
教職員工、校友及里民運動大會競賽辦法

1. 比賽名稱：主管趣味競賽

比賽日期：115 年 3 月 25 日上午，賽程由大會競賽組統一排定。

參加資格：

凡本校一級主管、校友及北科附工教師及本里里長均可自由報名參賽。

參加人數：

人數不限，凡本校一級主管、校友及北科附工教師及本里里長均可自由報名參賽。

比賽辦法：參賽者需依序完成三個關卡。

(1)關卡一：參賽者需攜帶三顆足球前進 10 公尺（雙手腋下各夾一顆足球，另一顆抱在胸前），到達指定位置後，至少射門一顆足球成功，未成功者則回到起點重試。

(2)關卡二：參賽者站在呼拉圈內，藉助兩個呼拉圈的交替移動向前進行 10 公尺，到達指定位置後，抽取主題並擺出相應姿勢完成三連拍。

(3)關卡三：參賽者需持網球拍向上拍擊網球累計達 10 次，並將網球投擲至目標桶中。成功投擲一球即通過關卡，若三顆球皆未投進，需再進行 10 次累計拍擊，並獲得三顆新球，投擲距離將隨次數縮短，直到投擲成功為止。

2. 比賽名稱：路上行舟

比賽日期：115 年 3 月 25 日上午，賽程由大會競賽組統一排定。

參加資格：凡屬本校教職員工及校友可代表各單位參加。

參加隊別：

①機電學院②電資學院③工程學院④管理學院、設計學院、人文與社會科學學院⑤行政一隊⑥行政二隊⑦校友隊⑧里民隊。

比賽人數：報名 14 人，出賽 12 人。

比賽地點：操場內。

比賽辦法：

- (1)每 4-6 人一組，以接力方式完成指定距離競賽。騎乘順序不限。
- (2)參賽者協力將龍舟提起騎乘，過程中龍舟不可觸地。
- (3)龍舟需完整繞過折返點之角錐，回至出發點。
- (4)交棒時，參賽者需於騎乘龍舟時將龍頭轉正才可交棒。若有違規則累加該次競賽成績五秒。
- (5)龍頭過終點線則停止計時，以最短時間完成之隊伍獲勝。
- (6)比賽距離來回 60 公尺。

3. 比賽名稱：源源不斷

比賽日期：115 年 3 月 25 日上午，賽程由大會競賽組統一排定。

參加資格：凡屬本校教職員工及校友皆可代表各單位參加。

參加隊別：

①機電學院②電資學院③工程學院④管理學院、設計學院、人文與社會科學學院⑤行政一隊⑥行政二隊⑦校友隊⑧里民隊。

參加人數：

報名 14 人，出賽 12 人（不限男女）。

比賽地點：操場內

比賽辦法：

- (1)每人手握呼拉圈上之延長線套環，呼拉圈中圈住起跑線地面上之排球，將其圈拉超過終點換下位參賽者。
- (2)若排球脫離呼拉圈時，需在原地將其圈住後始可繼續，違反規

