

社團法人桃園市康復之友協會

108 年度桃園市心智障礙綜合性運動大會報名簡章

一、活動目的：

1. 藉由心智類障礙者運動賽事，增強康復之友、智能障礙者心理、生理功能與復健成果。
2. 藉由活動增進心智類障礙者之社會參與機會，並推廣心智類障礙者權益宣導，讓社會大眾更為了解心智類障礙者。
3. 藉由運動賽事的激勵，讓心智類障礙者於日常培養運動習慣，增加心智類障礙者對社會的歸屬感。



二、參加對象及人數：邀請本會會員、桃園市社區心智類障礙者、精神醫療院所與復健機構康復之友組隊報名參與，計 13 隊，每隊選手最多 40 名、工作人員最多 5 名。

三、報名期程：

1. 報名時間：即日起至 108 年 04 月 26 日(五)。
2. 籌備會議日期：108 年 05 月 06 日(一)。
3. 運動會日期：108 年 05 月 25 日(星期六)。

四、報名費用：會員 150 元/人、非會員 200 元/人。

五、活動流程

時間	活動內容	
08:00—08:30	報到	
08:30—10:00	1. 開幕典禮及運動員進場 2. 反毒、防詐騙…等宣導	3. 節能減碳宣導 4. 大會操
10:00—11:30	1. 男子、女子 100 公尺 2. 趣味競賽(一)—二人三腳	3. 趣味競賽(二)—職籃高手 4. 拔河—預賽
11:30—12:30	午餐	
13:30—15:00	1. 趣味競賽(三)—擲筊 2. 趣味競賽(四)—滾動大時代	3. 拔河—決賽 4. 20 人大隊接力
15:00—15:15	環境整理與成績計算	
15:15—17:00	頒獎及閉幕典禮	



運動臺灣

自發 · 樂活 · 愛運動



指導單位：教育部體育署

承辦單位：社團法人桃園市康復之友協會。

贊助單位：台灣電力公司、台灣中油股份有限公司、財團法人桃園市康復之友社會福利基金會。

主辦單位：桃園市政府。

協辦單位：桃園區永順國小。

(附件二)

108 年度桃園市心智障礙綜合性運動大會報名表

單位名稱：

聯絡人及手機：

編號	姓名	出生日期	身份證字號	身分別	保險受益人	備註(素食請註明)
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						

備註：

1. 為利投保當日意外險，請以電腦 key in 填表。
2. 親自至本會或 e-mail：cal9@ms34.hinet.net (桃園市康復之友協會)報名。
3. 身分別請填寫選手、工作人員或是家屬。
4. 素食者請於備註欄註明。

(附件三)

108 年度桃園市心智障礙綜合性運動大會

「男子、女子 100 公尺徑賽」報名表

編號	單位名稱	男選手		女選手		備註
		姓名	姓名	姓名	姓名	
1						

備註：

1. 每隊男、女各二人參加比賽。
2. 若有更換選手，請務必在比賽開始前告知檢錄處與計分台，以避免計分錯誤影響選手權益。

(附件四)

108 年度桃園市心智障礙綜合性運動大會

參賽隊伍、服裝統計表

編號	單位名稱	選手						合計	
		S	M	L	XL	2L	3L		
1								衣	
								褲	

上衣參考尺寸

上衣	衣寬	衣長
S	38	25
M	40	26
L	42	27
XL	44	28
2L	46	29
3L	48	26
5L	52	30

長褲參考尺寸

長褲	平腰	臀圍	褲長
S	22	38	35
M	23	40	37
L	24	42	39
XL	25 1/2	44	41
2L	27	46	43
3L	28	48	43
5L	30	52	44

備註：衣、褲可訂不同尺寸

(附件五)

