

國立勤益科技大學 109 年第 49 週年校慶競賽活動

大隊接力田徑競賽規程

- 一、主旨：為慶祝本校 49 週年校慶，藉由競賽的參與，提昇運動風氣，聯絡同學情感及表現團隊精神。
- 二、主辦單位：體育室。
- 三、參加單位：本校今年註冊之學生（含研究生）。
- 四、參加人數、分組：以系為單位報名，分男生組【每隊 20 名】、女生組【每隊 16 名】；各隊報名人員不可重複報名、混合組【每隊 20 人；男生 10 人、女生 10 人】；報過男、女生項目可重複報名混合組，2 隊(含 2 隊)以下不比賽。
- 五、比賽時間、地點：109 年 11 月 16 日(一)至 11 月 27 日(五)。
 1. 預賽：自 11 月 16 日(一)起，每週一、二、四的比賽時間自下午 5:20 開始，每週三比賽時間為下午 4:20 開始，星期五及週末不比賽。
 2. 比賽地點:本校田徑場。
 3. 集合地點:靠近教學區半圓手球場。
 4. 頒獎:時間另訂將公告於賽事報名網站上。
- 六、校慶報名說明會：109 年 09 月 30 日(三)下午 4：10 分於青永館 3 樓會議各系體育首席必到，**以取得團體報名帳號、密碼，否則無法報名。**
- 七、報名方式、時間、抽籤：
 - (一)、**方式：請使用 Google Chrome 瀏覽器(勿使用 IE)，進入本校體育競賽系統 (<http://3s.nchu.edu.tw/109>)進行報名，完成線上報名即可，無需再送紙本**
 - (二)、報名日期：109 年 09 月 30 日(三)至 10 月 23 日(五)下午 17：00 止，逾時不受理。
 - (三)、抽籤：於抽籤會議線上抽跑道賽道。
 - (四)、若有任何疑問或意見，請於上班時間 1300-2100 來電洽詢體育室活動組分機 5621 或加入活動組官方 LINE ID: @vrd4668d 洽詢。
- 八、比賽辦法：
 - (一) 男、女生、混合組每人跑 100 公尺。
 - (二) 混合組棒次男單、女雙棒次分配如下:
 1. 男生棒次 1、3、5、7、9、11、13、15、17、19。
 2. 女生棒次 2、4、6、8、10、12、14、16、18、20。
 - (三) 交接棒時，必須在 20 公尺的接棒區內完成接棒動作，若交接棒瞬間在接力區外完成視同違規，將取消比賽資格。
 - (四) 第一、第二棒、第三棒完成交接棒後，傳棒者應沿著自己跑道向前慢跑，待所有跑道完成交棒後迅速離開，若因不當離場動作影響他組傳接棒，情況嚴重者將取

消該隊參賽資格。

- (五) 男、女生、混和組皆第四棒接棒後可搶跑道。接棒者於接棒區依傳棒者之到達先後順序，依序往內跑道遞補位置；若傳棒者兩隊以上距離過於接近，接棒者應依傳棒者實際跑道位置預備，不得影響他組之傳接棒，若有違規情形嚴重者，將取消該隊比賽資格。
- (六) 比賽中發生掉棒情形，應由傳棒者將接力棒拾回，並應立即返回自己的跑道繼續比賽。
- (七) 各組人員於賽後應立即脫下號碼背心交給工作人員，以利下一組比賽人員使用。
- (八) 比賽過程中一律不得陪跑，一經檢舉查證屬實，將取消該隊比賽資格。
- (九) 請參賽選手發揮運動員精神，穿著運動服裝及運動鞋參賽（不得穿釘鞋）。

九、注意事項：

- (一) 凡在比賽中冒名頂替者，取消比賽資格。
- (二) 凡在比賽中違背運動精神或不服裁判等事宜者，取消比賽資格。
- (三) 請於競賽前 10 分鐘集合，若於比賽開始後 10 分鐘未能到場比賽，視同該場次棄權論。
- (四) 報名結束後，請於抽籤會議前更動選手資料，會議結束後不得再變更選手名單。
- (五) 如遇天雨或特殊狀況無法比賽，請至大會官網(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)查詢相關資訊，不個別通知。
- (六) 身體狀況：身心健康由參加單位自行檢查，可以參加劇烈運動者，始能報名參加。
【心臟病、氣喘、高血壓...等疾病，一律不得參加】
- (七) 本規程如有未盡事宜，得由主辦單位補充修訂之。

- 十、獎勵辦法：依據本校體育績優生獎助學金實施要點核發獎勵，體育績優生獎助學金校內、校外每人每學期得各申請 2 次，如獲獎 2 項以上，僅能擇優領取 2 項獎金，前三名並頒發獎狀乙紙。

