

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會 活動簡章

壹、宗旨：

- 一、為活絡本市原住民傳統競技體育活動，藉由將傳統競技活動納入教育推廣的方式，凝聚族群認同與團結意識，並舉辦傳統競技體育體驗講座，邀請專業講師分享，提升選手對傳統競技體育的熱愛與參與，並強化各年齡層對傳統競技運動知識的學習與理解，亦可延續並發揚原住民運動樣貌與文化精神。
- 二、為提升族人經濟產業發展，賡續推廣本市原民經濟發展，規劃辦理原住民攤販市集，凝聚本市原住民行動攤商共識，帶動地方產業多元發展，期能增加原住民特色產品曝光率，拓展本市原住民地區農特產品及文創商品行銷管道，創造經營新商機，增加族人經濟收益。

貳、指導單位：原住民族委員會、教育部體育署、高雄市政府。

參、主辦單位：高雄市政府原住民事務委員會、高雄市政府運動發展局。

肆、舉辦日期：訂於 114 年 7 月 12 日(六)。

伍、競賽地點：高雄市立楠梓高級中學(傳統射箭項目定於風雨籃球場舉辦)。

陸、參賽單位：本市都會區依法設立登記之原住民族社團、協會、同鄉會、立案團體、機關學校，或個人組成團隊均可報名參加。

柒、參賽資格：

一、資格認定：凡中華民國國民具有原住民身分，並以原住民身分於本市設籍滿 6 個月以上者。

二、年齡規定：

- (一)參加公開組選手：限 16 歲含以上(民國 98 年以前出生者)。
- (二)參加青少年組選手：限民國 99 年至 101 年間出生者。
- (三)參加少年組選手：限民國 101 年至 104 年間出生者。
- (四)參加公開耆老組選手：限 55 歲含以上(民國 59 年以前出生者)。
- (五)各競賽種類技術手冊另有規定者，依其規定辦理。

捌、競賽種類：傳統拔河、撒網、傳統負重、鋸木、射箭、彈弓、頂上功夫、剝玉米、拖檳榔葉、滾輪圈、滾輪胎、親子兩人三腳接力。

玖、競賽規則：

- 一、相關賽事規則之擬訂擬參考「114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會」各單項技術手冊規定來辦理。
- 二、參加選拔選手每人無跨競賽種類限制，惟選手同時入選二個以上之競賽種類時，為避免大會期間發生賽程衝突，只能自擇一種競賽種類代表本市都會區參賽，其他入選競賽種類則遞補或徵召。

- 三、各競賽種類或競賽項目於報名結束後未達註冊人數時，則自本市原住民族優秀體育團隊、個人或經培訓隊伍教練推薦，以徵召方式納入本市都會區代表隊。
- 四、各單位參加競賽，不論團體或個人項目，凡經註冊務須出場，除不可抗力因素經大會同意外，不得任意棄權，違者撤銷該種類繼續參賽資格。
- 五、參賽選手應攜帶有照片之身分證明文件，俾利檢錄（社會組以國民身分證或相關證明文件須有照片為合格）。
- 六、比賽場地由大會指(暫)定提供比賽場地(如附表一)，各參賽單位不得依據各該項運動規則或相關規定提出異議。

報名辦法及方式：

一、報名時間：**即日起至 114 年 6 月 30 日(一)下午 5 時止。**

二、報名方式：

(一)送件地址：830201 高雄市鳳山區光復路 2 段 132 號 2 樓范先生收
電 話 : (07)740-6511 分 機 505 ； email : hkh95279528@gmail.com

(信件主旨請註明「報名 114 年高雄市都會區運動會」；
郵寄以郵戳為憑；送件後請來電確認是否有收到報名資料，以免喪失自身權益)

(二)傳真：(07)740-6526(請來電確認是否收到報名資料，以免喪失自身權益)。

(三)報名 QRcode:



- 三、參賽者報名參加本活動即視為同意遵守本範本。
- 四、參賽者報名時需提供原住民身份證明文件(戶口名簿或戶籍謄本影本)，如該身份證明文件未齊全，如未提供，主辦單位有權視為無法證明其身份、禁止該無提供資料之選手出賽；活動當日需攜帶身分證或健保卡(附照片)等證件供主辦單位備查。
- 五、隊伍報名並來電確認後，由承辦單位審核報名資料，若報名資料不完整、資料有誤或不符合報名資格等情形，請依規定補正所需資料、否則視為報名未成功。
- 六、報名應備文件：

