

112年運動i臺灣2.0計畫

運動城市推展專案-基層運動風氣推展

打貓游憩水域嘉年華暨校際游泳趣味競賽

中華民國 112年 9月09日 星期六

112年運動i臺灣2.0計畫 運動城市推展專案-基層運動風氣推展 打貓游憩水域嘉年華暨校際游泳趣味競賽 趣味競賽辦法

一、宗旨：

1. 為響應教育部體育署運動i臺灣，全民i運動計畫。
2. 提升水域安全自救能力與急救技能及救援正確認知。
3. 提昇學生游泳能力，增進游泳技能及校際學子活動交流。
4. 提高基層選手水平，以增進國內游泳運動風氣及游泳運動競技水準。
5. 透過活動設計，厚植推動水域運動之規劃與發展基礎，促進水域休閒運動，豐富運動內涵，強化全民運動健身與水域安全及救援能力重要性。

二、指導單位：教育部體育署

三、主辦單位：嘉義縣政府

四、承辦單位：嘉義縣民雄鄉體育會

五、協辦單位：優隼運動事業有限公司。

六、贊助單位：中華民國水中運動協會、不老活力中心、國立中正大學運動巡迴指導團 鴻文泳訓教學中心、民雄鄉公所。

七、參加資格：喜愛游泳具游泳能力，個人、團體、俱樂部、歡迎各校組隊報名參加。

八、活動日期：中華民國 112年 9月9日（星期六）共 1 天

九、活動地點：民雄鄉運動公園游泳池(室內池)，621嘉義縣民雄鄉西安路112-1號

十、報到時間：（一）報到 08：00-08：30（報名表影本）

（二）領秩序冊、礦泉水。（秩序冊每單位 1本不足可自行下載）

（三）08：30 舉辦領隊會議。

十一、報名辦法：112年即日起至9月05日止。

（一）至民雄鄉運動公園游泳池-優隼運動事業有限公司臉書粉絲團下載報名表

完成報名或填好報名表後以PDF檔E-mail帳號：w22475258@gmail.com。

十二、活動種類：

(一)啦啦隊表演活動、(二)趣味游泳比賽、(三)水域安全救援比賽、(四)闖關領好禮

目的：(一)啦啦隊表演：讓孩子展現自信與技術一面。

(二)趣味游泳比賽：提升學子游泳能力，校際交流情誼。

(三)水域安全自救與救援操作展演：了解正確自救技能，掌握最新救援技術。

(四)水域救援與急救救護闖關領好禮：落實技能生活化，培養帶得走之能力。

內容：

(一)城市啦啦隊表演：由在地四所大學五所國高中所組成的熱誠奔放的專業啦啦隊演出。

(二)趣味游泳與救援比賽

a. 游泳競賽、雙蹼+呼吸管、先鋒舟+蛙鞋

b. 拋繩救援接力，不分齡各隊推男、女各派一隊，每隊5名(1救者+4待援)。

c. 自由式意旨個人項目自由式，不限泳姿、不中斷、不觸碰水道繩或腳不落地，連續完成距離，皆算完成。

d. 水中尋寶：報名參賽者皆可以參加，不能拿物品下去盛裝寶物。

(二)闖關體驗活動(過關有禮)90:30開始

第一關、1. 我是神射手(射箭-中正大學運動巡迴指導團)

第二關、2. 玩命關頭(限時60秒救生衣穿著-鴻文泳訓)

第三關、3. 救援高手(廣場CPR+AED救護操作-優隼團隊)

第四關、4. 快樂腳活力體驗(不老活力中心-樂齡館)

第五關、5. 粉絲相框+sup照相區打卡上傳

集滿前四關回到禮物兌換區，持粉絲框與SUP拍照打卡上傳粉絲專頁即可兌換禮物。

(一)趣味游泳比賽：競際搭配非競技項目，111年全民運蹼泳示範賽。

(二)水域自救與救援比賽：正確自救技能，最新救援技術先鋒舟操作。

(三)水域救援與急救闖關：60秒限時穿救生衣，CPR+AED模擬救援操作等。

中正大學運動巡迴指導團、不老活力中心。

十三、活動分組

(一)游泳比賽：1. 國小低組 2. 國小中組 3. 國小高組 4. 國高中組

(二) 闖關體驗活動，參加對象不分齡，闖關集點換贈品，鼓勵全民參與。

(三) 水上展演，由水上救生教練群及本縣蹺泳選手擔任示範演出。

活動流程與參賽項目表

活動種類	8:00	報到					
	8:45	啦啦隊演出	城市啦啦隊				備註
	9:00	檢錄(項目/組別)	國小 低年級	國小 中年級	國小 高年級	國中 高中	
趣味游泳比賽	9:15 ~ 10:30	浮板打水25公尺	V	V	V	V	
		自由式25公尺	V	V	V	V	
		自由式50公尺	V	V	V	V	
		仰式25公尺	V	V	V	V	
		仰式50公尺	V	V	V	V	
		蛙式25公尺	V	V	V	V	
		蛙式50公尺	V	V	V	V	
		蝶式25公尺	V	V	V	V	
		蝶式50公尺	V	V	V	V	
蹼泳救生技能競賽	10:30	雙蹼50公尺	V	V	V	V	呼吸管+蛙鞋
		先鋒舟50公尺	V	V	V	V	蛙鞋
		拋繩救援接力	8公尺		1對4		
體驗活動	11:30 ~ 12:00	水中尋寶、獨木舟、SUP體驗					
	運動安全知識闖關	9:30 ~ 13:30	戶外闖關+打卡拿禮物【觀眾與會選手均可參加】 1. 中正大學運動巡迴指導團：射箭、排球 2. 優隼教練團水域安全：限時60秒救生衣穿著、CPR+AED模擬救援 3. 不老活力中心：快樂腳活力體驗。				

十四、其他：

1. 每人最多參賽3項，單位報名人數不限，不包含接力。
5. 一律採計時決賽，賽後當日即時公佈成績並於現場領取獎狀。
6. 如於競賽時發生爭議，無法提出證明者，以大會技術仲裁為主。
7. 遇天然災害與不可抗拒之因素大會有權決定活動是否如期。
8. 大會有權決定是否接受報名，凡完成報名手續後，即不接受無故取消。
9. 現場有提供優惠價之呼吸管供選手購置。

十五、獎勵辦法：

- (一) 參賽十隊(人)以上取八名，九隊(人)取七名，八隊(人)取六名，七隊(人)取五名
六隊(人)取四名，五隊(人)取三名，四隊(人)取二名，三隊(人)下取一名。
- (二) 本次嘉年華趣味比賽，成績採計個人與團體頒發獎狀、獎盃、參賽提供免費餐盒。
- (三) 除競賽辦法特別註明之項目外，不得越級或降級參賽，資格不符冒名取消資格。

十六、競賽規則**參考**中華民國水中運動協會與中華民國游泳協會審訂之最新游泳規則。

十七、簡章修正

本計劃如有未盡事宜得隨時修定公佈之，修正時亦同（簡章公佈於民雄鄉體育會及縣府相關網站、民雄鄉運動公園游泳池-優隼運動事業有限公司臉書，不另行通知）。