國立勤益科技大學 109 年第 49 週年校慶競賽活動

創意熱舞競賽規程

- 一、 主旨：為慶祝本校 49 週年校慶，積極推展本校舞蹈運動的風氣，展現出青年學生自信樂觀、活力動感的團隊精神，特舉辦本比賽。
- 二、 主辦單位：體育室。
- 三、 參加對象：本校今年註冊之學生（含研究生）。
- 四、 競賽組別：以系為單位報名，不分系別、不分班級，可男女混合自由組隊，各隊報名人員不可重複。
- 五、 決賽時間：109 年 11 月 28 日(星期六) 上午 10:30。
- 六、 比賽地點：田徑場北邊手球場。
- 七、 校慶報名說明會：109 年 09 月 30 日(三)下午 4：10 分於青永館 3 樓會議。
- 八、 報名方式、時間、抽籤、試跳時間：
 - (一)、 方式：請使用 Google Chrome 瀏覽器(勿使用 IE)，進入本校體育競賽系統(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)，完成線上註冊即可開始報名，無需再送紙本。
 - (二)、 抽籤會議：109 年 10 月 28 日(三)下午 4 時 10 分，出場順序於體育室 3 樓會議室公開電腦抽籤，未到者由體育室代抽，不得異議，各系體育首席及舞蹈負責人，有任何意見需於抽籤會議提出，抽籤後不得做任何修正。
 - (三)、 報名日期：109 年 09 月 30 日(三)至 10 月 23 日(五)下午 17:00 止，逾時不受理。(報名後請隊長告知體育室活動組舞蹈曲風)
 - (四)、 試跳時間：109 年 11 月 25 日(三)16 時 30 分，每一隊都由教練/代表人播放音樂。此人負責把音樂帶到播放音樂區並為團隊按下「撥放」或「停止」鍵。
 - (五)、 MP3 格式音樂並自備音樂於手機內。
 - (六)、 若有任何疑問或意見，請於上班時間 1300-2100 來電洽詢體育室活動組分機 5621 或加入活動組官方 LINE ID: @vrd4668d 洽詢。
- 九、 練習時間：本校校園內每日(含週末)中午 12：00 至 13：10 及夜間 22:10 至翌日清晨 6:00 不可練習，如於前述時間練習扣總分 5 分，請檢舉人提供相關證明及其所屬舞蹈負責人連絡資料，若查獲屬實，扣表演總分 5 分，練習時間違規，經連續勸告 2 次(含以上)不計分，且取消比賽資格。
- 十、 比賽辦法/「道具」：
 - (一) 比賽內容：
 1. 不分舞蹈類別，如：hip-hop、流行、爵士、街舞、民族、芭蕾舞、現代、生活、科技……等創意舞蹈類型(以不違背善良風俗為原則)。
 2. 「創意」的內涵：指以一種以上的舞蹈類型作為基礎，並自訂舞蹈主題後，以求新、求變、求精進或求絕妙的方式，針對服裝造型、舞蹈動作技巧、音樂配樂、主題特色等方面發展出令人耳目一新、回味無窮、甚至拍案叫絕之舞蹈展演內容。
 - (二) 參賽人數 10 人至 20 人為限，每名選手只能參加一隊。(上場人數不可超過 20 人)，參賽隊伍 6 隊以下不舉行比賽。
 1. 人數超過或不足最高與最低人數者，每 1 人扣總分 1 分(不含工作或指導人員)。
 2. 各參賽團隊於演出節目中，如安排有吉祥物、道具搬移等工作人員，應計入參賽人數，如無上臺者，則不列入參賽人數。
 - (三) 參賽隊伍可準備 100 字(含標點符號)以內之出賽主題簡介，以便司儀介紹本次出賽主題，亦可不提供。主題簡介請於 109 年 11 月 20 日(五)下午 5 時前將電子檔送(寄)

至體育室活動組信箱(pyhact@ncut.edu.tw)。

(四) 比賽服飾以符合演出主題，不可過度暴露，不妨礙表演安全為原則。

(五) 道具以符合演出主題，能手持操作融入舞蹈為主，例如：標語、彩球、彩帶、手杖等，都能夠在比賽中運用，但會破壞比賽場地的道具不得使用，例：鞭炮、碎紙花、粉末…等。

(六) 大型「背景與布幕」是不計分、不鼓勵使用的。

十一、 時間限制/音樂/進場：

(一) 每一隊伍之進場及退場時間，以不超過 60秒為限，超過 60秒者扣分（以佈置人員進場時開始計時）。易致危險之道具及物品不得攜帶進場，否則大會工作人員得強判令其離場，有造成損害情事者，應由該參賽單位負責賠償。

