新北市立丹鳳高級中學 37 周年校慶運動會
「我愛丹鳳趣味競賽」實施辦法

本辦法旨在凝聚全校教職員工向心力，發揚團隊互助精神並促進身心健康。

壹、 活動基本資訊

活動宗旨	凝聚全校教職員工及家長向心力，促進身心健康，營造校園熱情活力的運動氛圍。
主辦單位	學務處體育組
協辦單位	學務處訓育組
競賽時間	115 年 12 月 12 日（星期六）
參加對象	全校教職員工
競賽場地	學校田徑場／操場（若遇雨天則取消）

貳、 競賽項目詳細規範

項目一：〈乒盡全力，乓出活力〉

一、 隊伍人數規範

每隊出賽人數以 **8 人** 為限。

二、 競賽規則與流程

1. **起跑與折返：**參賽選手須以「單手」握持桌球拍，將樂樂棒球平穩置於拍面上。鳴槍後，依指定路線前進至 20 公尺處折返點繞回起點。
2. **接力傳球：**回到起點後，必須「以拍傳拍」，將樂樂棒球由自己的球拍平移交接至下一棒隊友的球拍上，始完成接力。
3. **完成比賽：**全隊 8 人依序完成上述接力流程，最後一棒順利返回起點並舉旗，即視為完賽並停止計時。
4. **掉球處理：**行進過程中若樂樂棒球不慎掉落，參賽選手須回到「球體落地之原處」撿起並重新放回拍面後，方可繼續前進。

三、 違規事項（犯規判定）

- **輔助扶球：**比賽期間，以非持拍手或身體其他部位觸碰、扶助樂樂棒球以防掉落。
- **偷跑搶快：**尚未確實將球完整交接至下一棒隊友拍面上，下一棒選手即提前起跑。
- **未依規重啟：**球體落地後，未回到實際掉落之位置重新放置球體便逕自往前跑。

項目二：〈齊心協力，蟲向終點〉

一、 隊伍人數與人員組成

每隊以 8 人為限，採混合組，隊員組成須為 **男生 4 人、女生 4 人**。

二、 競賽規則與成績計算

(1) **賽制排名**：進行兩回合比賽，採計時決賽制。兩回合比賽成績時間加總依序排名，費時較少者獲勝。

(2) **競賽距離**：競賽直線距離為 20 公尺。

(3) **檢錄與比賽地點**：學校田徑場操場。

(4) **完賽標準**：比賽成績以整條毛毛蟲完全通過終點線即視為完賽。

三、 競賽流程與交接規範

1. **分組出發**：全隊 8 人分為兩組（每組 4 人）。第一組 4 位選手就位後，依發令裁判口令「預備」，並於「鳴槍」後開始比賽。
2. **騎乘與起跑**：每一組 4 位選手必須在預備線內完成跨坐於毛毛蟲上，並同時將毛毛蟲抬起方可出發快速前往（毛毛蟲頭部需朝向前方）。
3. **繞過折返線**：到達折返線後，必須整隻毛毛蟲完全繞過折返線後，方可返回預備線。
4. **線內交接**：交接時必須整隻毛毛蟲身在預備線內進行交接，下一組選手方可出發。

四、 違規罰則（違例加秒）

- 未在預備線內完成跨坐動作即出發，每次違例加 1 秒。
- 行進過程中，毛毛蟲頭未朝向前方，或採側身前進（龍舟側行），每次違例加 1 秒。

參、 趣味競賽報名回條

請各參賽單位填妥隊名及參賽名冊後，於 12 月 8 日交回學務處體育組以利賽程編排。

【報名表】項目一：乒盡全力，乓出活力

新北市立丹鳳高中 37 周年校慶運動會「我愛丹鳳趣味競賽」報名回條 （項目一：乒盡全力，乓出活力）							
參賽隊名：	（請在此填寫隊名）						
選手 1（隊長）		選手 2		選手 3		選手 4	
選手 5		選手 6		選手 7		選手 8	

【報名表】項目二：齊心協力，蟲向終點

新北市立丹鳳高中 37 周年校慶運動會「我愛丹鳳趣味競賽」報名回條 （項目二：齊心協力，蟲向終點）							
參賽隊名：	（請在此填寫隊名）						
選手 1（隊長）		選手 2		選手 3		選手 4	
選手 5		選手 6		選手 7		選手 8	