

國立中央大學 114 學年度全校運動會競賽規程

一、宗旨：為倡導本校運動風氣，促進師生身心健康，培養學生自治能力，發揮團隊精神，特舉辦全校運動會。

二、主辦單位：體育室。

三、比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。

四、比賽時間：

趣味競賽、拔河比賽：中華民國114年11月5日至6日（星期三至星期四）。

五、參加單位：

（一）學生：男、女生大學部以系、所為單位；研究生可以院為單位，擇一參加。

（二）教職員工：本校教職員工以系、所或院為單位，不同獨立所、中心及行政單位可聯合組隊。

（三）外籍學生亦可組「國際學生」隊為一單位。

（四）每位參賽人員，僅能報名參加一個單位。

六、參賽資格：

（一）學生：凡本校學生114學年度上學期完成註冊在學學生。

（二）教職員工：本校教職員工（含本校退休教職員工）及專任助理（持有校發之服務証者）均可報名參加。

七、錦標類別：

（一）男生趣味競賽錦標。

（二）女生趣味競賽錦標。

（三）男生拔河錦標。

（四）女生拔河錦標。

八、競賽項目：

（一）趣味競賽：分成男生組、女生組、教職員組等三組。

1.男生組：負重接力、兩人兩腳、滾輪胎、同舟共濟、袋鼠跳、一分耕耘一分收穫、擲筴、請問跑幾圈。

2.女生組：負重接力、兩人兩腳、滾輪胎、同舟共濟、袋鼠跳、一分耕耘一分收穫、擲筴、請問跑幾圈。

3.教職員組：兩人兩腳、滾輪胎、同舟共濟、一分耕耘一分收穫、擲筴、請問跑幾圈。

（二）拔河比賽：分成男生組、女生組、教職員組等三組。

九、報名截止日期：即日起至114年10月3日（星期五）下午17：00止。

十、報名辦法：

（一）全面以網路報名方式辦理，完成報名後請將其表單印出，經單位主管簽章後，繳交至體育室。

（二）拔河每單位限報名乙隊，男生組每隊可報名35人，限25人參賽；女生組每隊可報名30人，限20人參賽；教職員工組每隊可報名30人，限20人參賽（應男、女混合，其中單一性別至少5人(含)以上，且35歲以下者至多10名，若人數不足可由35歲以上替代）。

（三）趣味競賽每項每單位限報名乙隊（教職員組不限）。

十一、錦標計分法：

（一）趣味競賽各項競賽均錄取成績最優前八名，按九、七、六、五、四、三、二、一給分。

（二）拔河比賽最優前四名，分別給予九、七、六、五；其後四名均給予四分，再後八名均給予二分；其餘參賽各隊均給予一分。拔河比賽得分併入總錦標得分時應加倍計分。

（三）各項錦標均錄取得分最高前四名，分別依序為各該項錦標之冠、亞、季、殿軍。

（四）趣味競賽錦標中有二單位以上得分相等時，以各單位在該項錦標中所得第一名之多寡判別之。倘若所得第一數亦相等時，以所得第二名多寡判別之，餘類推。

十二、競賽規則：

（一）趣味競賽規則參閱各項趣味競賽辦法，參加者一律穿著平底膠鞋，足、棒球及田徑等釘鞋均不得穿著，比賽器材由大會準備。

（二）拔河競賽規則，請參閱拔河比賽辦法。

（三）教職員工組趣味競賽，請參閱教職員工組各項比賽辦法。

（四）各競賽項目報名僅三隊（含）以下時，則該項目不舉行比賽。

（五）趣味競賽及拔河同場比賽不得換人。其他任何團體項目每人不得重覆出賽，違者取消該項成績。

- (六) 拔河比賽報名隊數超過八隊時，則提前舉行會前賽，大會排定比賽時間後，再行通知。
- (七) 參加趣味競賽、拔河比賽，未經大會註冊之選手，不准出場比賽，如經檢舉屬實取消比賽資格及所獲之成績（名次）。
- (八) 選手出場參賽，學生必須攜帶學生證；教職員工攜帶服務證，以備查驗。
- (九) 有關運動員資格，應於比賽前提出，賽後不予受理。

十三、獎勵：

- (一) 趣味競賽項目視報名隊伍（4~5隊錄取前兩名；6~12隊錄取前四名；13隊以上一錄取前六名）頒發獎品。
- (二) 趣味競賽、拔河錦標錄取最優前四名，頒發獎盃乙座。

