

弘光科技大學

58 週年校慶運動大會

簡章

活動地點：田徑場

主辦單位：運動休閒系

活動日期：114 年 11 月 29 日(星期六)



弘光科技大學慶祝創校 58 週年運動大會賽程表

運動大會競賽總規程-----P2

班際拔河比賽-----P5

班際大隊接力賽-----P6

個人男女組 100 公尺-----P7

大隊接力各棒次表-----P8

競賽活動家長同意書-----P9

各項報名表-----P11

弘光科技大學慶祝創校 58 週年運動大會競賽總規程

一、時 間：114 年 11 月 29 日（六）

二、地 點：田徑場

三、競賽時程表：

統一報名日期	活動名稱	活動時間	地點	辦法詳如附件及承辦
報名時間： 即日起至 10/31(五) 抽籤時間： 11/6(四) 賽程公告： 11/10(一) 公告拔河、大隊接力、100 公尺賽程	(一)班際拔河 (二)班際大隊接力 (三)個人男女組 100 公尺	依各項賽程排定時間	依賽程制定場地進行	(一) 附件一 (二) 附件二 (三) 附件三 (四) 附件四
11/13、27(四)	(一)班際拔河預賽(場次過多增加 11/27 賽程)	14:00~16:30	田徑場	1. 請參賽者提早 15 分鐘到檢錄處完成檢錄。 2. 請務必進行暖身，以免受傷。
11/27(四) (預賽. 複賽)	(二)個人男女 100 公尺(預. 複賽) 男子組 100 公尺 女子組 100 公尺	14:00-16:30	田徑場	
11/28(五) 確認	58 週年校慶開幕典禮預演(學務處)	15:00-16:00	毓麟館	
11/29(六)	58 週年校慶開幕典禮(學務處)	08:30-09:30	毓麟館	
11/29(六) (決賽)	(一)班際拔河決賽 (二)男子組、女子組 100 公尺決賽 (三)班際大隊接力 分組計時決賽 男子組、女子組、混合組決賽	09:40-12:00	田徑場	
	(四)頒獎			
	結束			

四、比賽分組：

1. 班際拔河：(1)五專組 (2)四技一年級組 (3) 四技二年級組，每班皆需派人參賽；(4)四技三、四年級組 (5)二技組則自由參加，獨立一組。
2. 班際大隊接力：(1)五專組 (2)四技一年級組 (3) 四技二年級組，每班皆需派人參賽；(4)四技三、四年級組 (5)二技組則自由參加。組別分為男生組、女生組、男女混合組(可與男生組或女生組重複)。每系每組最多限報一隊。
3. 個人男女 100 公尺：分男生組、女生組(男生建議須 14 秒內速度，女生建議須 15 秒內速度。)

五、比賽人數：

1. 班際拔河賽：每班 12 人下場比賽，男生 6 人 女生 6 人，女生可以代替男生(例 5 男 7 女)，請各班自行選拔選手與訓練選手。參賽學生准予公假。
2. 班際大隊接力：男生組 12 人、女生組 12 人、男女混合組 12 人(前 6 棒女生，後 6 棒男生)。請各班自行選拔選手與訓練選手。參賽學生准予公假。
3. 100 公尺競賽：學生自由參加。

六、比賽制度：

1. 班際拔河賽：依賽程排定日期，採單敗淘汰及三戰二勝制，每局比賽時間三十秒，時間到而未分出勝負時，以靠近『標識帶』拉近的一方獲勝。決賽於 11 月 29 日舉行。
2. 班際大隊接力：(1) 11 月 29 日(六)09：40~12：30 分組男生組、女生組、男女混合組，採分組計時決賽，各組取前 3 名錦旗、獎金。
(2)比賽規則：第 1 棒從 100 公尺起點處起跑，第 2 棒次接到棒子後才能開始搶跑道，第 12 棒跑 150 公尺至司令台前終點線，不可穿釘鞋，不可赤腳。
3. 個人 100 公尺：(1)11 月 27 日(四)下午 14:40~16:30 預賽、複賽，男、女生組，各組取前 8 名晉級決賽。
(2)11 月 29 日(六) 上午 09：40 進行決賽。
(3)現場分組檢錄後比賽。