108 年度桃園市心智障礙綜合性運動大會

競賽規程

一、 競賽規則：

- 〔一〕 中華民國田徑協會最新公布之田徑規則。
- 〔二〕 本次比賽單行法規，詳見競賽項目及規則。

二、 比賽規定：

- 〔一〕 每位選手僅代表一隊出場比賽
- 〔二〕 選手應遵守比賽規則、服從裁判，裁判有停止比賽之權責。
- 〔三〕 參加比賽中發生非規則或本規程中無明文規定之爭議，由審判委員會之判決為終決。
- 〔四〕 沒有比賽之選手請勿在比賽場地內逗留，以免影響比賽進行。
- 〔五〕 每隊團體競賽項目，每項報名者最少要含 4 名女選手且每隊報名之工作人員亦可加入團體競賽項目。
- 〔六〕 拔河及大隊接力友誼賽請各隊派員 1~2 名，由大會協調參賽名單。

三、 抽籤：107 年 5 月 6 日(星期一)，本會會館會議室進行拔河順序抽籤，未準時到場者由大會代抽，不得異議。

四、 獎勵：

〔一〕 錄取名額：

1. 團體錦標：取前四名分別發給冠、亞、季、殿軍獎杯乙座。
2. 個人優勝：男、女 100 公尺優勝前六名，前三名分別發給獎牌乙面及獎狀乙紙，四到六名發給獎狀乙紙。
3. 精神錦標：大會另設最佳勇氣、最佳默契、最佳活力、最佳表現等數個獎項，由裁判團進行評分，不列入團體錦標計分，各頒發獎杯乙座。

〔二〕 計分方式：

1. 各項競賽優勝取前八名項目，依 9、7、6、5、4、3、2、1 給分；取前六名項目，按 7、5、4、3、2、1 給分
2. 團體錦標名次依積分多寡判定之，如積分相同時，以獲得第一名之多寡分之，以此類推，如不能分出名次時，則錦標並列。

五、 附則：

- 〔一〕 比賽期間大會已辦理活動團體意外保險。
- 〔二〕 本次活動風雨無阻，下雨無法進行戶外比賽時，得按雨天備案項目進行室內比賽。

六、 本競賽規程如有未盡事宜得由各單位代表於籌備會議中討論修改。

(附件六)

108 年度桃園市心智障礙綜合性運動大會

競賽項目及規則

一、徑賽

1. 男子、女子 100 公尺

- (1) 每隊男、女各二人參加比賽。
- (2) 採分組計時決賽，取前六名給予獎勵(前三名頒發獎牌乙面，四至六名頒發獎狀乙紙)。
- (3) 發令裁判員口令如下：各就位、預備、鳴槍(起跑)。
- (4) 如選手偷跑，發令員將鳴第二槍及吹哨子，請選手回到起跑線後重新開始。
- (5) 同一選手如偷跑 2 次則取消比賽資格。

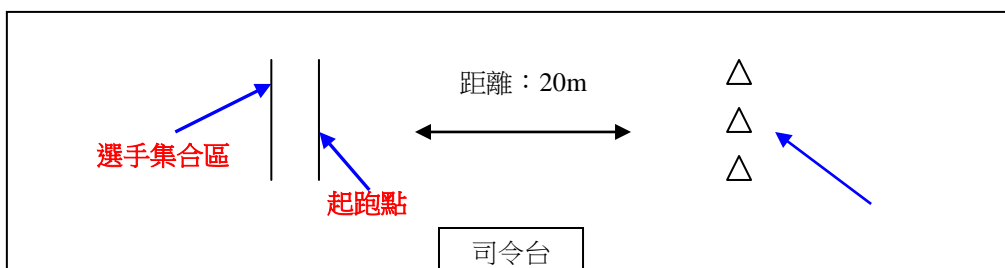
2. 大隊接力

- (1) 每隊由 20 人組成，男女不拘(最少要含 4 名女選手)。
- (2) 每人跑 100 公尺，第 1、2 棒分道，第 3 棒接棒完成後得開始搶跑道。
- (3) 自第 4 棒開始，接棒位置應依前一棒次抵達順序自跑道內側向外側依序排列，且交棒完成之選手應立即離開跑道，不可干擾影響比賽之進行。
- (4) 接棒點前後 10 公尺為交接棒區。因交接棒違規(違規搶跑道、阻擋、陪跑等)而獲取有利狀況時，違規隊伍每一犯規行為各增加 5 秒罰則。
- (5) 參加比賽之選手禁止穿著釘鞋，並應穿著大會發給之比賽背心用以識別。
- (6) 以計時成績判定名次，取前八名給予積分。