(二) 表演時間全程限4至5分鐘，超過或不足皆扣分。比賽開始時隊員應在比賽規定區域內，自音樂、口號、動作任何一種開始時，即為比賽開始；音樂、口號、動作任何一種最後結束時，即為比賽結束。

(三) 比賽舞曲音樂由參賽單位自行準備，比賽舞曲音樂請使用手機或MP3格式。建議多帶幾個拷貝檔，以防聲音系統無法讀取你的音樂。

(四) 每一隊都由教練/代表人播放音樂。此人負責把音樂帶到播放音樂區並為團隊按下「撥放」或「停止」鍵。

十二、 評分標準：

(一)、 基本技術【40%】

1. 團體技術(20%)：隊形移位/速度/團隊精神/展現力/動作的精確性。

2. 舞蹈技巧(20%)：穩定性/敏捷性/完整性/柔軟度/速度/正確性。

(二)、 實施流程【60%】

1. 舞蹈編排(20%)：難度/隊形變換/時間運用/結構/配樂。

2. 創意(20%)：主題/道具運用/新穎/服裝色彩選配。

3. 整體效果(10%)：給群眾魅力/形象/視覺效果。

4. 傳達力(10%)：各系自我宣傳/口號/自信心/表情。

(三)、 若總成績相等時，即以團體技術分數較高為優勝，如再相等時則以舞蹈技巧優先，再依序以舞蹈編排、創意、整體效果、傳達力判定。

(一) 安全規則：通則

1. 著地：從跳躍、站立或倒立動作中著地，禁止膝蓋、臀部、大腿骨、正面、背面直接坐落，大部份的重量必須由雙手或雙足、先承受衝擊後再著落。

2. 未戴護具者，禁止以頭頸部旋轉。

3. 必須穿著軟鞋或運動布鞋，不可穿高跟鞋、赤足或僅著襪子。

4. 禁止配帶墜環、吊飾、手鐲、項鍊、戒指、腹腰帶、舌環等具有危險性飾品。

5. 為了表現特殊的風格，可穿著含亮片的服飾，包含點綴的亮片，裝飾性的耳環項鍊和髮飾。

(二) 騰翻

1. 禁止沒有用手支撐的騰翻，臀部越過頭部的翻轉技巧(例如：空翻)。

2. 得實施頭、肩、手、腳等部位保持與地板接觸的騰翻，例如：前滾翻、後滾翻、側翻、手倒立、下腰等；舞蹈動作不能騰空翻，但因曲風需要，可有 20 公分高度的轉接空間。

(三) 抬舉舞姿

1. 為了確保表演者安全，禁止實行拋投、舞伴特技、金字塔等競技啦啦隊技術。

2. 得實施舞蹈形式之抬舉舞姿，抬舉高度不可超過 2 層。抬舉定義為：一位或數位舞者支撐另一位舞者使其身體浮在空中(懸空)。抬舉超過肩膀以上必須適當的保護，

並放置於某一位置，不可拋投，禁止由一位舞者身上跳躍或拋投至地板，或拋投至另一位舞者身上。

3. 抬舉時含有頭朝下/顛倒或翻轉的姿態/面向地板移位的意味都禁止。

十三、獎勵：獲獎者依「國立勤益科技大學體育績優生獎助學金實施要點」辦理。體育績優生獎助學金校內、校外每人每學期得各申請2次，如獲獎2項以上，僅能擇優領取2項獎金。

十四、罰則：

(一) 如屬下述違規時，將由裁判審議依情形嚴重性在總分中扣1-5分或取消參賽資格。

1. 將容易招致危險之道具、物品帶進比賽現場者。
2. 節目內容、服裝道具或動作有違善良風俗者。
3. 有非實際參加比賽人員現場指導者。
4. 影響現場秩序或節目進行者。
5. 出現違規動作時，裁判可取消其該次比賽資格，並不予計分。
6. 不服大會評審且不經由領隊以書面向承辦單位提出異議，而以其他方式導致糾紛者。

