

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、主辦單位：通識教育中心
- 三、承辦單位：體育教學中心
- 四、協辦單位：學務處課指組、休閒運動管理系、棒球運動代表隊、壘球運動代表隊、籃球運動代表隊。
- 五、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點至下午 3 點。
- 六、集合地點：體育館。
- 七、參賽資格：全校教職員工生皆可自由組隊報名，自評身心健康者均可參加，因比賽為同時進行請勿重複報名以免強碰造成棄權。
- 八、比賽說明：
 1. 球類項目：羽球、桌球、撞球。
 2. 個人項目：棒球九宮格、壘球投擲手、籃球中三元。
 3. 團體項目：羽從天降接接樂、龍行天下躍龍門。
 4. 體驗項目：自行車騎乘、攀岩體驗、棒球投球。
- 九、比賽辦法：各單項比賽規則如各項競賽規程。
- 十、報名：即日起至 113 年 3 月 17 日（星期日）中午 12：00 系統報名截止，或於 3 月 15 日（星期五）中午 12：00 前至體育教學中心報名，113 年 3 月 18 日（星期一）中午 12：00。在體育館採公開方式由大會安排舉行抽籤歡迎觀禮。洽詢電話：06-5979566#7131 高裕翔老師。

十一、獎勵：

1. 球類項目及團體項目取前3名頒發獎品及獎牌、錦旗活動完賽者給予公民護照體育分數2分(本運動日為一個活動項目參與多項比賽也給予一次公民護照分數)。
2. 個人項目達標及贈送精美小禮物送完為止。
3. 凡參加球類項目和團體項目即贈戳戳樂一次。
4. 個人項目及體驗項目參與三個項目即贈送戳戳樂一次。

十二、注意事項：

1. 參與比賽者請務必穿著運動服裝,穿拖鞋或牛仔褲者大會有權取消參賽資格。
2. 比賽如遇重大事故需順延時,另由體育教學中心網頁公告之。
3. 如患有心臟病、高血壓或其他不適合劇烈運動之疾病者,請勿報名參加,若發生意外請自行負責。

十三、本賽程未盡事宜由審判委員會決議,各單位不得異議。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

球類項目-桌球

一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。

二、主辦單位：通識教育中心

三、承辦單位：體育教學中心

四、協辦單位：學務處課指組、休閒運動管理系、棒球運動代表隊、壘球代表隊、籃球代表隊。

五、比賽時間：預賽 113 年 3 月 20 日下午 3 點至 5 點

決賽 113 年 3 月 27 日上午 10 點。

六、集合地點：體育館。

七、參賽資格：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。

八、比賽辦法：單打制分男女組採單敗淘汰制(三戰二勝制每局11分10比10不加分)。
如女生組報名人數未達基本人數將併組採讓分制度。

九、獎勵：取前 3 名頒發獎品及獎牌、活動完賽者即贈送戳戳樂一次。

十、注意事項：

1. 參與比賽者請務必穿著運動服裝，穿拖鞋或牛仔褲者大會有權取消參賽資格。

2. 比賽如遇重大事故需順延時，另由體育教學中心網頁公告之。

3. 如患有心臟病、高血壓或其他不適合劇烈運動之疾病者，請勿報名

參加，若發生意外請自行負責。

十一、本賽程未盡事宜由審判委員會決議，各單位不得異議。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

球類項目-羽球

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、主辦單位：通識教育中心
- 三、承辦單位：體育教學中心
- 四、協辦單位：學務處課指組、休閒運動管理系、棒球運動代表隊、壘球代表隊、籃球代表隊。
- 五、比賽時間：預賽 113 年 3 月 20 日下午 3 點至 5 點，
決賽 113 年 3 月 27 日上午 10 點。
- 六、集合地點：體育館。
- 七、參賽資格：全校教職員工生皆可自由組隊報名，自評身心健康者均可參加。
- 八、比賽辦法：雙打制分男女組採單敗淘汰制(21分制11分交換場地，20平手不加分)。
如女生組報名人數未達基本人數將併組採讓分制度。
- 九、獎勵：取前 3 名頒發獎品及獎牌、活動完賽者即贈送戳戳樂一次。
- 十、注意事項：
 1. 參與比賽者請務必穿著運動服裝，穿拖鞋或牛仔褲者大會有權取消參賽資格。
 2. 比賽如遇重大事故需順延時，另由體育教學中心網頁公告之。
 3. 如患有心臟病、高血壓或其他不適合劇烈運動之疾病者，請勿報名參加，
若發生意外請自行負責。
- 十一、本賽程未盡事宜由審判委員會決議，各單位不得異議。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

球類項目-撞球

一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。

二、主辦單位：通識教育中心

三、承辦單位：體育教學中心

四、協辦單位：學務處課指組、休閒運動管理系、棒球運動代表隊、壘球代表隊、籃球代表隊。

五、比賽時間：預賽 113 年 3 月 22 日早上 9 點至下午 3 點

決賽 113 年 3 月 27 日上午 10 點。

六、集合地點：體育館。

七、參賽資格：全校教職員工生皆可自由組隊報名，自評身心健康者均可參加。

八、比賽辦法：比賽規則：

1. 採 14-1 賽制，以 15 分鐘為限，累積總分高者獲勝。

14-1 球規則

通則：14-1 比賽使用母球 1-15 號（15 顆球子球），14-1 球為〈指定進球〉：選手將〈指定球〉打進〈指定袋〉之比賽。選手於出桿前必須明示指定進袋球與指定進球袋。選手將指定球打進指定袋，則可繼續出桿。