二、趣味競賽

1. 兩人三腳

- (1) 參加人數：每隊 16 人，男女不拘(最少要含 4 名女選手)。
- (2) 採分組計時決賽。
- (3) 發給參賽隊伍每隊 2 條綁腳帶，需於出發前繫於腳踝處，並確實繫好；每隊最後一棒須穿著大會所提供之號碼背心以資區別。
- (4) 從起點出發至 20 公尺折返處(三角圓錐折返處)後返回起點。
- (5) 當前一組返回起點處，需完全跨過起跑線後，下一組才能出發。
- (6) 採接力方式完成，最後一棒過線後按碼錶，以輪完全隊時間較短者為優，取前八名給予積分。
- (7) 場地示意圖(比賽場地於操場中央)：



2. 灌籃高手

(1) 參加人數：每隊12人(最少要含4名女選手)。

(2) 器材說明：

A. 籃網：由籃子與長柄布拖把組合而成為籃球框架。



B. 籃球：由工作手套1雙反摺而成為1顆球，合計共120顆球。



(3) 選手於呼拉圈外，不計任何方式投籃，如：投或拋進，但一次只能丟一顆。

(4) 分數以籃網中的球數來計算，如時間到有球卡在籃網上則不給分，一顆球1分，總分合計共120分。

(5) 過程中選手影響舉籃裁判，如：撿球時撞倒裁判、裁判臉因被球丟而籃網掉落，則該隊停止競賽，直接計算籃網中數量。

(6) 出現違規行為，一次扣3分，如以下：

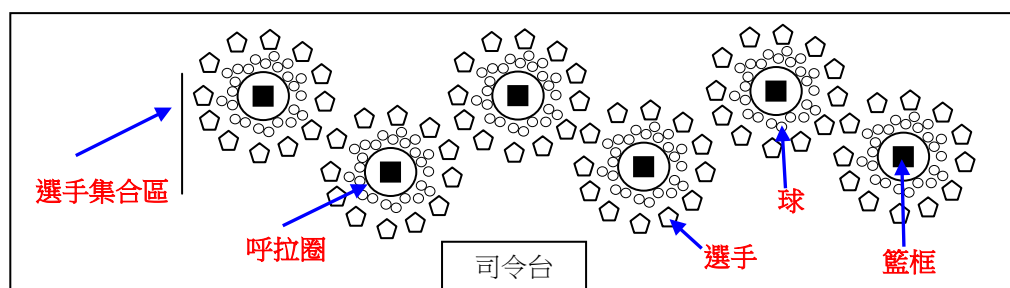
A. 碰觸籃網、故意踩進呼拉圈內拋擲

B. 一次丟多顆球

C. 計時結束仍持續投球

D. 撿他隊的球拋擲

(7) 場地示意圖（比賽場地於操場中央）：



3. 擲筭

(1) 參賽人數：每隊16人，男女不拘(最少要含4名女選手)。

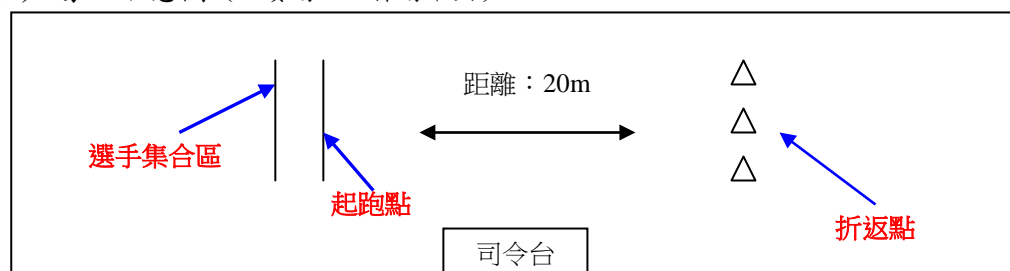
(2) 採分組計次決賽。

(3) 發給參賽隊伍每隊擲筭一付，塑膠盤一個，每隊最後一棒須穿著大會所提供之號碼背心以資識別。