(二)、表演長度不符規定：逾時或不足1秒至30秒扣總分2分；31秒以上扣總分3分。

(三)、進、退場逾時：進場或退場超過60秒扣總分5分。

(四)、違反安全規則：每次扣總分5分，採累計扣分。

(五)、參賽人數未符合規定：每不足或超過1人扣總分1分，採累計扣分。

(六)、練習時間如在晚間22：10至翌日清晨6：00或中午12：00至13：10，皆扣總分5分。

(七)、道具未符合規定，扣總分5分。

十五、申訴：

(一) 對選手資格及裁判判決之申訴，應在該場比賽成績公告後30分鐘內，以書面由系主任簽名蓋章，向審判委員會提出。

(二) 規則有明文規定者，以裁判之判決為終決。規則無明文規定者，以大會審判委員會判決為終決。

十六、比賽辦法如有未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂公佈之。

國立勤益科技大學 109 年第 49 週年校慶競賽活動

10 人 11 腳競賽競賽規程

- 一、主旨：為慶祝本校 49 週年校慶，提倡本校運動風氣，促進教職員工生身心健康並凝聚全校師生向心力，特舉辦本競賽。
- 二、主辦單位：體育室
- 三、協辦單位：學務處
- 四、參加對象：本校本學期註冊之學生（含研究生）。
- 五、競賽人數：以體育課班級為單位報名，分男生組/女生組每組以 1 隊為限，每隊 10 人，各隊報名人員不可重複，報名 2 隊(含 2 隊)以下不比賽。
- 六、比賽時間、地點：109 年 11 月 16 日(一)至 11 月 27 日(五)。
 1. 預賽、決賽：依據報名參賽隊數訂定比賽制度，自 11 月 16 日(一)起，每週一、二、四的比賽時間自下午 5:20 開始，每週三比賽時間為下午 4:20 開始，星期五及週末不比賽。
 2. 地點:東面直線跑道。
 3. 頒獎:時間另訂將公告於賽事報名網站上。
- 七、校慶報名說明會：109 年 09 月 30 日(三)下午 4：10 分於青永館 3 樓會議。
- 八、報名方式、時間：
 - (一) 方式：請使用 Google Chrome 瀏覽器(勿使用 IE)，進入本校體育競賽系統 (<http://3s.nchu.edu.tw/109>) 進行報名，完成線上報名即可，無需再送紙本。
 - (二) 報名日期：109 年 09 月 30 日(三)至 10 月 23 日(五)下午 17：00 止，逾時不受理。
 - (三) 若有任何疑問或意見，請於上班時間 1300-2100 來電洽詢體育室活動組分機 5621 或加入活動組官方 LINE ID: @vrd4668d 洽詢。
- 九、比賽辦法：計時決賽。
 - (一) 比賽距離：50 公尺
 - (二) 參賽人員於比賽時請自備護膝，每位隊員雙足必需配上護膝；而在腳上之腳帶必需正確黏貼好，始能比賽。
 - (三) 比賽時，為安全考量，每位隊員之右手搭著右邊隊員之右肩，左手搭在左邊隊員之左腰上，左右相反亦可。
 - (四) 起跑前需一致之準備動作與發聲（準備口號），以槍聲作起跑之訊號；跟著在裁判說出「準備」與「開始」槍聲間不允許太明顯動作與發聲（由兩側之裁判決定）。否則即屬犯規，兩次起跑前犯規即取消參賽資格
 - (五) 罰則:中途彈性帶脫落，須套好再出發，否則視為犯規該隊成績取消。

(六) 比賽成績以整支隊伍完全通過終點線為完成時間，亦即最後 1 位隊員之雙腳通過終點線。

(七) 晉級:取成績最好的前 8 組進入決賽，並以預賽成績排名。

十、注意事項:

(一)、凡在比賽中冒名頂替者，取消比賽資格。

(二)、凡在比賽中違背運動精神或不服裁判等事宜者，取消比賽資格。

(三)、於競賽前 10 分鐘集合，若於比賽開始後 10 分鐘未能到場比賽，視同該場次棄權。

(四)、報名結束後，請於抽籤會議前更動選手資料，會議結束後不得再變更選手名單。

(五)、如遇天雨或特殊狀況無法比賽，請至大會官網(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)查詢相關資訊，不個別通知。

(六)、身體狀況：身心健康由參加單位自行檢查，可以參加劇烈運動者，始能報名參加。

【心臟病、氣喘、高血壓...等疾病，一律不得參加】

(七)、本規程如有未盡事宜，得由主辦單位補充修訂之。

十一、獎勵辦法：依據本校體育績優生獎助學金實施要點核發獎勵，體育績優生獎助學金校內、校外每人每學期得各申請 2 次，如獲獎 2 項以上，僅能擇優領取 2 項獎金，前三名並頒發獎狀乙紙。