附註：其他競賽項目過程中，因雨致比賽中斷，則所有賽程取消成績僅計算已賽程部份。參賽學生准予公假。

七、報名：

即日起至 10 月 31 日(五)，<https://reurl.cc/KQgAXM>，至此網址進行網路報名，報名完畢請連同活動同意書及未滿 18 歲同學的**家長同意書**，在 11 月 03 日(一)下午 15 點以前繳交至運動休閒系 0 棟 206 辦公室，逾期恕不接受辦理。如有疑問請撥：04-26318652 轉校內分機 7015、7009。

八、比賽時間：

(一)比賽抽籤：114 年 11 月 06 日(四)為減少同學課業時間繁複，統一由大會代為抽籤，不得異議。

(二)賽程公告於運休系網站及全校網站。

11/10(一)公告班際拔河、班際大隊接力、100 公尺。

(三)參賽人員請參閱競賽時程表，提前 5~10 分鐘至比賽場地檢錄，並留意大會廣播。

九、獎勵：

1. 班際拔河比賽：各參賽組別 1 至 3 名頒發獎金、錦旗一面。(備註：報名隊伍數未達 6 隊獎金減半)
2. 班際大隊接力：組別為男生組、女生組、男女混合組，各組取 1 至 3 名頒發獎金、錦旗一面
3. 100 公尺競賽：男生組、女生組各組取 1 至 6 名，1 至 3 名頒發獎牌、獎金、獎狀，第 4 至 6 名頒發獎狀各一張。

十、服裝：

參加比賽選手請穿著運動服及運動褲，其餘選手則穿著有利於跑步之運動衣褲。

十一、抗議：

若不服判決而欲上訴抗議之隊伍，在當日比賽結束前，請至司令臺填寫抗議申請表，並繳交 500 元為保證金。若抗議不成立，500 元保證金歸大會所有。

十二、罰則：

冒名頂替或違反運動精神扣該參賽者體育成績總分 5 分或勞動服務，情節重大者，依學生獎懲實施標準議處。

十三、注意事項：

1. 身體不適激烈運動者，請勿報名參賽。

十四、活動保險：運動賽會期間為校慶系列活動，由保險公司承保。

十五、附則：

1. 進修部學生須配合競賽時間，自由組隊參加個人或團體之競賽，團體項目每項最多二隊，請至運休系網及體育教學中心，採紙本及網路方式報名。
2. 各競賽項目需繳交家長同意書，無同意書或資格不符者嚴禁參賽。
3. 相關競賽訊息公告於全校網站及運休系、體育教學中心網站。
4. 本辦法如有未盡事宜，得隨時經大會修正公佈之。

【附件一】弘光科技大學 58 週年校慶運動大會

【班際拔河比賽規程】

一、目的：增進學生身心健康，提昇學生班級向心力及運動風氣，以賽會友，增進學生情誼交流。

二、時間：1. 預賽：114 年 11 月 13 日與 11 月 27 日(四)下午 14 時 00 分～16 時 30 分（場次過多增加 11/27 賽程）。各組取前 4 名進入決賽。

2. 決賽：114 年 11 月 29 日(六)，09 時 40 分～12 時 00 分。

三、地點：田徑場

四、參加對象：組別為(1)五專組 (2)四技一年級組 (3)四技二年級組，每班皆需派人參賽；(4)四技三年、四年級組 (5)二技組則自由參加，獨立一組。

五、報名：

即日起至 10 月 31 日(五)，<https://reurl.cc/KQgAXM>，至此網址進行網路報名，報名完畢請連同活動同意書及未滿 18 歲同學的家長同意書，在 11 月 03 日(一)下午 15 點以前繳交至運動休閒系 0 棟 206 辦公室，逾期恕不接受辦理。如有疑問請撥：04-26318652 轉校內分機 7015、7009。