(一)報名表(請依格式填寫)。

(二)選手保證書(如附表二，如未滿 20 歲需家長或監護人簽名)。

(三)選手戶籍謄本或戶口名簿(用於審查原住民身分、戶籍、年齡)。

(四)以上所列於報名時一併繳交，未附或逾期視同報名未完成。

七、各項目競賽辦法及報名表請上本會官網下載

https://coia.kcg.gov.tw/web_tw/index.php。

八、各單位參加競賽，不論團體或個人種類、項目，凡經登記註冊報名後務必出場，不得無故棄權。

壹拾、各競賽種類領隊技術會議及抽籤：

一、由承辦單位或得標廠商依據競賽章程時間、地點，召開領隊會議及抽籤事宜。

二、日期：領隊會議時間由大會另行通知。

三、地點：(暫定)高雄市政府原住民事務委員會(高雄市鳳山區光復路 2 段 132 號 2 樓)

四、未參加領隊會議或遲到無法抽籤之隊伍，由大會代抽，不得異議。

五、領隊會議中現場抽籤決定出賽順序。會後公布於本會網站：

https://coia.kcg.gov.tw/web_tw/index.php。請各參賽單位自行上網點閱。

六、各競賽種類比賽技術手冊預定與報名表一併公告於高雄市政府原住民事務委員會官網最新消息，請各參賽單位自行上網點閱。

壹拾壹、獎勵：各組各競賽項目錄取前三名，並頒發獎品以茲鼓勵；惟若各組競賽種類未達 3 隊(人)(含)以上，則取消該項/組比賽。

壹拾貳、由得標廠商與承辦單位負責編印秩序冊及執行賽事等事項。

壹拾參、保險：各競賽規程應依保險法相關規定辦理公共意外責任險，並於競賽規程中揭露保障範圍及額度。

壹拾肆、基於「安全的考量」，患有心血管疾病及孕婦等，一切可能有礙安全之身心狀況及相關特殊疾病者，本單位建議量力自身安全參與本賽會，如有自行報名參加本賽會，於賽會期間時活動中導致不適及引發自身疾病發病請自行負責。

壹拾伍、為加強安全防護，繳交報名表時應一併繳交「選手保證書」，否則不予報名參賽資格。

壹拾陸、報名人員於比賽時，身體如有不適及嚴重運動傷害，大會將負起協助後送工作，依本規定送至本市核定全民健保之合格醫療機構，協助就診。

壹拾柒、預期效益：

一、透過活動培養原住民運動習慣與風氣，帶動本市原住民的運動生活。

二、將傳統競技活動納入教育推廣的方式，凝聚族群認同與團結意識，並

舉辦傳統競技體育體驗講座，並強化各年齡層對傳統競技運動知識的學習與理解。

三、凝聚族群認同與團結意識，培養參加原民選手學習團體合作及運動家精神。

四、透過辦理不同種類及不同項目之運動賽事，藉以提升本市多元運動項目聯動。

五、培育本市優秀原住民青、壯年體育人才，本市原住民青年運動選手有更多發揮的舞台。

附表一

**114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會
各辦理項目之比賽日期及地點一覽表**

種類	日期	地點	比賽方式
傳統項目			
傳統鋸木	114 年 7 月 12 日	楠梓高級中學	公開男女混合組，每隊 12 人，男女各 6 名，採計時賽制。
傳統負重			公開男女混合組，每隊 12 人，男女各 6 名，採計時賽制。
傳統拔河			公開男女混合組：每隊註冊選手人數 12 人(男子 7 人、女子 5 人)，出賽男子 6 人、女子 4 人。 參採中華民國拔河運動協會審定之原住民傳統拔河運動規則。
傳統撒網			公開男子組及公開女子組、青少年混和組、公開耆老組(年滿 55 歲含以上)：個人賽。
傳統射箭			少年男子組、少年女子組、青少年男子組、青少年女子組、公開男子組、公開女子組、公開耆老組(年滿 55 歲含以上)等 7 組；採個人排名賽、3 人團體賽制。
傳統彈弓			個人賽:公開男子組、公開女子組、耆老組(年滿 55 歲含以上)。 團體賽:可男女混合編組，3 人為 1 隊，不得重複報名，有冒名頂替者取消全隊比賽資格。