國立勤益科技大學 109 年第 49 週年校慶競賽活動

拔河競賽規程

- 一、主旨：為慶祝本校 49 週年校慶，提倡本校運動風氣，促進學生身心健康及培養團隊精神，特舉辦本比賽。
- 二、主辦單位：體育室
- 三、參加單位：本校在校之學生（含研究生）
- 四、參加人數：以班級為單位報名，分男生及女生組，每隊 10 名，各隊報名人員不可重複，2 隊(含 2 隊)以下不比賽。
- 五、比賽時間、地點：109 年 11 月 16 日(一)至 11 月 27 日(五)。
 1. 預賽、決賽：自 11 月 16 日(一)起，每週一、二、四的比賽時間自下午 5:20 開始，每週三比賽時間為下午 4:20 開始，星期五及週末不比賽。
 2. 地點:鑑心廣場。
 3. 頒獎:時間另訂將公告於賽事報名網站上。
- 六、校慶報名說明會：109 年 09 月 30 日(三)下午 4：10 分於青永館 3 樓會議。
- 七、報名方式、時間、抽籤：
 - (一)、方式：請使用 Google 的 Chrome 瀏覽器(勿使用 IE)，進入本校體育競賽系統 (<http://3s.nchu.edu.tw/109>) 進行報名，完成線上報名即可，無需再送紙本。
 - (二)、報名日期：109 年 09 月 30 日(三)至 10 月 23 日(五)下午 17：00 止，逾時不受理。
 - (三)、抽籤會議：109 年 10 月 28 日(三)下午 4 時 10 分，於體育室 3 樓會議室公開電腦抽籤，未到者由體育室代抽，不得異議，有任何意見需於抽籤會議提出，抽籤後不得做任何修改。
 - (四)、若有任何疑問或意見，請於上班時間 1300-2100 來電洽詢體育室活動組分機 5621 或加入活動組官方 LINE ID: @vrd4668d 洽詢。
- 八、比賽辦法：
 - (一) 分組原則：依據報名參賽隊數訂定比賽制度，三戰二勝。
 - (二) 著厚長袖，長、短運動褲皆可，可使用護膝。
 - (三) 著拔河鞋或平底運動鞋出賽，不符合規定者不得出場比賽。
- 九、比賽規則：
 - (一) 請於競賽前 10 分鐘集合，若於比賽開始後未能到場比賽，視同該場次棄權。
 - (二) 場地之選擇以猜拳決定，優先選場地。決勝局，亦以此方式進行選擇場地。
 - (三) 競賽兩隊相距中線〔紅點〕向外延伸至兩公尺處〔白點〕，第一位舉繩時需握繩於白點向外延伸至半公尺處〔藍點〕後面，聽裁判喊『舉繩時』把繩子舉起來，『拉緊時』把繩子拉緊，看裁判動作將繩子的紅點調整到中線，當裁判雙手向外

放下時，比賽開始。當有一方把對方的紅點拉到我方的兩公尺線時，裁判吹哨子結束比賽，判定勝方獲勝。

- (四) 男生組限時 2 分鐘，女生組限時 1.5 分鐘，將紅點拉回己隊兩公尺處即勝。若僵持不下，以男生組 2 分鐘(女生組 1.5 分鐘)停錶，視紅點接近哪一隊，既由裁判判定獲勝。
- (五) 每局間替補，隊長向主審裁判提出申請，經主審裁判確認之後才能替補，提出替補申請必須在前一局比賽後馬上提出。比賽開始、主審裁判發出「舉繩」口令之後，不能替補。
- (六) 後位 - 其繩子必須通過腋下，斜過背後，掛在反側肩上，多餘繩子置於後方外側。
- (七) 進場後選手馬上站好比賽位置，前後距離一公尺。
- (八) 如有下列之犯規，經線審裁判所屬證明，先以手勢警告，且舉紅旗告知主審裁判，經主審裁判所屬證明，先以手勢警告，警告不聽判以犯規一次，累計犯規三次者則該局判為對方獲勝。
 - 1. 「坐著犯規」：故意坐著不動或滑倒之後沒有立刻歸正。所謂「立刻歸正」是拔河選手在地上滑倒後，努力回復正規拔河位置。
 - 2. 「鎖繩犯規」：利用膝、腿頂住繩子不動，繩子固定在某隊員的身體。
 - 3. 「越線犯規」：比賽中，故意由邊線踏出。雙腳完全踏出邊線，沒有立刻回拔河道。

十、 注意事項：

- (一) 凡在比賽中冒名頂替者，取消比賽資格。
- (二) 請於競賽前 10 分鐘集合，若於比賽開始後 10 分鐘未能到場比賽，視同該場次棄權論。
- (三) 報名結束後，請於抽籤會議前更動選手資料，會議結束後不得再變更選手名單。
- (四) 凡在比賽中違背運動精神或不服裁判等事宜者，取消比賽資格。
- (五) 如遇天雨或特殊狀況無法比賽，請至大會官網(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)查詢相關資訊，不個別通知。
- (六) 身體狀況：身心健康由參加單位自行檢查，可以參加劇烈運動者，始能報名參加。
【心臟病、氣喘、高血壓...等疾病，一律不得參加】
- (七) 本規程如有未盡事宜，得由主辦單位補充修訂之。

