回收貼有該隊編號之飛盤，並回到起點將飛盤作交接，下一位同動作完成，依此類推，全隊 10 人結束後，以進呼拉圈個數多者為勝，如同分數則以時間短者為優勝。
3. 犯規：未從起點起跑或未完成傳遞者或違規撿拾他隊飛盤(由裁判判定)罰扣 1 分，多次得連罰。



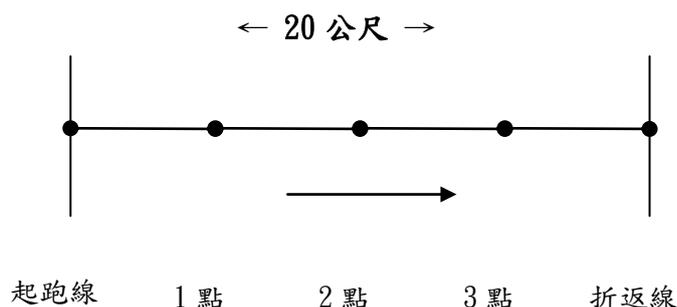
九、一分耕耘一分收穫：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

1. 場地：起點至折返點相距二十公尺，每隔五公尺放有直徑二十公分之（飛盤）3 個。
2. 比賽開始，第 1 位拿著放 3 瓶飲料罐之菜籃，起跑至第一標誌圈（飛盤）放下 1 飲料罐（需直立於飛盤中），接續至下一個，放完 3 瓶飲料罐後，提著菜籃繞過折返點，再沿路收回飲料罐至菜籃中，回至起點交給第 2 人，依此類推進行至最後 1 位，依時間先後判定名次，採計時決賽。

規則：

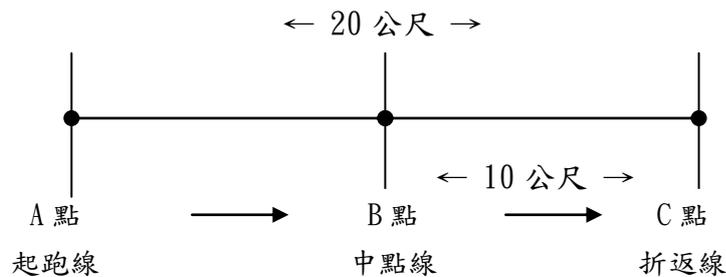
- (1) 飲料罐需豎立在圓圈（飛盤）中，違者每個加 5 秒。
- (2) 凡少放或收一個飲料罐，每個加 5 秒。
- (3) 超越接力線或沒繞過折返點，違者每位加 5 秒。



十、薪火相傳：每隊人數 10（男 5 女 5，女可替補男）

比賽內容：

1. 距離：20 公尺設 A、B、C 三點（以最後一條橡皮筋進入杯中計算成績）
2. 第二位立於 A 點預備（事先用嘴含吸管，吸管上並懸掛橡皮筋一條，不能讓橡皮筋掉下），面向立於中點 B 之第一位隊友，後方設折返點 C 放一桌子，上置杯子一個；槍響後，第二位從 A 點跑至 B 點將橡皮筋利用吸管傳承給第一位，第二位留中點 B，第一位至折返點 C，並將吸管上之橡皮筋置入杯中，不得用手，如掉出杯外即視為失敗。第一位返回起點 A，將接力棒交接給下一位，下一位同動作完成，依此類推，最先完成運送 10 條者為優勝。
3. 犯規：不得用手，未從起點起跑或未完成傳遞或違規(由裁判判定)罰加 5 秒，多次得連罰。
4. 採計時賽。