十四、申訴：凡有關競賽場上所發生的問題，各單位應於該項比賽結束後，成績公布後一小時內，以書面陳述事件並經領隊簽章後，併同保證金新台幣1,000元送交大會審判委員會開會決定之，其裁決為終決。申訴成立時保證金退還，否則由大會沒收。

十五、附則：

- (一) 凡比賽發生規則或本規程內無明文規定之問題，則由審判委員會開會決定之，其裁決為終決。
- (二) 選手受傷，遞補選手若未經報名「該項」競賽之選手，不得下場比賽。
- (三) 徑賽決賽棄權之隊伍，取消預賽所獲得之積分。

十六、本規程經體育室室務會議通過，報請114學年度全校運動會籌備委員會審議後實施，修正時亦同。

國立中央大學 114 學年度全校運動會
各項趣味競賽、拔河比賽辦法
學生組

壹、趣味競賽

一、比賽名稱：負重接力

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名16人，參賽12人。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 - 1.男生：12人，每人負重15公斤之沙袋跑50公尺，共600公尺。
 - 2.女生：12人，每人負重10公斤之沙袋跑50公尺，共600公尺。
 - 3.必須於各接力區內完成沙袋傳接。
 - 4.未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
 - 5.採計時決賽。

二、比賽名稱：兩人兩腳

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名16人，參賽12人。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 - 1.每隊12人分六組，每組跑50公尺，共300公尺。
 - 2.兩人背對背靠近緊貼，約在兩腳踝關節處綁緊。若腳繩脫落，須在脫落原點綁緊後繼續賽程，維持計時。
 - 3.未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
 - 4.採計時決賽。

三、比賽名稱：滾輪胎

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名16人，參賽12人。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 - 1.在自己的跑道上，以手推送輪胎滾地前進。
 - 2.輪胎滾動方向不得改變，且需由左至右（或由右至左繞過折返點）。
 - 3.接力時須在接力區完成交接；輪胎與選手同時到達，最後一棒亦須輪胎與選手同時抵達終點。
 - 4.下場比賽12人，每人跑50公尺，共600公尺。
 - 5.未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
 - 6.採計時決賽。

☆如未依規定違反者每組加計20秒：

- 1.未在自己的跑道上運送輪胎，而影響別組比賽之進行。
- 2.未在接力區交接或是輪胎與參賽者未同時抵達。
- 3.輪胎滾動方向改變，以直進直退的方式通過折返點。

四、比賽名稱：同舟共濟

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名20人，參賽16人。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。

(四) 競賽辦法：

1. 參賽者4人一組，共四組接力，每組跑30公尺，以木屐接力交接方式進行。
2. 四人共同穿一付木屐，成平行同時前進。
3. 木屐必須全部進入接力區內線內始得交接。
4. 未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
5. 採計時決賽。

五、比賽名稱：袋鼠跳

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名16人，參賽12人。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 1. 參賽12人，2人一組，共分成六組，以接力方式進行。
 2. 2人站入特製的布袋內，同時跳躍前進。
 3. 比賽距離男、女生均為24公尺。
 4. 未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
 5. 採計時決賽。

六、比賽名稱：一分耕耘一分收穫

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
 - (二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名12人，參賽8人。
 - (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
 - (四) 競賽辦法：
 1. 參賽8人，以接力方式進行。
 2. 比賽距離為30公尺（來回）。15公尺內置放十個飛盤。
 3. 參賽者將毬子（共十個）依序置入盤子內（毬子須直豎），通過折返點後，再依序收回，交給下一位選手。
 4. 毬子未直立或未置入飛盤內，得以回頭將其扶起或置入飛盤。
 5. 未依規定完成比賽者，採累計增加計秒，每次20秒。
 6. 採計時決賽。
- ☆如未依規定違反者每組加計20秒：
1. 毬子未置入飛盤內或未直豎。
 2. 置入&回收毬子時，一手抓起2個以上毬子。
 3. 違規者採累計增加計秒，每次20秒。
 4. 未在各接力區內完成傳接。

七、比賽名稱：擲筊

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名8-12人，參賽8人。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 1. 參賽8人，以接力方式進行，每人跑50公尺。
 2. 在大會安排的跑道上，跑至折返點，並擲出聖杯（1正1反）完成後，才能通過折返點，接力給下一位。
 3. 跑至折返點前，若一直無法擲出聖杯（1正1反），則在累積完成5次擲杯次數後，一樣可以通過折返點。
 4. 接力時須在接力區完成交接；亦前位選手須進入接力區並將擲筊器具交給下一位選手，方算完成接力並出發。
 5. 未依規定完成比賽者，採累計增加計秒，每次20秒。