親子趣味樂活項目			
頂上功夫	114 年 7 月 12 日	楠梓高級中學	親子混合團體組:每隊 6 人男女不拘，至少 1 名為國中 15 歲(含)以下孩童。
剝玉米			親子混合團體組:每隊 4 人男女不拘，至少 1 名為國中 15 歲(含)以下孩童。
拖檳榔葉			親子混合團體組:每隊 10 人，成人及國中 15 歲(含)以下孩童各 5 名(2 人 1 組，共 5 組)。
滾鐵圈			親子混合團體組:每隊 6 人男女不拘，至少 1 名為國中 15 歲(含)以下孩童。
滾輪胎			耆老混合團體組:每隊 6 人男女不拘(年滿 55 歲含以上)。
親子兩人三腳接力			親子混合團體組:每隊 10 人，男女各 5 名，至少 2 名為國中 15 歲(含)以下孩童。

附表二

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

選手保證書

本人確實符合參加 114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會選手參賽資格，並已慎重考量身體健康狀況及自身實力，無勉強參賽情事，自行承擔比賽期間發生任何意外之責任，並放棄先訴抗辯權。

代表單位：

姓 名：

性 別：☐男 ☐女

出生年月日：民國 年 月 日

身分證統一編號：

※教育推廣項目

競賽項目：☐傳統射箭 ☐傳統彈弓 ☐傳統鋸木 ☐傳統負重 ☐傳統拔河 ☐傳統撒網
☐頂上功夫 ☐剝玉米 ☐拖檳榔葉 ☐滾鐵圈 ☐滾輪胎 ☐親子兩人三腳接力

參賽組別：☐少年組 ☐青少年組 ☐公開耆老組(年滿 55 歲以上)
☐公開男子組 ☐公開女子組 ☐公開男女混合組 ☐親子混合組

教練簽名：

選手簽名：

選手家長或監護人簽名：
(未滿 20 歲)

中 華 民 國 年 月 日

註：

- 一、填寫保證書時，敬請先詳閱 114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會總則及技術手冊有關資格規定。
- 二、保證書各項資料，必須正確詳填；資料不全者，大會得依規定取消資格。
- 三、保證書必須親自填妥，以示負責，並由教練簽名；未滿 20 歲者，必須取得家長（或監護人）簽名同意，但未滿 20 歲已結婚者不受此限。
- 四、保證書後應附參賽選手戶口名簿影本之證明文件。

附表三

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會
報名表

單位或隊名					
領 隊				教 練	
管理(聯絡人)				聯絡電話	
通訊地址					
參賽項目		☐ 傳統射箭 ☐ 傳統鋸木 ☐ 傳統負重 ☐ 傳統拔河 ☐ 傳統撒網 ☐ 傳統彈弓 ☐ 頂上功夫 ☐ 拖檳榔葉 ☐ 滾鐵圈 ☐ 滾輪胎 ☐ 剝玉米 ☐ 親子兩人三腳接力			
參賽組別 (請勾選)		☐ 公開男子組 ☐ 公開女子組 ☐ 青少年男子組 ☐ 青少年女子組 ☐ 少年男子組 ☐ 少年女子組 ☐ 公開男女混和組 ☐ 親子混和組 ☐ 公開耆老組(年滿 55 歲以上)			
E-mail					
職 稱	姓 名	性 別	出 生 年 月 日	身 分 證 號	族 別
1. 隊長(C)			年 月 日		
2. 隊員			年 月 日		
3. 隊員			年 月 日		
4. 隊員			年 月 日		
5. 隊員			年 月 日		
6. 隊員			年 月 日		
7. 隊員			年 月 日		
8. 隊員			年 月 日		
9. 隊員			年 月 日		

10. 隊員			年 月 日		
11. 隊員			年 月 日		
12. 隊員			年 月 日		
一、報名人數依各競賽辦法規定辦理，並採紙本或網路報名送件。 二、比賽時身體如有不適本單位於當日協助就醫至有全民健保之合格醫療機構就診。 三、本次賽會以交流活動，將不代辦及申請場內隊職員個人相關醫療及意外保險，敬請見諒。 四、以上事項皆同意者始得填表報名。 五、<u>表格數不夠可自行增列</u>。					

