

114 學年度中國醫藥大學暨醫療體系×春春欲冬

聯合運動會競賽規程

一、宗旨：為提倡本校學生及教職員工暨醫療體系職員工參與休閒活動，促進學生及教職員工暨醫療體系職員工之間情誼，並促進發揮團隊合作精神，特舉辦本活動。

二、主辦單位：中國醫藥大學體育室。

三、協辦單位：中國醫藥大學學生會。

四、比賽日期：中華民國114年12月06日（星期六）。

五、報到時間：中華民國114年12月06日（星期六）上午 8：30。

六、比賽地點：中國醫藥大學校本部綜合球場。

七、參加資格：

（一）凡本校114學年度第1學期註冊之學生，得以系為單位組隊參加比賽。

（二）凡本校及附設醫院之在職教職員工（含約聘）均得組隊參加比賽。

（三）中亞聯合大學系統在籍學生及在職教職員工均得組隊參加比賽。

八、競賽分組：

（一）學生組：每隊為4-6人，原則上以系為單位，若人數不足則可跨系組隊，但不得跨隊參賽。

（二）教職員工組：以一級單位為單位組隊（含附設醫院）

1.每一單位報名隊數不限，如體育室A、體育室B等。

2.每一人只能代表一隊參加比賽，如報名體育室A者，請勿再報名體育室或其他單位。

3.人數不足之單位可組聯隊，如總務學務聯隊。

九、參加辦法：

（一）歡迎各位踴躍參與本次運動會活動；身體不宜從事劇烈運動者或當天身體不適者，請量力而為安全為先。

（二）報名時間：自公告日起至114年11月28日（星期五）17時止。

（三）報名方式：請各參賽單位詳閱競賽規程之規定，

於114年11月26日（星期三）17時前，完成 Google 表單並確認收到體育室受理信件（體育室信箱 adm04@mail.cmu.edu.tw）即完成報名，逾時恕不受理，報名表送出前敬請詳細校對，以免疏漏。

十、聯絡電話：

體育室：（04）22053366 轉 1270 吳小姐。

十一、競賽種類：

(一) 超超大排球

- 1.本賽事採單淘汰制，勝隊晉級下一輪比賽。每場比賽採三局兩勝制，前兩局先得 7 分者勝（搶 7，無 Deuce），若戰成 1:1 平手，則進行第三局加賽，先得 3 分者勝。
- 2.基本規則：(1) 觸球次數：每隊可於同一回合內連續觸球最多 5 次（含攔網），第六次未將球送過網者視為犯規，同一名選手不得連續觸球 2 次。(2) 發球規則：發球須於三米線後進行，採「拋球過網」方式，不得扣球或大力拍擊發球。(3) 持球判定：球若明顯停留於選手身上超過一秒鐘，視為「持球犯規」。(4) 比賽場地與球網：本賽事不設標誌桿，球從網上任何位置送過皆算有效，無輪轉與後排攻擊限制。
- 3.排名方式：採單淘汰制，取一、二、三、三名。

(二) 投石蹺蹺板

- 1.每隊 4 人分站兩側；一側 2 名隊員立於預備區 4 公尺線後；一側 2 人立於十二公尺競賽區內。
- 2.立於預備區 2 名隊員 1 人手持 1 個小布球；依序將小布球放入蹺蹺板投石器的小籃子；舉腳踩踏蹺蹺板投石器讓小布球飛向四公尺外競賽區。
- 3.立於競賽區第一位隊友雙手持臉盆接由四公尺預備區踩踏飛出的小布球為得一分後倒入籃中並將臉盆交給第二位隊友。
- 4.位於預備區第二位隊友放入小布球準備踩踏飛出讓四公尺外立於競賽區第二位隊友接。
- 5.預備區 2 位隊友依序踩踏；競賽區 2 位隊友依序雙手持臉盆接飛出小布球。
- 6.待 2 位隊員踩踏完；對向 2 位隊友接完小布球費時短接球多為勝
- 7.排名方式：完成時數越短的組別，依序頒發第一、二、三名。

(三) 白袍接力大挑戰

- 1.每隊 6 人依序進行（不足 6 人的組別可重複進行）。
- 2.每人需要在起點穿上白袍、戴上聽診器和手套，並走（跑）繞行一圈。
- 3.完成後將白袍、聽診器、手套交由下一棒隊友接力。
- 4.下一位隊友則重複同樣任務，直至最後一棒完成。
- 5.完成任務後計算完成時間，以最短完成時間的隊伍獲勝。
- 6.排名方式：完成時數越短的組別，依序頒發第一、二、三名。