6.採計時決賽。

八、比賽名稱：請問跑幾圈

(一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。

(二) 比賽人數：分男、女生兩組，每組可報名12人，參賽8人。

(三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。

(四) 競賽辦法：

1.參加者在自己的跑道上至折返點前，以站姿方式將骰子拋過頭方式，決定點數。

2.點數1點，則繞著交通錐外圍呼拉圈跑一圈後，返回起點將骰子交給下一位參賽者；點數

2點，則繞著交通錐外圍呼拉圈跑二圈後，返回起點將骰子交給下一位參賽者；以此列推。

3.各隊進行方向不得改變，一律由左至右完成競賽。

4.接力時須在接力區完成交接，骰子與選手同時到達，方可完成接力，最後一棒亦須骰子與選手同時抵達終點。

5.下場比賽8人，每人跑50公尺，共400公尺。

6.未依規定完成比賽者，每組加計20秒。

7.採計時決賽。

☆如未依規定違反者每組加計20秒：

1.未在自己的跑道上進行比賽，影響別組比賽之進行。

2.未在接力區交接或是骰子與參賽者未同時抵達，例如拋接骰子。

3.未完成與點數相同之圈數。

貳、拔河比賽

一、參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。

二、比賽人數：男生組可報名35人，參賽25人；女生組可報名30人，參賽20人。

三、比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。

四、抽籤時間：114年10月21日（星期二）上午10：20體育室會議室

五、競賽辦法：

(一) 中線至A隊、B隊各為1.5公尺（決勝區共3公尺）。

(二) 每場勝負採三戰兩勝制，競賽隊伍之任一方將中心標識拉至1.5 公尺決勝線即判定勝負。選擇場地均以猜拳方式決定。

(三) 若60秒內未能分出勝負，則以中心標識距拉近之一方為勝。

(四) 一律穿著平底膠鞋，足、棒球及田徑等釘鞋均不得穿著，違者取消該隊成績。

(五) 同一場比賽參賽者不得替換。

(六) 非下場隊員不能干擾或影響比賽公平行為，違者取消該隊成績。

(七) 其他相關規定，請參閱全校運動會競賽規程第十二條（競賽規則）各項規定。

(八) 比賽進行當中，若任何一方刻意做出犯規動作（如坐姿、捲繩、擺繩），經裁判警告未予改進，裁判有權判定另一方獲勝。

參、罰則

一、舉凡規則內記載之參賽規定，若有違反每次以總秒數加20秒，且判罰次數無上限。

二、未詳載之違規動作或行為，以賽前說明及比賽規定為準。並以裁判長、裁判員現場之判定予以判罰。（如侵入他隊比賽場地而影響他隊比賽進行、隊員有冒名頂替情形...。）

教職員工組

壹、趣味競賽

一、比賽名稱：滾輪胎

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
 - (二) 比賽人數：每隊可報名10人，參賽6人，不可重複參賽（不限男女）。
 - (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
 - (四) 競賽辦法：
 - 1. 在自己的跑道上，以手推送輪胎滾地前進。
 - 2. 輪胎滾動方向不得改變，且需由左至右（或由右至左繞過折返點）。
 - 3. 接力時須在接力區完成交接，輪胎與選手同時到達，最後一棒亦須輪胎與選手同時抵達終點。
 - 4. 下場比賽6人，每人跑50公尺，共300公尺。
 - 5. 未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
 - 6. 採計時決賽。
- ☆：如未依規定違反者每組加計20秒：
- 1. 未在自己的跑道上運送輪胎，而影響別組比賽之進行。
 - 2. 未在接力區交接或是輪胎與參賽者未同時抵達。
 - 3. 輪胎滾動方向改變，以直進直退的方式通過折返點。

二、比賽名稱：同舟共濟

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：每隊可報名16人，參賽12人，不可重複參賽（不限男女）。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 - 1. 參賽者4人一組，共三組接力，每組跑30公尺（來回），以木屐接力方式進行。
 - 2. 四人共同穿一付木屐，成平行同時前進。
 - 3. 木屐必須全部進入接力區內線內始得交接。
 - 4. 未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
 - 5. 採計時決賽。

三、比賽名稱：兩人兩腳

- (一) 參加資格：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：每隊可報名10人，參賽6人，不可重複參賽（不限男女）。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 - 1. 參賽6人分三組，每組跑50公尺，共150公尺，以接力方式進行。
 - 2. 兩人背對背靠近緊貼，約在兩腳踝關節處綁緊，若綁腳繩脫落，須在脫落原點綁緊後繼續賽程，時間照計。
 - 3. 未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
 - 4. 採計時決賽。