十一、 獎勵辦法：依據本校體育績優生獎助學金實施要點核發獎勵。體育績優生獎助學金校內、校外每人每學期得各申請 2 次，如獲獎 2 項以上，僅能擇優領取 2 項獎金，前三名並頒發獎狀乙紙。

國立勤益科技大學 109 年第 49 週年校慶競賽活動

移動城堡水中接力趣味競賽規程

一、宗旨：本活動為推廣水上運動而設立，目的在於透過水中遊戲之方式，吸引學生從事水上活動，並藉由一連串活動之舉辦使游泳池成為校園生活重要去處，讓水上相關活動成為本校特色之一。

二、主辦單位：體育室

三、參加單位：本校在校之學生（含研究生）

四、參加人數：不分系別、不分班級，分男生及女生組，每隊 10 名，各隊報名人員不可重複，報名 2 隊(含 2 隊)以下不比賽。

五、比賽時間、地點：109 年 11 月 16 日(一)至 11 月 27 日(五)。比賽當日 16:10 前換好泳裝並戴上泳帽報到，超過 10 分鐘者以棄權論。

1. 預賽、決賽：自 11 月 16 日(一)起，每週一、二、四的比賽時間自下午 5:20 開始，每週三比賽時間為下午 4:20 開始，星期五及週末不比賽。

2. 地點：本校青永館 B2 游泳池，報到地點為游泳池前。

3. 頒獎：時間另訂將公告於賽事報名網站上。

六、報名方式、時間：

(一) 方式：請使用 Google 的 Chrome 瀏覽器(勿使用 IE)，進入本校體育競賽系統 (<http://3s.nchu.edu.tw/109>) 進行報名，完成線上報名即可，無需再送紙本。

(二) 報名日期：109 年 09 月 30 日(三)至 10 月 23 日(五)下午 17:00 止，逾時不受理。

(三) 若有任何疑問或意見，請於上班時間 1300-2100 來電洽詢體育室活動組分機 5621 或加入活動組官方 LINE ID: @vrd4668d 洽詢。

七、校慶報名說明會：109 年 09 月 30 日(三)下午 4:10 分於青永館 3 樓會議。

八、比賽辦法：(位置圖-參閱附圖十一)

一、服裝：需著泳裝、泳帽(運送人員配戴)，泳鏡依個人需求自行使用。

二、安全帽、救生衣：請擔任接力棒的學生配戴工作人員所發標註號碼安全帽、救生衣。

三、規則：

1. 採計時賽，於溫水池水道中進行，最快完成者獲勝。

2. 競賽方式：

(1)6 人在岸上：棒次 1、3、5 號站岸頭(靠近羽球場)；棒次；2、4、6 站岸尾並著救生衣上岸後請脫帽，表示已完成。

(2)水中 4 人持「浮板」在水中運送「1 號選手」每棒距離 25M，1 號於規定水道起點前進，到達對岸後，1 號上岸換 2 號上浮板，以此類推。

(3)水中 4 人持「浮板」在水中運送者只能以走路方式前進，不得游泳，亦不可使用任何輔助工具(例：蛙鞋、蹼指手套、浮板、游泳圈…)前進，於相同

水道中回到起點，來回傳接至第 6 位選手將手碰觸終點岸上，所需時間最短者獲勝。

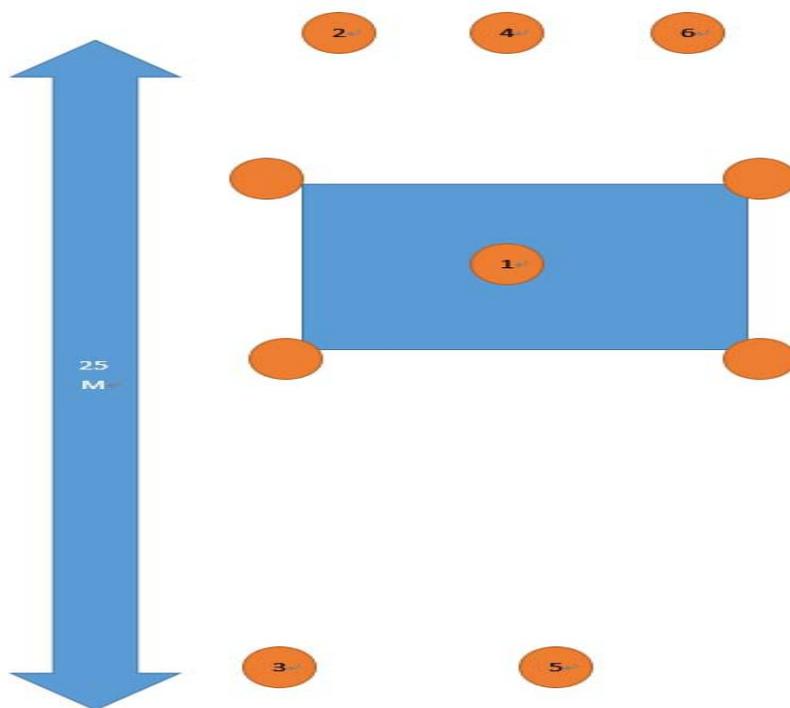
3. 「水中運送人員」替換:一次可替換 1-2 人替換位置統一至「岸頭更換」，請自行上岸與完成被運送的選手更換下水，期間時間不停錶。

