

# 112年屏東縣公教聯合運動會趣味競賽技術手冊

壹、承辦單位：屏東市仁愛國小

校 長：鍾炳雄

總幹事：劉俊概

貳、競賽資訊：

一、比賽日期：112年11月10日(星期五)

二、比賽場地：屏東縣立仁愛國小活動中心

三、比賽項目：盤盤入網、陸上行舟、歡樂匹克球

參、報名與參賽

一、報名：每隊 8 至 10 人 (男女不拘，含出賽 8 人、得加候補 2 人)，每單位 1 隊。

二、參賽：

(一) 成績決定：採計時方式。

(二) 地點：仁愛國小活動中心。

三、報名表：如附件一

肆、比賽辦法：

一、盤盤入網

(一) 器材：哨子、碼表、飛盤、小欄架、飛盤投擲籃、接力棒、步伐圈。

(二) 人數：每隊 8 至 10 人 (男女不拘，含出賽 8 人、得加候補 2 人)，

每單位 1 隊。

(三) 方法：

1. 採計時賽，以秒數最少隊伍為優勝。

2. 距離：場佈距離。

3. 比賽進行方式：

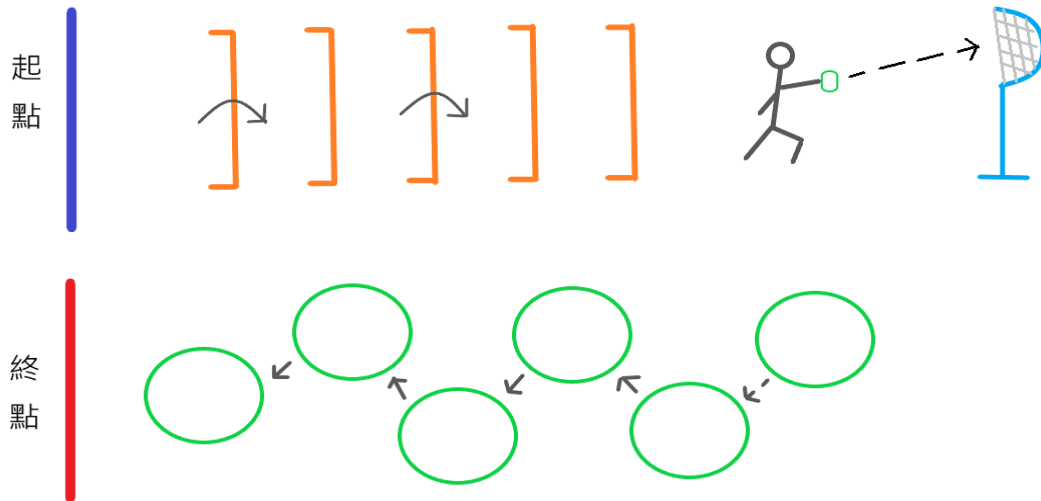
a. 參賽者手持接力棒，沿著規定路線雙腳連續跨跳過每一個小欄架，往下一個關卡繼續比賽。