定者，每次加 5 秒得累計。

(3)手不得握套環以外的位置。

(4)比賽距離 30 公尺。

4. 比賽名稱：迴轉壽司

比賽日期：115 年 3 月 25 日上午，賽程由大會競賽組統一排定。

參加資格：凡屬本校教職員工及校友皆可代表各單位參加。

參加隊別：

①機電學院②電資學院③工程學院④管理學院、設計學院、人文
與社會科學學院⑤行政一隊⑥行政二隊⑦校友隊⑧里民隊。

比賽人數：

報名 14 人，出賽 12 人（不限男女）。

比賽地點：操場內。

比賽辦法：

(1)四人一組，背靠背手勾圍成一圈，將大球置於圈內背上前進並
繞過折返點之角錐，回至出發點，再換下一組進行。

(2)行進間若球掉落，需在原地將球置回圈內背上，方可繼續前
進，未依規定者視同違規。

(3)違反規定者，每次加五秒得累計。

(4)比賽距離來回 60 公尺。

5. 比賽名稱：拔河比賽

比賽日期：115 年 3 月 25 日上午，賽程由大會競賽組統一排定。

參加資格：凡屬本校教職員工及校友皆可代表各單位參加。

參加隊別：

①機電學院②電資學院③工程學院④管理學院、設計學院、人文
與社會科學學院⑤行政一隊⑥行政二隊⑦校友隊⑧里民隊。

參加人數：

報名 14 人，出賽 10 人（不限男女）。

比賽地點：東校區籃球場內

比賽辦法：

(1)繩子的中心綁上紅線，距繩子中心左右各 2m 在地面標記白色線。

(2)比賽時間 60 秒內，中心紅線通過己方地面白色線則獲勝，或 60 秒到時，繩子中心線靠地上中心標記之右側則右方獲勝，反之則左方獲勝。每次以一戰決勝負。

(3)賽程表現場抽籤決定。

(4)安全注意事項：雙手手心向上，繩從腰部經過，不可將繩子纏繞在手臂或腰部。有心臟病、氣喘、高血壓、習慣性脫臼等不適激烈運動者嚴禁出賽。可穿長袖衣服預防手臂內側磨擦傷。後位者盡量配戴安全頭盔。

(5)獎勵方式：前四名頒給獎盃及獎品。

6. 比賽名稱：大隊接力

比賽日期：115 年 3 月 25 日下午，賽程由大會競賽組統一排定。

參加資格：凡屬本校教職員工及校友皆可代表各單位參加。

參加隊別：

①機電學院②電資學院③工程學院④管理學院、設計學院、人文與社會科學學院⑤行政一隊⑥行政二隊⑦校友隊⑧里民隊。

比賽人數：

報名 14 人，出賽 10 人（不限性別及年齡）。

比賽地點：操場內。

比賽辦法：

(1)採接力方式計時決賽。

(2)第 1~8 棒跑 50 公尺，第 9~10 棒跑 100 公尺。

(3)競賽距離為 600 公尺，10 人接力賽跑。

7. 教職員工 80 公尺、2000 公尺競賽

比賽日期：115 年 3 月 25 日上午，賽程由大會競賽組統一排定。

報名資格：凡本校教職員工及校友均可報名參賽。

分組方式：

(1)甲組：39 歲(含)以下(民國 76 年 2 月 1 日後出生)

(2)乙組：40 歲至 49 歲

(3)丙組：50 歲至 59 歲

(4)丁組：60 歲(含)以上(民國 55 年 2 月 1 日前出生)

(5)戊組：凡女性同仁均可報名參加。

獎勵方式：凡完賽皆有完賽禮，另前三名頒給獎狀及獎品。

8. 錦標計分方法：除主管趣味競賽及 80 公尺、2000 公尺競賽等三項

外，以上各項均錄取 1~4 名，分別給予 6、4、2、1 分；依五項成績總和分數之多寡決定錦標名次，若積分相等時以相等之隊伍在路上行舟中所得名次決定先後；錦標頒給前三名，分別頒發獎盃及獎品。

教職員工精神錦標競賽辦法

1. 宗旨：為提升教職員工之參與運動之熱忱，促進互助合作之團隊精神。
2. 評審之組成：由校運籌備會聘請相關之專任教師組成。
3. 評分之方式：
 - (1)以各單位成員（含選手與未參賽之同仁）在大會比賽期間所表現之各項情形，依『單位成員精神、運動員精神及單位整合』評分：單位成員精神佔 30%，運動員精神佔 50%，單位整合佔 20%。
 - (2)單位成員精神：
開幕典禮時，在場人數（在場人數與應參加人數百分比給分）及服裝精神表現各佔 15 分。
 - (3)運動員精神：
參加項目佔 20 分（指當日之路上行舟、源源不斷、迴轉壽司、大隊接力、拔河比賽等五項，每項均參加之單位給滿分 20 分，每少一項者扣 4 分）。
競賽成績佔 30 分（不含主管趣味競賽及 80 公尺、2000 公尺競賽）：獲冠軍一項 6 分，亞軍一項 4 分，季軍一項 2 分，殿軍一項 1 分。
 - (4)單位整合：
競賽中加油表現及全程參與活動表現各佔 10 分。
 - (5)評分表如附件。
 - (6)獎勵辦法：取 3 名頒發獎盃及獎品。

教職員工精神錦標評分表

單位成員精神 30 %	項目 評分	評 定 標 準	配分	得分	備註
	開幕典禮	在場人數與應參加人數百分比	15		
		服裝及進出場精神表現	15		
運動員精神 50 %	參加項目	競賽參與程度： 路上行舟、源源不斷、迴轉壽司、大隊接力、拔河比賽等五項，每項均參加之單位給滿分 20 分，每少參加一項者扣 4 分。	20		
	競賽成績	冠軍一項 6 分、亞軍一項 4 分、季軍一項 2 分、殿軍一項 1 分。	30		
單位整合 20 %	團隊精神	競賽加油表現	10		
		全程參與活動表現	10		

總分：_____

評審委員簽名：_____