九、注意事項:

- (一)、凡在比賽中冒名頂替者，取消比賽資格。
- (二)、凡在比賽中違背運動精神或不服裁判等事宜者，取消比賽資格。
- (三)、於競賽前 10 分鐘集合，若於比賽開始後 10 分鐘未能到場比賽，視同該場次棄權。
- (四)、報名結束後，請於抽籤會議前更動選手資料，會議結束後不得再變更選手名單。
- (五)、如遇天雨或特殊狀況無法比賽，請至大會官網(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)查詢相關資訊，不個別通知。
- (六)、身體狀況：身心健康由參加單位自行檢查，可以參加劇烈運動者，始能報名參加。
【心臟病、氣喘、高血壓...等疾病，一律不得參加】
- (七)、本規程如有未盡事宜，得由主辦單位補充修訂之。

- 十、獎勵辦法：依據本校體育績優生獎助學金實施要點核發獎勵，體育績優生獎助學金校內、校外每人每學期得各申請 2 次，如獲獎 2 項以上，僅能擇優領取 2 項獎金，前三名並頒發獎狀乙紙。

- 十一、附圖-報名網站有影片歡迎先點閱



109 年國立勤益科技大學第 49 週年校慶競賽活動

男生組 籃球三分線投籃競賽規程

- 一、主旨：為慶祝本校 49 週年校慶，藉由競賽的參與，提昇運動風氣，聯絡同學情感及表現團隊精神。
- 二、主辦單位：體育室
- 三、參加單位：本校今年註冊之學生（含研究生）
- 四、參加人數：以系為單位報名，每系至少可報名 2 隊，每隊 10 人，各隊報名人員不可重複，2 隊(含 2 隊)以下不比賽。
- 五、比賽時間、地點：109 年 11 月 16 日(一)至 11 月 27 日(五)。
 1. 預賽：自 11 月 16 日(一)起，每週一、二、四的比賽時間自下午 5:20 開始，每週三比賽時間為下午 4:20 開始，星期五及週末不比賽。
 2. 比賽地點：本校籃球場 A 場地。
 3. 頒獎:時間另訂將公告於賽事報名網站上。
- 六、校慶報名說明會：109 年 09 月 30 日(三)下午 4：10 分於青永館 3 樓會議。各系體育首席必到，**以取得團體報名帳號、密碼，否則無法報名。**
- 七、報名方式、時間、抽籤：
 - (一)、**方式：請使用 Google Chrome 瀏覽器(勿使用 IE)，進入本校體育競賽系統 (<http://3s.nchu.edu.tw/109>)進行報名，完成線上報名即可，無需再送紙本。**
 - (二)、報名日期：109 年 09 月 30 日(三)至 10 月 23 日(五)下午 17：00 止，逾時不受理。**需由各系體育首席報名，不接受個別報名。**
 - (三)、抽籤會議：109 年 10 月 28 日(三)下午 4 時 10 分，於體育室 3 樓會議室公開電腦抽籤，未到者由體育室代抽，不得異議，有任何意見需於抽籤會議提出，抽籤後不得做任何修改。
 - (四)、若有任何疑問或意見，請於上班時間 1300-2100 來電洽詢體育室活動組分機 5621 或加入活動組官方 LINE ID: @vrd4668d 洽詢。
- 八、比賽辦法：
 - (一)分組原則：依據報名參賽隊數訂定比賽制度。
 - (二)依裁判哨音一長聲開始比賽，二短音比賽結束，投籃者須站於三分線外投籃，不得踩線，違者進球不算。
 - (三)每隊投籃 3 分鐘，投進籃多者為勝。
 - (四)成績相等之隊伍，延長加賽一分鐘，再相等再延長一分鐘至分出勝負為止。**【比賽結束請勿離開，如成績相同須加賽，離開者判加賽失效】**
- 九、注意事項：
 - (一)凡在比賽中冒名頂替者，取消比賽資格。
 - (二)凡在比賽中違背運動精神或不服裁判等事宜者，取消比賽資格。

