

# 108 年度彰化縣原住民族文化節暨傳統體能競技系列活動

## 趣味競賽辦法

壹、比賽日期：中華民國 108 年 10 月 6 日(星期日)。

貳、比賽地點：彰化縣立體育館圓形廣場(彰化市健興路 1 號)。

參、競賽分組：社會組、國中小組。

肆、人數規定：一、每單位每組比賽可報 10 名選手，每組以 1 隊為限，報名隊員均可參加。

二、出場選手男女生各 5 人，男生不足得以女生代替。

伍、比賽項目：

### 1、推動地球（國中以下）

道具：大籠球 1 顆、三角錐

方式：第一位立於起點面向折返點，(其餘選手立於接力區外)，起跑槍聲響後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，以最後一位選手跑回起點後結束。

犯規：未從起點起跑，或未從折返點繞過者，罰加 5 秒，多次得連罰。

### 2、擲骰子-比大小：

道具：每隊大型骰子 2 顆、交通錐 1 支，桌一組。

方式：比賽開始，每隊第一位選手持接力棒，由起跑點起跑至折返點，接力棒放桌子上拿 2 顆骰子擲出(須高於胸部，向上丟出)，所得點數 6 (含) 以上，物歸原位後持接力棒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。

犯規：A、需將骰子放好後才能折返，違者每次加 5 秒。

B、超越接力線，違者每位加 5 秒。

### 3、薪火相傳（國中以下）

道具：每隊接力棒一支、壘球一顆、交通錐一支

方式：比賽開始，每隊第一位接力棒直握與地面垂直，並握於有色膠帶下方(不可接觸)，上方頂一顆壘球，另一手背於後腰，不得再球旁補助，由起跑點起跑繞過折返點，再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。

犯規：A、當球掉落需回於球落地位置，放置後，才能繼續開始，違者每次加 5 秒。

B、超越接力線或沒繞過折返點，違者每位加 5 秒。

#### 4、負重接力

道具：每隊同重量沙袋一包、交通錐一支

方式：比賽開始，每隊第一位可用扛、抓、背、抱...等等方式，從起點線開始，前進到對面折返點繞過交通錐返回起點線後，將沙包當作接力棒傳交給第二人，依此繼續進行至最後一位，依時間先後判定名次。

犯規：A、當沙包掉落需於沙包落地位置重新拿起後，才能繼續開始，違者每次加 5 秒。

B、超越接力線或沒繞過折返點，違者每位加 5 秒。

#### 5、原鄉鋸木高手

道具：每隊鋸子一把、木頭一支（1公尺長、直徑10公分）

方式：參加者拿著鋸子由起點出發，到達鋸木區時，將大會預備之木頭鋸斷一節約5~10公分寬度後，帶著鋸子回返起點線，將鋸子交接給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。採計時賽，費時少者為勝。

犯規：A、選手未鋸斷木頭即回返，皆視為犯規加50秒，多次得連罰。

B、如有違規，助理裁判需叫回該選手重新來過。犯規加罰 30 秒，多次得連罰。

#### 棒球九宮格擲準賽

一、比賽規則：\*\*\*每隊男女不拘各派 5 人參加比賽。

1、採用大會規範；如規範規則中如有未盡事宜，則以仲裁委員會議之決議為最終判決。

2、各項競賽秩序之編配，均由競賽組排定之。

\*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。

二、競賽方法：

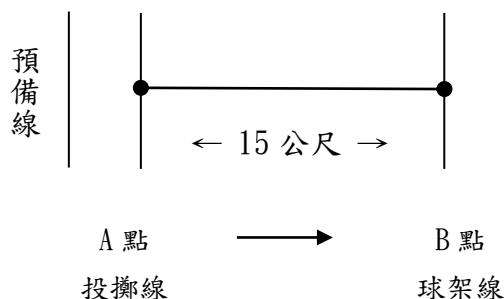
1、每人投 12 球以擊落九宮格面板個數為積分，以個人獲得之總分來判定名次，如多人同分，以投擲完第 12 球離手所耗時間排序，時間少者為優勝。

2、比賽用球：採用軟式縫線棒球（大會提供）。

3、比賽場地：投球線至九宮格立架，**男子距離為 15 公尺。國小及女子距離 12 公尺**，九宮格：長 90 公分（30\*30）寬 75 公分（25\*25）。

4、投擲規範：投擲者需以一腳踩於投擲線上（前、後腳不限）。

5、投擲面板需直接命中，打到地面彈跳而命中者不算。



捌、獎勵：依競賽規程總則第十一條規定辦理。

玖、申訴：依競賽規程總則第十三條規定辦理。

拾、罰則：依競賽規程總則第十四條規定辦理。