(四) 投籃大賽

- 1.每隊 4 人依序進行。
- 2.一人定點立於三公呎伸縮桿、桿上綁一個籃子再放一個活動籃子。
- 3.將 60 顆海棉球倒於地上、3 位隊員每人限拿 2 顆海棉球於手上。

4.哨音起計時 2 分鐘投籃、手上 2 個海棉球投完限撿 2 個海棉球再投向 (3 公尺高)籃框。

5.兩分鐘時間到哨音響時，即停止投籃；或已將所有海棉球皆投入三公
尺籃中也停止計時。

6.計數前先撿未投入的海棉球再降下伸縮桿或斜放桿下；所有裁判一同
計數，球數多費時短者為勝。

罰則：哨音起未停止投籃者扣除 2 球。

7.排名方式：完成時數越短的組別，依序頒發第一、二、三名。

(五) 飛盤擲準

1.每隊 6 人，一場比賽，每人投入投擲三次（不足 6 人的組別可重複進
行）。

2.投擲至對面站在呼拉圈的隊友為成功接盤。

3.所有隊員完成所有投擲後，計算該隊獲得成功接盤的總次數和完成的
時間。

4.接盤次數越多的隊伍獲得勝利，如兩隊遇到相同次數則以完成時間做
為判斷依據。

(六) 天旋地轉

1.隊員 6 人立於預備區內依序排隊（不足 6 人的組別可重複進行）。

2.前方預備區內方一組合墊上放一扭扭盤。

3.聞槍聲立於預備區的第一位隊員手持接力棒往前跑向十二公尺外預備
區並坐在扭扭盤上以雙腳踏地旋轉五圈；起身跑回起點預備區將接力棒
傳給第二名隊員。

4.隊員們依序傳接接力棒坐於扭扭盤用雙腳踏地旋轉五圈後起身跑回預
備區將接力棒傳接給下位隊員。

5.所有隊員依序完成跑向十二公尺外預備區坐於扭扭盤雙腳踏轉五圈起
身將接力棒傳接給下位隊員。

6.待第 6 位隊員完成坐在扭扭盤踏轉地上五圈起身跑回預備區起終點線
停止計時費時短者為勝。

7.排名方式：完成時數越短的組別，依序頒發第一、二、三名。

(七) 毛毛蟲接力賽

1.4 人先跨上毛毛蟲，雙手緊握毛毛蟲上的把手。

2.比賽開始 4 人同心齊步前進至預備區。

3.4 人含毛毛蟲通過預備區；4 人立即跨下毛毛蟲高舉毛毛蟲調頭。

4.待 4 人含毛毛蟲通過預備區；4 人立即跨下毛毛蟲高舉毛毛蟲調頭。

5.依序每趟 4 人同心齊步向前，待每隊第 4 人含毛毛蟲通過前方預備區
起終點停止計時。

6.排名方式：完成時數越短的組別，依序頒發第一、二、三名。

罰則：

- 1.毛毛蟲前進時有鬆手或掉落毛毛蟲加五秒。
- 2.有隊員鬆手掉落立即停下毛毛蟲讓所有隊員跨上毛毛蟲方可繼續進行比賽。

十二、獎勵

- (一)分項：各分項取前3名頒發獎盃乙座。
- (二)總錦標：完成各項競賽皆取得10分積分，各分項前3名依序獲得10、7、5分積分，以相加總分多寡決定名次，如2個(含以上)隊伍所得總分相等時，以各隊所得第1名多寡判定之，如第1名數目亦相同時，則以第2名之多寡判定之，其餘依此類推，以隊為單位，擇優四名頒發體能挑戰賽總錦標獎盃。

十三、本競賽主旨為提倡全民運動，如比賽發生爭議時，以審判委員會之判決為終決，不得提出異議。

十四、注意事項

- (一)但凡患有心臟病、癲癇症、氣喘或懷孕者，亦或半年內曾做手術或骨折及任何不適宜劇烈運動人士，均不建議參加本項活動。
- (二)若參加者有長期使用藥物或活動當日身體感到任何不適，亦須於活動前或期間通知當日工作人員。

十五、本辦法若有未盡事宜，主辦單位保有最終解釋及修正之權利。