

2013 年花蓮縣身心障礙親子運動會 報名簡章

壹、前言

身心障礙者雖然在口語表達上有著程度不一的障礙，但在肢體表達上卻有著比一般人更活潑的表現，我們希望透過是休閒運動的推廣，秉持著運動永不放棄的精神，鼓勵身心障礙孩子與家長走出戶外，動動身體舒暢心靈，並透過親子運動會方式達到花蓮縣內各身心障礙福利機構、特殊學校與各級國中小特教班之間師生、親師及親子間的情感交流。

貳、目標

1. 透過運動會活動，提昇各服務單位對身心障礙者適應體育運動的重視。
2. 增進身心障礙相關工作人員了解體育運動休閒的意義、運用及技巧。
3. 提昇身心障礙者體育運動休閒服務之品質並達到育教於樂。
4. 培養身心障礙者家庭及學校運動休閒技能。
5. 拓展人際關係、促進社會適應能力。
6. 陶冶性情、激發潛能、建立自信心。

參、辦理單位

1. 指導單位：教育部體育署、花蓮縣政府
2. 主辦單位：花蓮縣運動推廣協會
3. 承辦單位：財團法人花蓮縣私立美崙啟能發展中心
4. 協辦單位：國立花蓮啟智學校

花蓮縣體育會身心障礙委員會

社團法人花蓮縣智障福利協進會

肆、活動時間及地點

1. 活動時間：102 年 09 月 26 日(星期四)AM08:30-13:00
2. 活動地點：國立花蓮啟智學校體育館及操場

伍、活動流程

程序	流程時間	活動內容	負責單位
報到	08:20-08:30	各單位報到	行政組
開幕式	08:30-09:00	1. 主席與貴賓致詞 2. 大會操	典禮組
競賽活動	09:00-14:00	1. 各項趣味競賽進行 2. 頒獎	競賽組 獎品組
結束	14:00-	回程	

陸、參加對象

1. 花蓮縣各級學校特教班及國立花蓮啟智學校之身心障礙者、家長、老師及工作人員。
2. 身心障礙福利服務機構之身心障礙者、家長及教保人員。
3. 工作人員、裁判團、義工

柒、報名資格與參加人數：

1. 凡年滿 7 歲以上領有身心障礙手冊之身心障礙者。
2. 就讀於花蓮縣各級學校特教班、特殊學校之身心障礙者
3. 花蓮縣身心障礙福利服務機構內之身心障礙者
4. 預計參加人數約 500 名 (含身心障礙者、老師、工作人員、義工及裁判

團)。

捌、報名方式

1. 報名截止日期：102年09月23日(星期一)
2. 請將報名簡章填妥後送(寄)或傳真至花蓮市球崙二路238號

電話：(03) 8237756、傳真：(03)8224728 吳靜怡小姐

玖、競賽種類

趣味競賽、徑賽

拾、分組方式

1. 國小(男、女)組：7~12歲
2. 國中(男、女)組：13~15歲
3. 社會(男、女)組：16歲以上

註：每組報名人數不滿3人者，得併組或為表演賽(由大會決定之)。

拾壹、競賽項目及規則

競賽種類	競賽項目	年齡層	注意事項
趣味競賽	乾坤大挪移 跳布袋 五人六腳 超越障礙	國小組 國中組 社會組	
徑賽	200公尺接力賽 (4人x50公尺)	國小組 國中組 社會組	每一單位請派一隊代表 參加(2名身障生、 2名老師或家長)
徑賽	100公尺賽跑	國小組 國中組 社會組	

拾貳、獎勵

每項前第一、二、三名頒發獎狀及獎品；四~六名頒發獎狀。

拾叁、申訴

1. 有關運動員資格之申訴應於賽前 30 分鐘向大會競賽組提出。
2. 關於競賽時所發生之爭執應於該項比賽結束後 30 分鐘內以書面具體提出，並繳交抗議保證金 3000 元。
3. 申訴以大會技術委員之判決為終決，申訴成立者退回保證金。

