

運動i臺灣2.0計畫-
國民體育日-114年高雄市全民運動嘉年華

- 一、目的：推動「運動i臺灣2.0計畫」，營造優質全民運動環境，為不同特質民眾，提供多元化、生活化、專屬化的運動指導與服務。
- 二、指導單位：運動部全民運動署 高雄市政府
- 三、主辦單位：高雄市政府運動發展局，**高雄市體育總會**
- 四、承辦單位：**高雄市體育總會**
- 五、協辦單位：高雄市政府教育局、高雄市政府原住民事務委員會。
- 六、辦理類別：(請於 ☐ 勾選)

一般		原住民族		身心障礙	
類別	細項	類別	細項	類別	細項
體育活動	單一活動人數達2,500人次以上	體育活動	單一活動人數達750人次以上	體育活動	單一活動人數達750人次以上
	☐ 單一活動人數介於1,500至2,499人次之間		☐ 單一活動人數介於500至749人次之間		☐ 單一活動人數介於500至749人次之間
	☐ 單一活動人數介於1,000至1,499人次之間		☐ 單一活動人數介於250至499人次之間		☐ 單一活動人數介於250至499人次之間
	☐ 單一活動人數介於500至999人次之間		☐ 單一活動人數介於100至249人次之間		☐ 單一活動人數介於100至249人次之間
	☐ 單一活動人數499人次以下		☐ 單一活動人數99人次以下		☐ 單一活動人數99人次以下
☐ 體育運動課程	☐ 常態性課程	☐ 體育運動課程	☐ 常態性課程	☐ 體育運動課程	☐ 常態性課程
	☐ 非常態性課程		☐ 非常態性課程		☐ 非常態性課程
☐ 體適能檢測	☐ 常態性課程				
	☐ 體育活動/非常態性課程				
☐ 培育及媒合國民體適能指導員	☐ 強化課程				
☐ 輔導作業					
☐ 競爭型計畫	☐ 活動歷史悠久	☐ 競爭型計畫	☐ 發展原鄉體育運動	☐ 競爭型計畫	☐ 透過課程提升機會與可見度
	☐ 結合特殊自然地理環境				
	☐ 多元特色之競爭型元素		☐ 發展原住民族傳統體育運動		☐ 效益擴散原則
	☐ 辦理週、月、季等帶狀活動				
	☐ 以主題連結的跨縣市體育活				

七、活動地點：高雄市苓雅運動場。

八、活動期程：114年9月27日09:00-17:00。

九、辦理方式：

(一)國防戰技競賽:計有手榴彈擲準、BB彈槍射擊、團體武裝計時跑等**3**項競賽。高雄市民、各級學生組隊報名參加。

(二)原住民傳統體技能競賽:計有傳統射箭、傳統負重、傳統撒網等**3**項競賽。高雄市民、各級學生組隊報名參加。

(三)壯年趣味競賽:計有漆彈定靶射擊、足球趣味射門、木球九宮格等**3**項競賽。高雄市民組隊報名參加。

(四)五人制兒童足球競賽:高雄市國小學童組隊報名參加。

(五)幼兒滑步車競賽:高雄市公私立幼稚園組隊報名參加。

(六)運動體驗:高雄市民參加。計有虛擬運動等**24**項體驗活動。完成其中**13**項體驗者,提供每人摸彩券乙張、紀念品乙份。

(七)國民體適能檢測:高雄市民參加。

(八)摸彩:辦理摸彩活動,以吸引更多民眾參與。

十、活動內容:√陸地:運動體驗、原住民傳統體技能競賽、兒童足球競賽、幼兒滑步車競賽、國防戰技競賽、國民體適能檢測。□水域:(填入運動種類)、
□海域:(填入運動種類)、□山域:(填入運動種類)。

十一、參與對象(至少占總人次比例),可複選:□女性(**50%**)、□原住民(**50%**)、□身心障礙者(**30%**)、□新住民(**10%**)、□銀髮族(**50%**)、□職工(**50%**)、
√其他高雄市民(**100%**)。