四、比賽名稱：一分耕耘一分收穫

- (一) 參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。
- (二) 比賽人數：每組可報名10人，參賽6人。
- (三) 比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。
- (四) 競賽辦法：
 - 1. 參賽6人，以接力方式進行。
 - 2. 比賽距離為30公尺（來回）。15公尺內置放十個飛盤。

- 3.參賽者將毬子（共十個）依序置入盤子內（毬子須直豎），通過折返點後，再依序收回，交給下一位選手。
- 4.毬子未直立或未置入飛盤內，得以回頭將其扶起或置入飛盤。
- 5.未依規定完成比賽者，採累計增加計秒，每次20秒。
- 6.採計時決賽。

☆如未依規定違反者每組加計20秒：

- 1.毬子未置入飛盤內或未直豎。
- 2.置入&回收毬子時，一手抓起2個以上毬子。
- 3.未在各接力區內完成傳接。

五、比賽名稱：請問跑幾圈

（一）參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。

（二）比賽人數：每隊可報名12人，參賽8人。

（三）比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。

（四）競賽辦法：

- 1.參加者在自己的跑道上至折返點前，以站姿方式將骰子拋過頭方式，決定點數。
- 2.點數1點，則繞著交通錐外圍呼拉圈跑一圈後，返回起點將骰子交給下一位參賽者；點數2點，則繞著交通錐外圍呼拉圈跑二圈後，返回起點將骰子交給下一位參賽者；以此列推。
- 3.各隊進行方向不得改變，一律由左至右完成競賽。
- 4.接力時須在接力區完成交接，骰子與選手同時到達，方可完成接力，最後一棒亦須骰子與選手同時抵達終點。
- 5.下場比賽8人，每人跑50公尺，共400公尺。
- 6.未依規定完成比賽者，每組加計20秒。
- 7.採計時決賽。

☆如未依規定違反者每組加計20秒：

- 1.未在自己的跑道上進行比賽，影響別組比賽之進行。
- 2.未在接力區交接或是骰子與參賽者未同時抵達，例如拋接骰子。
- 3.未完成與點數相同之圈數。

六、比賽名稱：擲筊

（一）參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。

（二）比賽人數：每組可報名8-12人，參賽8人。

（三）比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。

（四）競賽辦法：

- 1.參賽8人，以接力方式進行，每人跑50公尺。
- 2.在大會安排的跑道上，跑至折返點，並擲出聖杯(1正1反)完成後，才能通過折返點，接力給下一位。
- 3.跑至折返點前，若一直無法擲出聖杯(1正1反)，則在累積完成5次擲杯次數後，一樣可以通過折返點。
- 4.接力時須在接力區完成交接；亦前位選手須進入接力區並將擲筊器具交給下一位選手，方算完成接力並出發。
- 5.未依規定完成比賽者，採累計增加計秒，每次20秒。
- 6.採計時決賽。

貳、拔河比賽

一、參加單位：同全校運動會競賽規程第五條規定。

二、比賽人數：每隊可報名30人，參賽20人（應男、女混合，其中單一性別至少5人(含)以上，且35歲以下者至多10名，若人數不足可由35歲以上替代）。

三、比賽地點：依仁堂、壘球場大草坪。

四、競賽辦法：

- (一) 中線至A隊、B隊各為1.5公尺（決勝區共3公尺）。
- (二) 每場勝負採三戰兩勝制，競賽隊伍之任一方將中心標識拉至1.5 公尺決勝線即判定勝負。選擇場地均以猜拳方式決定。
- (三) 若60秒內未能分出勝負，則以中心標識距拉近之一方為勝。
- (四) 一律穿著平底膠鞋，足、棒球及田徑等釘鞋均不得穿著，違者取消該隊成績。
- (五) 同一場比賽參賽者不得替換。
- (六) 非下場隊員不能干擾或影響比賽公平行為，違者取消該隊成績。
- (七) 其他相關規定，請參閱全校運動會競賽規程第十二條（競賽規則）各項規定。
- (八) 比賽進行當中，若任何一方刻意做出犯規動作（如坐姿、捲繩、擺繩），經裁判警告未予改進，裁判有權判定另一方獲勝。

參、罰則

- 一、舉凡規則內記載之參賽規定，若有違反每次以總秒數加20秒，且判罰次數無上限。
- 二、未詳載之違規動作或行為，以賽前說明及比賽規定為準。並以裁判長、裁判員現場之判定予以判罰。（如侵入他隊比賽場地而影響他隊比賽進行、隊員有冒名頂替情形...。）