比賽之進行：

計分：合法完成〈指定進球〉則加總分一分。若選手合法完成〈指定進球〉，且一桿同時將任何非〈指定球〉亦打進袋，該非指定球亦加總分一分。若未合法完成〈指定進球〉，任何其他被打進袋之子球，應被重新擺於腳點上，若腳點已被其它球擋住，則應沿排球線儘可能置於該阻擋球後方（越接近越好）。開球後任何犯規扣總分一分。

十、獎勵：取前 3 名頒發獎品及獎牌、活動完賽者即贈送戳戳樂一次。

十、注意事項：

1. 參與比賽者請務必穿著運動服裝，穿拖鞋或牛仔褲者大會有權取消參賽資格。
2. 比賽如遇重大事故需順延時，另由體育教學中心網頁公告之。
3. 如患有心臟病、高血壓或其他不適合劇烈運動之疾病者，請勿報名參加，
若發生意外請自行負責。

十一、本賽程未盡事宜由審判委員會決議，各單位不得異議。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

個人項目-籃球中三元

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採現場報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、比賽辦法：在籃下先左邊上籃在右邊上籃，加罰球線投籃全部成功者即贈精美小禮物一份，數量有限送完為止。
- 六、獎勵：1. 成功挑戰完賽者即贈精美小禮物一份，數量有限送完為止。
2. 個人項目及體驗項目參與三個項目即贈送戳戳樂一次。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

個人項目-棒球九宮格

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採現場報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、比賽辦法：在固定的距離以投球的方式，連線成功者即贈精美小禮物一份，數量有限送完為止。
- 六、獎勵：1. 成功挑戰完賽者即贈精美小禮物一份，數量有限送完為止。
2. 個人項目及體驗項目參與三個項目即贈送戳戳樂一次。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

個人項目-壘球投擲手

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採現場報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、比賽辦法：在固定的距離用慢壘投球的方式投擲五球進三球者即贈精美小禮物一份，數量有限送完為止。
- 六、獎勵：
 1. 成功挑戰完賽者即贈精美小禮物一份，數量有限送完為止。
 2. 個人項目及體驗項目參與三個項目即贈送戳戳樂一次。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

團體項目-羽從天降接接樂

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採系統報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、比賽辦法：1. 採 3-6 人一組每次下場最少 3 人，採 20 顆球計時決賽。
2. 派 1 位代表發球 2 至 5 人至對面用羽球筒接球採計時決賽如數量相同者以時間少為優勝。
- 六、獎勵：取前 3 名頒發獎品及獎牌、活動完賽者即贈送戳戳樂一次。
- 七、如患有心臟病、高血壓或其他不適合劇烈運動之疾病者，請勿報名參加，若發生意外請自行負責。
- 八、本賽程未盡事宜由審判委員會決議，各單位不得異議。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

團體項目-龍行天下躍龍門

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採系統報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、比賽辦法：
 1. 採 6-12 人一組每次下場最少 2-4 人，
 2. 以陸上行舟的方式跑至 20 公尺定點，每人有 1 次踢球的機會踢向 10 公尺前的足球分數門，所有人分數加總即為該隊成績，成績相同者以時間少為優勝。
- 六、獎勵：取前 3 名頒發獎品及獎牌、活動完賽者即贈送戳戳樂一次。
- 七、如患有心臟病、高血壓或其他不適合劇烈運動之疾病者，請勿報名參加，若發生意外請自行負責。
- 八、本賽程未盡事宜由審判委員會決議，各單位不得異議。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

體驗項目-棒球投球

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採現場報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、活動辦法：體驗人員先至室內棒球場報名，由現場棒球專業人員指導每人以體驗 5 球為限。
- 六、獎勵：個人項目及體驗項目參與完成三個項目即贈送戳戳樂一次。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

體驗項目-自行車騎乘

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採現場報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、活動辦法：體驗人員先至體育館門前等待安排，體驗路線為校園一圈，自行車由學校提供捷安特 27 段變速登山車，先挑選合適尺寸車輛再行出發。
- 六、獎勵：個人項目及體驗項目參與完成三個項目即贈送戳戳樂一次。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動

體驗項目-攀岩

- 一、宗旨：為提升本校校園之運動風氣建構活力校園，鼓勵師生從事休閒運動的運動習慣，故籌辦多元競賽運動，塑造「健康遠東」之校園文化，發揚遠東熱情活力之精神。
- 二、報名對象：全校教職員工生皆可自由報名，自評身心健康者均可參加。
- 三、報名辦法：採現場報名
- 四、比賽時間：113 年 3 月 27 日早上 10 點半至 12 點，下午 1 點至 2 點半。
- 五、活動辦法：體驗人員先至體育館側門攀岩場等待安排，本次體驗以低空攀岩為主，由左至右讓參與人員感受不一樣的運動體驗。
- 六、獎勵：個人項目及體驗項目參與完成三個項目即贈送戳戳樂一次。

遠東科技大學 112 學年度『全校師生運動日』系列活動 比賽時間表

3 月 27 日星期三

上午 10 時 10 分開始

1. 開幕-----10:00
2. 羽球、桌球、撞球(複賽)-----10:10
3. 棒球九宮格、壘球投擲手、籃球中三元-----10:10
4. 自行車騎乘、攀岩體驗、棒球投球-----10:10
5. 龍行天下躍龍門(決賽)-----11:00

下午 13 時 20 分開始檢錄

6. 羽球、桌球、撞球(決賽)-----13:10
7. 棒球九宮格、壘球投擲手、籃球中三元-----13:10
8. 自行車騎乘、攀岩體驗、棒球投球-----13:10
9. 羽從天降接接樂-----14:00
10. 頒獎-----15:00