十二、參加人次:**2500**

十三、活動行銷宣傳方式:□電視、√網路(如**FB**、**LINE**)、□廣播、√平面(如報章雜誌)、√戶外(如看板)、√村里長

十四、活動聯絡人:謝唯望 **0935-032642**

附件一

國民體育日-114年高雄市全民運動嘉年華-壯年趣味競賽競賽規程

1、 目 的:提倡樂在運動活得健康理念,展現陽光都市清新形象,並提升市民體能及提供正當休閒活動。

二、指導單位:運動部全民運動署 高雄市政府。

三、主辦單位:高雄市政府運動發展局。

四、承辦單位:高雄市體育總會。

五、協辦單位:高雄市政府教育局、高雄市政府原住民事務委員會。

六、活動地點:高雄市苓雅運動場。

七、活動時間:114年9月27日09:00-12:00時。

八、參加對象:高雄市民組隊報名參加。

九、活動方式:各隊完成三項趣味競賽,依各項成績加總,取績優前三名頒獎。

(一)漆彈定靶射擊:每隊報名10人,男女不拘。每人射擊2發,依總得分高

低決定名次。

(二)足球趣味射門:每隊報名**10**人, 男女不拘。每人射門**2**次, 依總得分高低決定名次。

(三)木球九宮格:每隊報名**10**人, 男女不拘。每人擊球**2**次, 依總得分高低決定名次。

十、報名方式:

(一)每隊報名**10**人, 各單位限報名**2**隊。

(二)請上高雄市體育總會網站(<http://www.kmaf.org>)下載報名表。如附表一。

(三)填寫報名表E-mail至高雄市體育總會(army7382@yahoo.com.tw)。完成報名後並由專人回復。

(四)請參加人員務必完成報名手續, 以便大會彙整及辦理保險。

十一、報名日期:即日起至**114**年**9**月**19**日止。

十二、獎勵:取績優前三名, 頒發伍仟元、參仟元、貳仟元不等之團體獎金。

附表一

國民體育日-114年高雄市全民運動嘉年華壯年趣味競賽報名表

單位/隊名	
-------	--

聯絡人			電話	
NO.	姓 名	年 齡	性 別	備 註
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
備 註	1.本人保證身心健康(請自行衡量身體狀況), 自願參加本次活動。 2.請詳填本報名表資料, 以便大會彙整並辦理保險。 報名單位: _____ 簽章 _____			

附件二

國民體育日-114年高雄市全民運動嘉年華-國防戰技競賽競賽規程

- 一、目的：激發團隊士氣，展現允文尚武精神，鍛鍊體魄並凝聚向心。
- 二、指導單位：運動部全民運動署 高雄市政府。
- 三、主辦單位：高雄市政府運動發展局。
- 四、承辦單位：高雄市體育總會。
- 五、協辦單位：高雄市政府教育局、高雄市政府原住民事務委員會。
- 六、活動地點：高雄市苓雅運動場。
- 七、活動時間：114年9月27日09:00-12:00時。
- 八、參加對象：各校學生組隊報名參加。
- 九、活動方式：各隊完成三項競賽，依各項成績加總，取績優前三名頒獎。

(一)手榴彈擲準：

- 1、服裝規定：仿真防彈頭盔、防彈背心、步槍。
- 2、各單位每人依序進入掩體投擲位置，每人投擲兩發，自行選擇不同距離(配分)投擲目標。第一發命中不再投擲第2發，依總得分高低決定

名次。

(二)BB彈射擊:

- 1、服裝規定:仿真防彈頭盔、防彈背心、**BB**彈射擊步槍。
- 2、各單位每人依序進入掩體射擊位置，每人射擊**5**發，聞射擊口令即行射擊人型靶(配分)。命中目標後不再射擊，依總得分高低決定名次。

(三)500公尺團體武裝計時跑:

- 1、服裝規定:野戰帽、防彈背心、仿真步槍。
- 2、各單位**10**人於起點就位，聞哨音即行出發，團隊抵達終點由隊長(穿著號碼衣)向裁判致意到達，未抵達者即為落隊。落隊每**1**人增加時間**30**秒，依使用時間多寡決定名次。

十、報名方式:

- (一)每隊報名**10**人，男女不拘，各單位限報名**2**隊。
- (二)請上高雄市體育總會網站(<http://www.kmaf.org>)下載報名表。如附表。
- (三)填寫報名表**E-mail**至高雄市體育總會(army7382@yahoo.com.tw)。完成報名後並由專人回復。請參加人員務必完成報名手續，以便大會彙整及辦理保險。