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會 技術手冊

傳統鋸木

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。

三、比賽分組：公開男女混合組(男女各 6 名)。

四、年齡規定：限 16 歲含以上(民國 98 年以前出生者)。

五、比賽制度：團體計時賽。

六、比賽規則：

(一)每人員限報名參加 1 隊，每隊出賽選手 12 名，6 男 6 女。

(二)比賽用具：長方體木材(約 120 公分)、鋸木底座木材、鋸子 3 把及防切割手套 5 付由大會提供，置放於鋸木區並編號，比賽前抽籤決定第幾號賽場。

(三)比賽採男女交叉接力賽，單數棒女選手，雙數棒男選手。採計時決賽方式進行，時間少者為勝，秒數相同者名次並列。

(四)比賽交棒距離：去程 10 公尺，回程 10 公尺，共計 20 公尺。

(五)進行方式：大會提供約總長度 120 公分，厚度約 12 公分之長方體木材，每隊 12 人排於起跑點後方，比賽開始前每隊先派 1 位選手至鋸木區，戴上手套固定鋸木木材。比賽開始後第 1 位選手戴上手套，持接力棒跑至 10 公尺前木材處，使用大會準備之鋸子，於木材上依據大會已劃訂之 12 等份線條，由劃定的第 1 格鋸下一小段木頭，完成後將鋸子放回原處，持接力棒跑回起跑點，將接力棒傳給第 2 位選手，依序進行鋸木比賽，至第 12 位選手將畫線之木材鋸下，跑回起點後始完成比賽。

(六)大會提供每隊 3 把鋸子，鋸木時請愛惜鋸子，正確使用。折斷 1 把鋸子增加完成比賽時間 60 秒，若 3 把鋸子全部折斷無法完成比賽，取消該隊伍比賽資格。

(七)全隊 12 人應全部共同合力將木頭鋸切完成比賽，選手若中途棄賽將不列入比賽成績。

(八)任何情況下，唯有場上裁判員及裁判長有權暫停比賽；選手不得無故請求暫停比賽。

(九)規則無明文規定時，以審判委員會之決議為最終判決。

(十)若有選手受傷等狀況發生，由裁判員會同醫護人員共同檢視確定無法繼續比賽時，應立即宣布該隊暫停比賽，取消其繼續比賽之權利，該隊不列入比賽成績。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

傳統彈弓

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。

三、比賽分組：公開男子組、公開女子組、耆老組(年滿 55 歲以上)。

四、比賽項目：(一)團體賽:可男女混合編組，3 人為 1 隊，1 人限參加 1 隊，不得

重複報名，有冒名頂替者取消全隊比賽資格。

(二)個人賽:公開男、公開女、耆老組(年滿 55 歲含以上)。

五、年齡規定：

(一)公開男子組、公開女子組：限 16 歲含以上(民國 98 年以前出生者)。

(二)耆老組：限 55 歲含以上(民國 59 年以前出生者)。

六、隊伍人數：每隊註冊選手 3 名，每人限報一隊參加，不可跨隊報名。

七、比賽規則：

(一)團體賽及個人賽每位選手 1 輪擊打 10 發，限時 4 分鐘(含故障排除)，每發限 1 顆彈，

每中 1 發記 3 分，每多打 1 發則該輪次全部不予計分。

(二)裁判口令未完成即開始擊打時，該彈不計分外，並扣該輪之彈數。

(三)時間終了裁判口令宣佈後，仍繼續擊打者，該輪次全部不予計分。

(四)團隊及個人之合計總分，以記錄裁判組審核之分數為準。

(五)實體靶心只有被完全擊中(且裁判最終確認)才算有效得分，反彈擊中靶心或擊中控繩不予記分。

八、比賽距離：

(一)團體賽:擊打白色紅心圓形實體 6cm 靶心，靶心離地高 1.4 米。

(二)個人賽:擊打白色紅心圓形實體 6cm 靶心，靶心離地高 1.4 米。

九、競賽裝備規則：

(一)彈弓:各種材質和形狀都可，但必須是使用扁皮筋作為動能的彈弓(如下圖一)，**禁止使用帶有紅外瞄具、輔助燈光瞄具激光設備及強力助手背、腕托裝置來增加穩定性的彈弓。**

長度不超過 30cm，寬度不超過 25cm 的彈弓。(參賽選手可自備彈弓，也可以使用大會提供之彈弓)