b. 參賽者須拿起飛盤，並將 1 個飛盤擲入投擲籃網中，若未擲進籃網中則繼續擲到進為止。

c. 完成後，手持接力棒沿著 **步伐圈** 路線跑回終點，將接力棒交給下一位(棒)參賽者才可出發。

d. 計算時間，全員到齊才停秒，秒數少者優勝。

e. 競賽流程圖：



## 二、陸上行舟

(一) 器材：哨子、碼錶、陸上 SUP、划槳、樂樂棒球組。

(二) 人數：每隊 8 至 10 人 (男女不拘，含出賽 8 人、得加候補 2 人)，

每單位 1 隊。

(三) 方法：

1. 採計時賽，以秒數最少隊伍為優勝。

2. 距離：場佈距離。

3. 比賽進行方式：

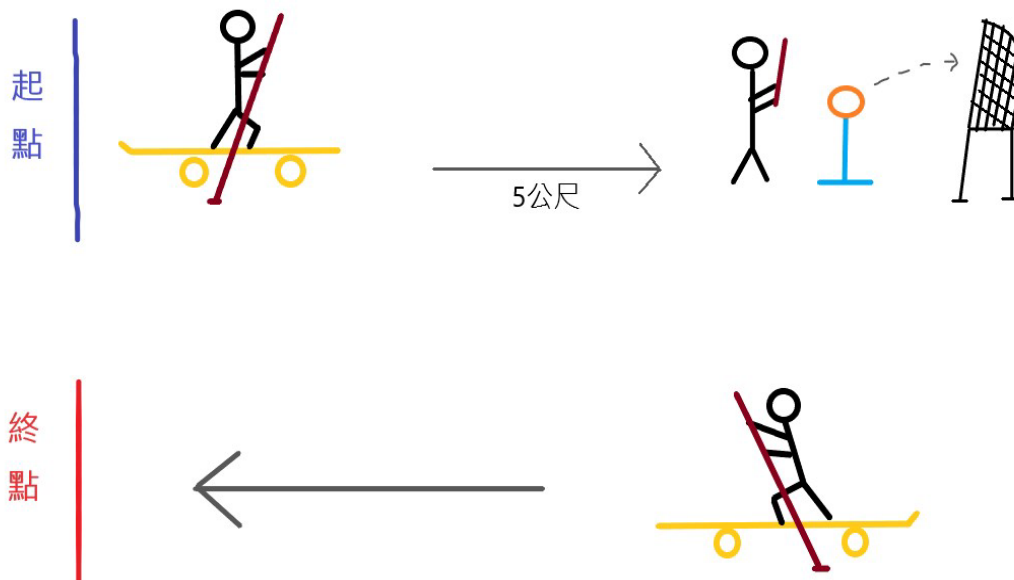
a. 參賽者自行操控陸上 SUP 沿著規定路線划至樂樂棒球區準備擊球。

b. 參賽者拿起球棒揮擊 1 顆 樂樂棒球進入指定球網內，若球未進球網，則再次擊球到入網為止。

c. 完成後，再自行操控陸上 SUP 沿著規定路線划回終點，下一位參賽者才可出發。

d. 計算時間，全員到齊才停秒，秒數少者優勝。

e. 競賽流程圖：



### 三、歡樂匹克球

(一) 器材：匹克球拍、匹克球、膠帶、三角錐、呼拉圈、學生桌、置球大籃子

(二) 人數：每隊 8 至 10 人（男女不拘，含出賽 8 人、得加候補 2 人），

每單位 1 隊。

(三) 方法：

1. 採計時較少者優勝，若時間相同者以該隊女生較多方為優勝。

2. 距離：往返各 10 公尺（全程 20 公尺）。

3. 比賽進行方式：

全隊參與選手排縱隊，由每一位選手完成 3 個項目後，返回起點交給第二位隊員，全隊完成後計時成績。

A. 第 1 關：發起線前搖呼拉圈 3 下，方為過關，跑向下一關。

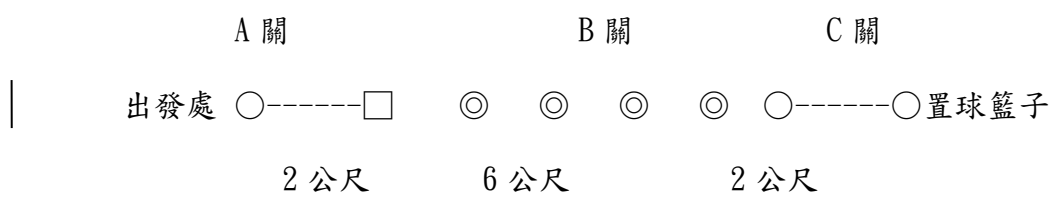
B. 第 2 關：持球拍匹克球通過 4 個交通錐體（約 6 公尺，球掉地由掉落處拾起再拍）通過關線，方為過關，再跑向下一關。

C. 第 3 關：持球拍及球站在呼拉圈內，將匹克球拍入 2 公尺後方大竹籃內，方為過關。

再跑回出發點，第二位選手才可出發，做同樣操作各關卡，以此類推，至全部隊員

完成後，計時停止。

d. 競賽流程圖：



112 年屏東縣公教聯合運動會-趣味競賽報名表

單位	屏東縣 _____ (單位名稱)	聯絡人 姓名/手機 <u>(務必填寫)</u>	
	一、盤盤入網	隊長 姓名/手機 <u>(務必填寫)</u>	
	二、陸上行舟		
	三、歡樂匹克球		
隊長-1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

\*需至縣運網路報名系統填報才完成報名手續