六、競賽項目：

1. 比賽順序：114 年 11 月 06 日(四)由運動休閒系自行抽籤，不得異議。

2. 競賽賽程：114 年 11 月 10 日(一)公告於運動休閒系公佈欄及學校網站。

七、競賽規則：

1. 比賽採單敗淘汰及三戰二勝制。

2. 每局比賽時間三十秒，時間到而未分出勝負時，以靠近『標識帶』拉近的一方獲勝。

3. 每班 12 人下場比賽，男生 6 人 女生 6 人，女生可以代替男生（例 5 男 7 女），其餘為啦啦隊，每局可換人。

4. 非比賽隊員以不當之方式施力於己隊，企圖有利於己隊者，經查獲則取消該隊資格，該員則依校規論處，不得異議。

5. 棄權不參加、比賽人數不足或故意放繩有違運動精神者，全班議處，不得異議。

6. 比賽當日，下場比賽者，請穿著長袖衣褲，以免擦（磨）傷。

7. 填妥報名表與活動同意書及未滿 18 歲同學的家長同意書，患有疾病或身體不適者，請勿下場比賽，否則自行負擔後果。

8. 備有安全帽及護具，下場比賽者請確實穿戴，以維自身安全。

八、獎項：

組別	錄取名次	獎項
五專組 四技一年級組 四技二年級組 四技三、四年級、 二技組	各組取 1 至 3 名	第一名 3500 元，錦旗一面 第二名 2500 元，錦旗一面 第三名 2000 元，錦旗一面 (備註：報名隊伍數未達 6 隊獎金減半)

【附件二】弘光科技大學 58 週年校慶運動大會

【班際大隊接力規程】

一、目的：增進學生身心健康，提昇學生班級向心力及運動風氣，以賽會友增進學生情誼交流。

二、時間：分組計時決賽：114 年 11 月 29 日(六)，取前 3 名頒獎。

三、地點：田徑場

四、報名：

即日起至 10 月 31 日(五)，<https://reurl.cc/KQgAXM>，至此網址進行網路報名，報名完畢請連同活動同意書及未滿 18 歲同學的家長同意書，在 11 月 03 日(一)下午 15 點以前繳交至運動休閒系 0 棟 206 辦公室，逾期恕不接受辦理。如有疑問請撥：04-26318652 轉校內分機 7015、7009。

五、參加對象：(1)五專組 (2)四技一年級組 (3)四技二年級組，每班皆需派人參賽；(4)四技三年、四年級組 (5)二技組則自由參加，獨立一組。分男生組、女生組、男女混合組(可與男生組或女生組重複)，每班每組最多限報一隊。各組不足六隊，得由大會併入其他組別參賽，成績分開計算。

六、競賽規則：

1. 男生組 12 人、女生組 12 人、男女混合組 12 人(前 6 名女生、後 6 名男生)，請各班自行選拔選手與訓練選手。

2. (1)11 月 29 日(六)09：40~12：00 分組男生組、女生組、男女混合組，採分組計時決賽，各組取前 3 名頒發錦旗、獎金。

(2)比賽規則：第 1 棒次從 100 公尺起點處起跑，第 2 棒次接到棒子後才能開始搶跑道，第 12 棒跑 150 公尺至司令台前終點線，不可穿釘鞋，不可赤腳。

3. 填妥報名表與家長同意書，患有疾病或身體不適者，請勿下場比賽，否則自行負擔後果。

七、獎項：

預賽獎項

組別	錄取名次	獎項
男生組 女生組 男女混合組	取 1 至 3 名	第一名 3000 元，錦旗一面 第二名 2000 元，錦旗一面 第三名 1500 元，錦旗一面