(4) 槍響後，每次1人，將聖筭拿於手上出發，至對面20公尺（三角圓錐折返處），將聖筭平面放置於塑膠盤上，雙手拿起塑膠盤往上拋雙手不離托盤，讓聖筭落下至地面，看聖筭一正一反則為成功，每人拋三次後迅速拿聖筭跑回原出發點交換下一位，最後一位必須將聖筭拿回原出發點計時結束，16人加總成功次數最多者為勝利，次數相同時比較秒數，秒數少者獲勝，取前八名給予積分。

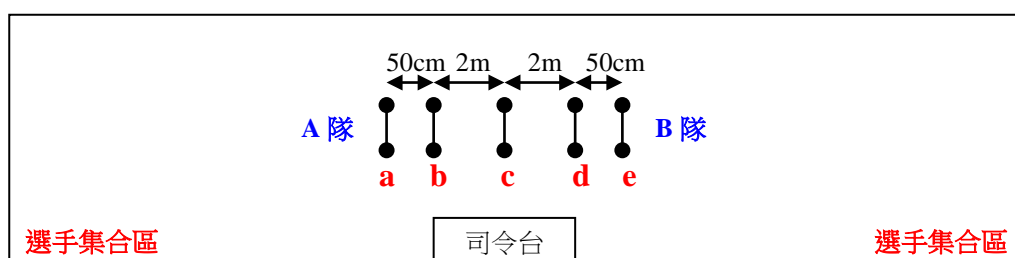
4. 滾動大時代

- (1) 參加人數：每隊 16 人，男女不拘(最少要含 4 名女選手)。
- (2) 採分組計時決賽。
- (3) 發給參賽隊伍每隊 1 個呼啦圈，每隊最後一棒須穿著大會所提供之號碼背心以資識別。
- (4) 槍響後，第一人從起點滾動呼啦圈，滾向對面 20 公尺折返處(三角圓錐折返處)後返回起點。
- (5) 當前一人返回起點處，需完全跨過起跑線後，下一位才能出發。
- (6) 採接力方式完成，最後一棒過線後按碼錶，以輪完全隊時間較短者為優，取前八名給予積分。
- (7) 場地示意圖 (比賽場地於操場中央)：



5. 拔河

- (1) 參加人數：每隊 16 人，男女、重量不拘(最少要含 4 名女選手)。
- (2) 每場比賽分三局，採 3 戰 2 勝制。每局比賽時間為 1 分鐘，第 1、2 局之間不休息，如 1 比 1 平手時可休息 2 分鐘。
- (3) 如時間超過 1 分鐘仍無法分出勝負，則以紅色中心標誌偏向之一方為勝隊。
- (4) 比賽開始第 1 局場地由大會排定，第 2 局交換場地，若須第 3 局則猜拳選擇場地。
- (5) 比賽開始，裁判發出「預備」口令時，雙方隊員於決勝線後緊握繩索，裁判吹哨時全體合力拉繩，將紅布標幟拉過決勝線者為勝。
- (6) 賽程採單敗淘汰制，取前四名給予積分(分別 7, 5, 4, 3 分)每 1 次比賽獲勝加給 1 分。
- (7) 場地示意圖 (比賽場地於司令台前的跑道上)：



*a、e 表示起握點；b、d 表示決勝線；c 表示中心點