- (三) 請於競賽前 10 分鐘集合，若於比賽開始後 10 分鐘未能到場比賽，視同該場次棄權論。
- (四) 報名結束後，請於抽籤會議前更動選手資料，會議結束後不得再變更選手名單。
- (五) 如遇天雨或特殊狀況無法比賽，請至大會官網(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)查詢相關資訊，不個別通知。
- (六) 身體狀況：身心健康由參加單位自行檢查，可以參加劇烈運動者，始能報名參加。【心臟病、氣喘、高血壓...等疾病，一律不得參加】
- (七) 本規程如有未盡事宜，得由主辦單位補充修訂之。

十、獎勵辦法：依據本校體育績優生獎助學金實施要點核發獎勵，體育績優生獎助學金校內、校外每人每學期得各申請 2 次，如獲獎 2 項以上，僅能擇優領取 2 項獎金，前三名並頒發獎狀乙紙。

109 年國立勤益科技大學第 49 週年校慶競賽活動

女生組 籃球罰球線投籃競賽規程

- 一、主旨：為慶祝本校 49 週年校慶，藉由競賽的參與，提昇運動風氣，聯絡同學情感及表現團隊精神。
- 二、主辦單位：體育室
- 三、參加單位：本校今年註冊之學生（含研究生）
- 四、參加人數：以系為單位報名，每系至少可報名 1 隊，每隊 5 名選手，各隊報名人員不可重複，隊(含 2 隊)以下不比賽。
- 五、比賽時間、地點：109 年 11 月 16 日(一)至 11 月 27 日(五)。
 1. 預賽：自 11 月 16 日(一)起，每週一、二、四的比賽時間自下午 5:20 開始，每週三比賽時間為下午 4:20 開始，星期五及週末不比賽。
 2. 比賽地點：。
 3. 頒獎：時間另訂將公告於賽事報名網站上。
- 六、校慶報名說明會：109 年 09 月 30 日(三)下午 4：10 分於青永館 3 樓會議。各系體育首席必到，**以取得團體報名帳號、密碼，否則無法報名。**
- 七、報名方式、時間、抽籤：
 - (一)、**方式：請使用 Google Chrome 瀏覽器(勿使用 IE)，進入本校體育競賽系統(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)進行報名，完成線上報名即可，無需再送紙本。**
 - (二)、報名日期：109 年 09 月 30 日(三)至 10 月 23 日(五)下午 17:00 止，逾時不受理。**需由各系體育首席報名，不接受個別報名。**
 - (三)、抽籤會議：109 年 10 月 28 日(三)下午 4 時 10 分，於體育室 3 樓會議室公開電腦抽籤，未到者由體育室代抽，不得異議。
 - (四)、若有任何疑問或意見，請於上班時間 1300-2100 來電洽詢體育室活動組分機 5621 或加入活動組官方 LINE ID: @vrd4668d 洽詢。
- 八、比賽辦法：
 - (一) 分組原則：依據報名參賽隊數訂定比賽制度。
 - (二) 每隊投籃 5 分鐘，每人 10 球，每隊 5 人，投球進籃多者為勝。**【依裁判哨音一長聲開始比賽，二短音比賽結束】**
 - (三) 投籃者須站於罰球線外投籃，不得踩線，違者進球不算。
 - (四) 成績相等相關隊伍，延長加賽 1 人 10 球，再相等再延長，換 1 人投 10 球至分出勝負為止。**【比賽結束請勿離開，如成績相同須加賽，離開者判加賽失效】**
- 九、注意事項：
 - (一)、凡在比賽中冒名頂替者，取消比賽資格。
 - (二)、凡在比賽中違背運動精神或不服裁判等事宜者，取消比賽資格。
 - (三)、請於競賽前 10 分鐘集合，若於比賽開始後 10 分鐘未能到場比賽，視同該場次棄權。
 - (四)、報名結束後，請於抽籤會議前更動選手資料，會議結束後不得再變更選手名單。
 - (五)、如遇天雨或特殊狀況無法比賽，請至大會官網(<http://3s.nchu.edu.tw/109>)查詢相

關資訊，不個別通知。

(六)、身體狀況：身心健康由參加單位自行檢查，可以參加劇烈運動者，始能報名參加。

【心臟病、氣喘、高血壓...等疾病，一律不得參加】

(七)、本規程如有未盡事宜，得由主辦單位補充修訂之。

十、獎勵辦法：依據本校體育績優生獎助學金實施要點核發獎勵，體育績優生獎助學金校內、校外每人每學期得各申請2次，如獲獎2項以上，僅能擇優領取2項獎金，前三名並頒發獎狀乙紙。