【附件三】弘光科技大學 58 週年校慶運動大會

【100 公尺規程】

一、目的：增進學生身心健康，提昇學生體能及運動風氣，以賽會友增進學生情誼交流。

二、比賽時間：

1. 預賽+複賽：114 年 11 月 27 日(四)下午 14:00 舉行各組取前 8 名晉級決賽。

2. 決 賽：114 年 11 月 29 日(六)上午 09:40 舉行各組取前 6 名頒獎。

三、地點：田徑場。

四、參賽對象：全校男生組、女生組，自由報名參加。

五、報 名：

即日起至 10 月 31 日(五)，<https://reurl.cc/KQgAXM>，至此網址進行網路報名，報名完畢請連同活動同意書及未滿 18 歲同學的家長同意書，在 11 月 03 日(一)下午 15 點以前繳交至運動休閒系 0 棟 206 辦公室，逾期恕不接受辦理。如有疑問請撥：04-26318652 轉校內分機 7015、7009。

六、競賽規則：

1. 可穿釘鞋，不可赤腳。

2. 填妥報名表與家長同意書，患有疾病或身體不適者，請勿下場比賽，否則自行負擔後果。

3. 現場分組檢錄後比賽。

七、獎 項：

組別	錄取名次	獎項
男子組	取 1 至 6 名	第一名 1200 元，獎狀一張，金牌一面 第二名 800 元，獎狀一張，銀牌一面 第三名 500 元，獎狀一張，銅牌一面 第 4~6 名獎狀各一張
女子組	取 1 至 6 名	第一名 1200 元，獎狀一張，金牌一面 第二名 800 元，獎狀一張，銀牌一面 第三名 500 元，獎狀一張，銅牌一面 第 4~6 名獎狀各一張

工學大樓 ⁴	司令台 ⁴	體育館 ⁴
-------------------	------------------	------------------

- 8

弘光科技大學學生參加 58 週年校慶運動競賽活動同意書

本問卷旨在了解您的健康狀況，以增加活動的安全性；本問卷參考美國運動醫學會（1986）之 Physical Activity Readiness Questionnaire (PAR-Q)，修正後使用。如果您是不常運動，或是體重過重者，且在下列問卷中的任何一題回答，我已瞭解並確實回答，健康評估勾”是”者，煩請勾選「是」，無勾選「否」，那麼為了您的安全，在運動前，務必請示醫師，並經同意或治療後，並附醫生診斷同意書確認健康無慮後再參加比賽。

※學生身體活動前健康評估問卷。

系所科：_____系(科)_____年_____班

學號	姓名	行動電話	1. 醫生曾告訴您，您的心臟有問題嗎？	2. 您經常覺得胸部疼痛嗎？	3. 您經常覺得虛弱或頭昏眼花嗎？	4. 您的血壓過高嗎？	5. 醫師曾告訴您，您患有因運動而惡化的骨骼關節問題嗎？（例如：關節炎）？	6. 醫生目前是否開立血壓或心臟藥物給您服用？	7. 有其他上述未提及而不能參加運動的理由嗎？理由：_____
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否
			☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否	☐ 是 ☐ 否

※18 歲以上均填寫活動同意書，不敷使用請自行影印。

弘光科技大學學生參加 58 週年校慶運動競賽活動家長同意書

本問卷旨在了解您的健康狀況，以增加活動的安全性；本問卷參考美國運動醫學會(1986)之 Physical Activity Readiness Questionnaire (PAR-Q)，修正後使用。如果您是不常運動，或是體重過重者，且在下列問卷中的任何一題回答，我已瞭解並確實回答，健康評估勾”是”者，煩請勾選「是」，無勾選「否」，那麼為了您的安全，在運動前，務必請示醫師，並經同意或治療後，並附醫生診斷同意書確認健康無慮後再參加比賽。

※學生身體活動前健康評估問卷，請家長與學生共同作答

是	否	問 題
		1. 醫生曾告訴您，您的心臟有問題嗎？
		2. 您經常覺得胸部疼痛嗎？
		3. 您經常覺得虛弱或頭昏眼花嗎？
		4. 您的血壓過高嗎？
		5. 醫師曾告訴您，您患有因運動而惡化的骨骼關節問題嗎？ (例如：關節炎)？
		6. 醫生目前是否開立血壓或心臟藥物給您服用？
		7. 有其他上述未提及而不能參加運動的理由嗎？ 理由：_____