(二)皮筋:使用各類扁形作為動能的皮筋，不分顏色。速射可使用各類型管狀為動能的皮筋，不限顏色。

※圖一照片參考



(三)彈丸:彈丸限使用 6mm~9mm 含以下的鋼珠，參賽選手可自備鋼珠，也可以使用大會提供之鋼珠，禁止使用鋼珠以外的彈丸，如鉛彈、泥丸、玻璃珠、石塊等。(如下圖二)

※圖二照片參考



(四)比賽當天由檢錄組及競賽組裁判檢查選手自備之彈弓，經大會裁判認定規格不符之彈弓不得參賽。

十、注意事項：

(一)所有參賽選手均應遵守現場大會裁判評判指揮安排，依序進行比賽，不得當場質詢或干擾裁判。

(二)如有疑問應先向大會裁判反映，並服從大會裁判仲裁，如有違反者，大會有權取消其參賽資格。

(三)請攜帶身份證件，凡冒名頂替和弄虛作假、酗酒者，赤膊赤腳，大會裁判有權取消其參賽資格及成績。

十一、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

傳統負重

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。

三、比賽分組：公開男女混和組。

四、年齡規定：限 16 歲含以上(民國 98 年以前出生者)。

五、隊伍人數：每隊註冊選手人數 14 人(出賽男 6 人，女 6 人；候補男 1 人，女 1 人)。

六、比賽規則：

(一)採用中華民國田徑協會審定之最新國際田徑規則，如規則解釋有爭議，以英文版為準。

若規則無明文規定者，則審判委員會之決議為最終判決。

(二)比賽距離：1,200 公尺(選手每人跑 100 公尺)。

(三)背負重量：男選手為 20 公斤、女選手為 10 公斤重物(重物誤差值 ± 200 公克)，背負姿勢不拘。

(三)進行方式：第 1 棒至第 6 棒為女選手，第 7 棒至第 12 棒為男選手，依序接力完成。第 6 棒女選手須將 12 公斤重物置於標示地點後，第 7 棒男選手始得提(舉)起 20 公斤重物起跑。

(三)參賽選手不得赤足，應穿著統一服裝(不可著釘鞋，拔釘後之釘鞋亦不可穿著)，違反規定之單位取消其比賽資格。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

傳統拔河

- 一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。
- 二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。
- 三、比賽分組：公開男子組、公開女子組、公開男女混和組。
- 四、年齡規定：限 16 歲含以上(民國 98 年以前出生者)。
- 五、隊伍人數：
 - (一) 公開男女混合組，每隊註冊選手人數 12 人(男子 7 人、女子 5 人)，出賽男子 6 人、女子 4 人。
- 六、比賽制度：視註冊隊數多寡編排。
- 七、器材設備：
 - (一)比賽場地：拔河道長 60 公尺，寬 1.5 公尺為限制範圍，中間劃一中心線。
 - (三)比賽用繩：採用審定合格之拔河繩，繩子上有 5 個標誌。
 - 1、1 個在正中央(紅色標誌)。
 - 2、2 個在離中央標誌兩邊各 4 公尺處(白色標誌)。
 - 3、2 個在離中央標誌兩邊各 5 公尺處(藍色標誌)。
- 八、服裝規定：穿著統一之運動服裝，不得穿拔河鞋、不得戴手套、不得赤足，應穿著平底運動鞋或長短筒膠質雨鞋(鞋底或鞋跟不得有鞋底釘或突出物，亦不得改造雨鞋鞋底；有釘子的雨鞋、棒球鞋、釘鞋、磯釣鞋等均不得穿著)。
- 九、比賽規則：除大會另行規定者外，餘參採中華民國拔河運動協會審定之原住民傳統拔河運動規則。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

頂上功夫

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。

三、比賽分組：親子混和團體組。

四、年齡規定：最高不限，孩童限國中 15 歲(含)以下。

五、隊伍人數：每隊註冊人數 8 人(出賽 6 人，至少 1 名為國中以下孩童)。

六、比賽規則：視註冊隊數多寡編排。

(一)比賽距離：來回距離各 20 公尺(共 40 公尺)。

(二)用竹編篩子裝農作物地瓜、小米或玉米等，重量成人約為 5 公斤，孩童約 2 公斤(由大會提供)。

(三)進行方式：

1、用竹編篩子裝 5 公斤農作物(地瓜、小米或玉米等)，然後頂於頭上(可於頭頂鋪設毛巾)，選手競賽移動時不可調整或用雙手扶篩子，可於原地調整篩子，違例者每次加計 10 秒。