十一、報名日期:即日起至**114**年**9**月**15**日止。

十二、獎勵:依三項競賽得分，取總成績績優前三名，各頒發優勝獎盃及伍仟元、參仟元、貳仟元不等之團體獎金。

附件三

國民體育日-114年高雄市全民運動嘉年華-原住民傳統體技能競賽競賽規程

一、目的：藉由運動賽事的觀摩與切磋活絡原住民傳統體育活動，並延續發揚原住民體技能樣貌與文化精神。

二、指導單位：運動部全民運動署 高雄市政府。

三、主辦單位：高雄市政府運動發展局。

四、承辦單位：高雄市體育總會。

五、協辦單位：高雄市政府教育局、高雄市政府原住民事務委員會。

六、活動地點：高雄市苓雅運動場。

七、活動時間：114年9月27日09:00-12:00時。

八、參加對象：各校學生組隊報名參加。

九、活動方式：各隊完成三項競賽，依各項成績加總，取績優前三名頒獎。

(一)傳統射箭：

1、射箭指揮口令：

(1)唱名：選手依唱名順序進入預備線就位。

(2)哨聲二響就發射線就位。

(3)哨聲一響開始發射。

(4)哨聲三響停止發射，至靶前計分拔箭。

2、比賽距離：15公尺。

3、時間規定：每人於30秒內射完2箭，中靶計分，逾時發射不予計分，最後依所獲分數核算總分。

(二)傳統撒網：

1、使用14呎漁網，於競賽場地範圍內施放標的物，選手以撒網命中標的物並完成收網後，由裁判清點數量計分，一人以1次為限，最後依所獲分數核算總分。

2、參賽人員在預備線就位並將網具上肩，俟裁判吹哨後，需於60秒內完成，逾時以零分計；撒網者於哨聲後網掉落者，視同完成撒網，依實際情形計算成績。

3、倘計分同分者則進行加賽，加賽規定同上述比賽規則。

(三)傳統負重：

1、比賽距離：1,000公尺。

2、背負重量：10公斤重物(重物誤差值±100公克)，姿勢不拘。

3、進行方式：選手每人跑100公尺，依序折返接力。

4、服裝規定：頭巾、穿著號碼衣。不得赤足(不可著釘鞋)。

5、依使用時間多寡決定名次。

十、報名方式：即日起至114年9月15日止。

(一)每隊報名10人，男女不拘，各單位限報名2隊。

(二)請上高雄市體育總會網站(<http://www.kmaf.org>)下載報名表。如附表。

(三)填寫報名表E-mail至高雄市體育總會(army7382@yahoo.com.tw)。

十一、獎勵：依三項競賽各項成績總和，取總成績績優前三名，各頒發優勝獎盃及伍仟元、參仟元、貳仟元不等之團體獎金。

附表二

國民體育日-114年高雄市全民運動嘉年華-原住民傳統體技能競賽報名表

單位/隊名				
聯絡人			電話	
NO.	姓 名	年 齡	性 別	備 註
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

備 註	1.本人保證身心健康(請自行衡量身體狀況), 自願參加本次活動。 2.請詳填本報名表資料, 以便大會彙整並辦理保險。 報名單位: _____ 簽章 _____
-----	--

附表三

國民體育日-114年高雄市全民運動嘉年華活動程序表

時 間	內 容	備 註
08:20-08:50	報到	參賽單位
08:50-09:00	活動說明暨安全規定宣達	
09:00-09:20	開幕式	主持長官、貴賓。
09:20-09:30	原住民傳統體技能競賽- 傳統負重比賽第一場次	主持長官、貴賓。
09:30-11:30	壯年趣味競賽- 1.漆彈定靶射擊 2.足球趣味射門 3.木球九宮格	高雄市民組隊參加
09:30-11:30	原住民傳統體技能競賽- 1.傳統射箭 2.傳統撒網 3.傳統負重	高雄市民、各級學生組隊參加。
09:30-11:30	國防戰技競賽- 1.手榴彈擲準 2.BB彈槍射擊 3.團體武裝計時跑	高雄市民、各級學生組隊參加。

09:30-11:30	幼兒滑步車競賽	高雄市公私立幼稚園組隊參加。
09:30-17:00	五人制兒童足球競賽	高雄市國小學童組隊參加。
09:30-11:30	運動體驗活動	計虛擬運動等 24 項體驗活動 民眾體驗任 13 項可領取紀念品及摸彩券
09:30-11:30	國民體適能檢測	高雄市民
11:30-11:40	頒獎	1.壯年趣味競賽: 頒發績優前三名獎金。 2.原住民傳統體技能競賽: 頒發績優前三名團體獎盃及獎品。 3.國防戰技競賽: 頒發績優前三名團體獎盃及獎品。 4.五人制兒童足球競賽: 頒發各組績優前三名獎盃及獎狀。 5.幼兒滑步車競賽: 頒發績優獎牌及獎狀。
11:40-11:55	摸彩活動	1.各獎項得現場領取。 2.中獎號碼公布於高雄市體育總會網站,並 於活動日起1個月內領取。