拾肆、本簡章如有未盡事宜，得由承辦單位修訂後實施。

102 年花蓮縣身心障礙國民暨親子趣味競賽

規則說明

一、乾坤大挪移

(一) 參加人數：一隊 10 人（身心障礙參賽人員及陪同親友各半）

(二) 使用器材：直徑約 75 公分呼拉圈一個（一隊）

(三) 比賽方法：1. 採計時賽

2. 每人手牽手圍成一圈

3. 將呼拉圈置於第一位與第二位牽手處

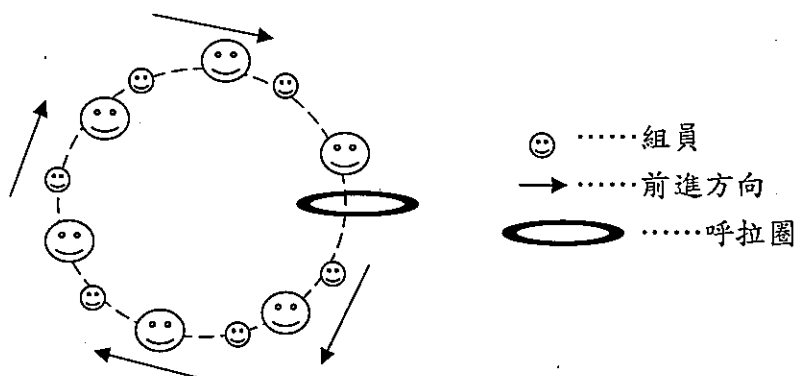
4. 設法移動身體各部位，將呼拉圈傳給下位

5. 以順時鐘方向進行，呼拉圈傳回原處時結束

(四) 注意事項：1. 活動過程中，全隊人員手不得放開

2. 採計時方式進行

(五) 圖示：



二、跳布袋

(一) 參加人數：每隊 5 人

(二) 使用器材：麻袋

(三) 競賽方法：1. 採接力計時賽

2. 第一位由起跑點穿布袋跳至標竿，在折回起跑點，將布袋交於下一位參賽同學，依此類推

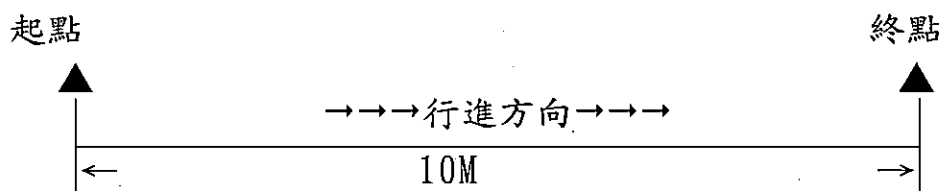
(前一位交於下一位時應於起跑線後之預備區內交接)。



三、五人六腳

- (一) 參加人數：5 人
- (二) 使用器材：布條
- (三) 競賽方法：1. 採單次計時賽
2. 每隊 5 人站同一排，左右兩人腳繫同 1 布條，由起點跑向終點。

(四) 圖示：

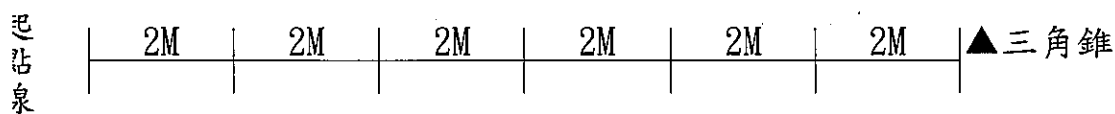


四、超越障礙

- (一) 參加人數：每隊 6 人
- (二) 使用器材：標旗、障礙門、障礙柱、輪椅。
- (三) 競賽方法：1. 起點線與標旗距離 12 公尺。
2. 起點線起每隔 2 公尺，設置障礙柱共 5 個。
3. 通過障礙柱時，需以 S 型方式繞過障礙柱前進通過。
4. 比賽時第一號選手聞令後，依規定前進，通過各道障礙柱後，需繞過標旗折返起點線內，第二號選手才能出發，依序賽畢，計時決賽。

- (四) 注意事項：1. 採計時接力賽
2. 若選手比賽中碰倒障礙柱，每次需加 10 秒，最後以全隊所得時間判定名次。

(五) 圖示：



2013 年度花蓮縣身心障礙親子運動會報名總表

參加單位				
領隊/職稱		聯絡人		
聯絡電話		手機		
E-mail				
住址				
參加組別	<input type="checkbox"/> 國小組； <input type="checkbox"/> 國中組； <input type="checkbox"/> 社會組			
趣味競賽 參加項目	<input type="checkbox"/> 1. 四項趣味競賽皆派員參加 <input type="checkbox"/> 2. 僅參加勾選項目（可複選）： <input type="checkbox"/> ① 乾坤大挪移 <input type="checkbox"/> ② 跳布袋 <input type="checkbox"/> ③ 五人六腳 <input type="checkbox"/> ④ 超越障礙			
參加親/師	出生日期	身份證字號	備註	
			<input type="checkbox"/> 親友 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
			<input type="checkbox"/> 親友 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
			<input type="checkbox"/> 親友 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
			<input type="checkbox"/> 親友 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
			<input type="checkbox"/> 親友 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
參加選手	出生日期	身份證字號	殘類/等級	備註
			/	
			/	
			/	
			/	
			/	
			/	
			/	
			/	
			/	
			/	

* 本表格如不足，請自行影印；另為辦理保險請詳填資料。

* 趣味競賽參加選手以身心障礙者為主、親友或老師、義工從旁指導為輔。

* 如有需要協助之處，煩請事先告知，以利準備。

2013 年花蓮縣身心障礙親子運動會徑賽報名表

單位：_____

年齡組別：國小組 國中組 社會組

比賽項目：

一、200 公尺(4 人x50 公尺)接力賽

選手姓名：1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

二、100 公尺賽跑

選手姓名：_____

選手姓名：_____

選手姓名：_____

選手姓名：_____

選手姓名：_____