B-拔河競賽規程

男女混合組（4男4女）候補4名，男女各2名

- 1、各隊報名隊員需於比賽當天 08：00～09：30，於比賽場地由裁判過磅，最輕 8 人（4 男 4 女），加總不得超過 560 公斤(即下場比賽之八名男女選手體重總和)如過磅超重，依規則得於過磅時間終止前做第二次過磅，如還是無法通過則取消該隊比賽資格。
- 2、各隊於比賽前 10 分鐘參加檢錄，由裁判核算 8 人（4 男 4 女）總體重限制 560 公斤，未參加檢錄之選手不得參加比賽(依報名表填寫名單候補 4 名共計 12 名，每次下場比賽選手 8 名，換邊可換人，選手不可戴手套)
- 3、比賽規則由裁判於比賽前說明：拔河場地劃中線，左右各二公尺處劃一決勝線，裁判員作出”舉繩”動作時（雙手平舉，雙手握拳），二隊需將繩子握緊，兩隊第一人立於拔河繩第一位位置上（藍色標誌），裁判做出”拉緊”動作（雙手上舉，掌心相向），但不得拉動，如需調整位置則依裁判手勢調整中心點（紅色標示），當調整好時裁判掌心朝外，”開始”時雙手向下壓，兩隊隊員即可合力拉繩，將對方決勝線（白線標示）拉至己方決勝線者為勝，無時間限制，如確定勝負，裁判即鳴笛結束比賽並將手臂指向勝隊。（選手於裁判宣布比賽終了時，不得放繩，以免造成對隊受傷，如因放繩而令對手受傷，裁判可奪權判定放繩者輸，如為輸隊則可判定取消資格）
- 4、各隊除教練外，其餘隊員不可進入比賽場地加油或協助，更不得接觸到比賽之隊員。
- 5、每場比賽採三局二勝，每局比賽完需互換場地，如為第三場則猜拳選之。
- 6、運動員不得穿有鞋釘、粗粒、裝設之運動鞋或皮鞋，如釘鞋、足球鞋。為了安全起見亦不可沒穿鞋子赤腳參賽。
- 7、繩子只能向後拉，不得左右搖擺或放鬆。
- 8、點名入場後，該局未比賽完畢前不得中途換人，但換局可換人。
- 9、運動員不得借其它物件助力，拉動繩子。
- 10、後衛依規定需用背帶並戴安全帽，以防受傷。
- 11、參賽選手過磅時需帶識別證及過磅單，未帶者禁止過磅及參賽。
- 12、每場比賽檢錄時，皆需帶識別證、出賽單及過磅單，以便核對，違者取消參賽資格。

C-田徑賽項目競賽規程

A、團體 1200 公尺大隊接力

- 1、每隊 12 人(女前 6 棒、男後 6 棒) 各隊皆須有一位科長級以上隊員參加。
- 2、距離：1200 公尺，每人跑 100 公尺。
- 3、第 4 棒過搶道線，第 5 棒接棒者排於內側跑道準備接棒(往內道靠攏)。
- 4、第 5 棒接棒過終點線後才可以搶跑道。
- 5、需於接力區完成交接棒，若違規每棒加罰 5 秒鐘。
- 6、不可穿釘鞋。
- 7、分多組，每組平均分配隊數至多八隊，採計時賽，取前六名給獎。

B、個人競賽項目（可穿釘鞋）

*100 公尺（分男、女二組）

- 1、每單位每組限定至多可各報名 2 人。
- 2、分組比賽，以報名人數決定賽制：預賽、決賽。
- 3、錄取前六名給獎，大會頒發獎狀及獎牌。

*跳遠（分男、女二組）

- 1、每單位每組限定至多可各報名 2 人。
- 2、預賽試跳三次，擇優前八名進入決賽，進行後三次跳，最後擇六次之最佳成績判定名次。
- 3、錄取前六名給獎，大會頒發獎狀及獎牌。

*推鉛球（分男、女二組）

- 1、每單位每組限定至多可各報名 2 人。
- 2、預賽試擲三次，擇優前八名進入決賽，進行後三次擲，最後擇六次之最佳成績判定名次。
- 3、錄取前六名給獎，大會頒發獎狀及獎牌。

D-棒球九宮格擲準賽

- 1、比賽制度：分男、女二組，每單位每組限定報名 2 人，採個人賽。
- 2、每人投 12 球以擊落九宮格面板個數為積分，以個人獲得之總分來判定名次，如多人同分，以投擲完第 12 球離手所耗時間排序，時間少者為優勝。
- 3、比賽用球：採用軟式棒球（大會提供）。
- 4、比賽場地：投球線至九宮格立架，男子組距離為 15 公尺。女子組距離 10 公尺，九宮格：長 90 公分（30*30）寬 75 公分（25*25）。
- 5、九宮格棒球擲準個人獎：錄取前六名給獎，大會頒發獎品、獎狀及獎牌。