※未滿 18 歲同學，均須填寫並經家長或監護人簽名。

☐同意 ☐不同意 本人子女參加 58 週年校慶運動競賽活動

系 所 科： _____系(科)____年____班

學生簽章：_____學 號：_____

行動電話：_____

家長連絡電話：_____

家長行動電話：_____

家 長 簽 章：_____

※ 每張限用一人，不敷使用請自行影印。

弘光科技大學慶祝創校 58 週年運動大會報名總表

(請上網報名，總表請交回)

系 所 科: _____ 系(科) _____ 年 _____ 班 康 樂: _____

連絡電話: _____ E-mail: _____

*團體項目

導 師 簽 章 :

項 目
班際拔河

序號	姓名	序號	姓名
1		21	
2		22	
3		23	
4		24	
5		25	
6		26	
7		27	
8		28	
9		29	
10		30	
11		31	
12		32	
13		33	
14		34	
15		35	
16		36	
17		37	
18		38	
19		39	
20		40	

弘光科技大學慶祝創校 58 週年運動大會報名總表

(請上網報名，總表請交回)

系 所 科: _____ 系(科) _____ 年 _____ 班 康 樂: _____

連絡電話: _____ E-mail: _____

*團體項目

導師簽章：

項 目
班際接力-男子組

序號	姓名	序號	姓名
1		21	
2		22	
3		23	
4		24	
5		25	
6		26	
7		27	
8		28	
9		29	
10		30	
11		31	
12		32	
13		33	
14		34	
15		35	
16		36	
17		37	
18		38	
19		39	
20		40	

弘光科技大學慶祝創校 58 週年運動大會報名總表

(請上網報名，總表請交回)

系 所 科: _____ 系(科) _____ 年 _____ 班 康 樂: _____

連絡電話: _____ E-mail: _____

*團體項目

導 師 簽 章 :

項 目
班際接力-女子組

序號	姓名	序號	姓名
1		21	
2		22	
3		23	
4		24	
5		25	
6		26	
7		27	
8		28	
9		29	
10		30	
11		31	
12		32	
13		33	
14		34	
15		35	
16		36	
17		37	
18		38	
19		39	
20		40	

弘光科技大學慶祝創校 58 週年運動大會報名總表

(請上網報名，總表請交回)

系 所 科: _____ 系(科) _____ 年 _____ 班 康 樂: _____

連絡電話: _____ E-mail: _____

*團體項目

導 師 簽 章 :

項 目
班際接力-混合組

序號	姓名	序號	姓名
1		21	
2		22	
3		23	
4		24	
5		25	
6		26	
7		27	
8		28	
9		29	
10		30	
11		31	
12		32	
13		33	
14		34	
15		35	
16		36	
17		37	
18		38	
19		39	
20		40	

弘光科技大學慶祝創校 58 週年運動大會報名總表 (請上網報名，總表請交回)

系 所 科: _____ 系(科) _____ 年 _____ 班 康 樂: _____

連絡電話: _____ E-mail: _____

*個人項目，資料填寫姓名等同報名。導 師 簽 章：

學生組 100 公尺		
項目 序號	姓 名	性 別
1		☐ 男子 ☐ 女子
2		☐ 男子 ☐ 女子
3		☐ 男子 ☐ 女子
4		☐ 男子 ☐ 女子
5		☐ 男子 ☐ 女子
6		☐ 男子 ☐ 女子
7		☐ 男子 ☐ 女子
8		☐ 男子 ☐ 女子
9		☐ 男子 ☐ 女子
10		☐ 男子 ☐ 女子
11		☐ 男子 ☐ 女子
12		☐ 男子 ☐ 女子
13		☐ 男子 ☐ 女子
14		☐ 男子 ☐ 女子