2、來回距離各 20 公尺(共 40 公尺)，以秒數計分，所費時間最少之隊伍勝出並以此排名，同分者則進行加賽，加賽規定如上述比賽規則。

3、每隊第 1 棒須為孩童。

七、器材設備：

(一)用竹編篩子裝農作物由大會提供。

(二)毛巾尺寸:110*30cm/條，每隊 3 條重複使用(由大會提供)如下圖一。

※圖一照片參考



(四)選手若中途棄賽或未能全員抵達終點，該隊將不列入比賽成績。

(五)任何情況下，唯有場上裁判員及裁判長有權暫停比賽；選手不得無故請求暫停比賽。

(六)規則無明文規定時，以審判委員會之決議為最終判決。

(七)選手因受傷、出界、犯規、服裝不整、倒地不起或其他可接受之理由，裁判員及裁判長可宣布暫停比賽。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

傳統撒網

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。

三、比賽分組：公開男子組、公開女子組、青少年混和組、耆老組(年滿 55 歲以上)。

四、年齡規定：

(一)青少年(男女)混合組：限 15 歲含以下(民國 99 年以後出生者)。

(二)公開男子組、公開女子組：限 16 歲含以上(民國 98 年以前出生者)。

(三)公開耆老組：限 55 歲含以上(民國 59 年以前出生者)。

五、隊伍人數：每組每隊註冊人數 2 人，出賽 2 人。

六、比賽規則：

(一)公開男子組：

1、使用 16 呎漁網，規劃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，聽裁判吹哨後，需於 60 秒內完成，逾時當次以零分計；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，加賽規定如上述比賽規則。

4、服裝不拘，不得穿著釘鞋(違者以零分計算)。

5、5 分鐘內未到場比賽者，以棄權論。

(二)公開女子組：

1、使用 14 呎漁網，規劃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，聽裁判吹哨後，需於 90 秒內完成，逾時當次以零分計；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，加賽規定如上述比賽規則。

4、服裝不拘，不得穿著釘鞋(違者以零分計算)。

5、5 分鐘內未到場比賽者，以棄權論。

(三)青少年混和組：

1、使用 12 呎漁網，規劃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，聽裁判吹哨後，需於 90 秒內完成，逾時當次以零分計；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，加賽規定如上述比賽規則。

4、服裝不拘，不得穿著釘鞋(違者以零分計算)。

5、5 分鐘內未到場比賽者，以棄權論。

(四)耆老混和組：

1、男使用 16 呎漁網，女使用 14 呎漁網，規劃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，聽裁判吹哨後，需於 60 秒內完成，逾時當次以零分計；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，加賽規定如上述比賽規則。

4、服裝不拘，不得穿著釘鞋(違者以零分計算)。

5、5 分鐘內未到場比賽者，以棄權論。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

傳統射箭

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市楠梓射箭場(高雄市楠梓區旗楠路 160 號)。

三、比賽分組：少年男子組、少年女子組、青少年男子組、青少年女子組、公開男子組、公開女子組、公開耆老組。

四、比賽項目：個人排名賽、3 人團體賽制。

五、年齡規定：

(一)少年男子組、少年女子組：限民國 101 年至 104 年間出生者。

(二)青少年男子組、青少年女子組：限民國 99 年至 101 年間出生者。

(三)公開男子組、公開女子組：限 16 歲含以上(民國 98 年以前出生者)。

(四)公開耆老組：限 55 歲含以上(民國 59 年以前出生者)。

五、隊伍人數：每隊註冊選手 3 名，每人限報一隊參加，不可跨隊報名。

六、比賽規則：

(一)參賽者於比賽當日請預備身份證明文件備檢。

(二)箭指揮口令：

1、唱名：唱名後選手才能進入預備線就位。

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。

5、5 分鐘內未到場比賽者，以棄權論。

(三)比賽距離：公開組 18 公尺、青少年組 15 公尺、少年組 12 公尺。

(四)時間規定：於 1 回 2 分鐘內射完 5 箭，逾時發射不予計分。

(五)每隊出場比賽最多 3 人。參賽單位選手註冊未達 3 人或完成比賽未達 3 名時，該隊不計算團體成績。

(六)各組選手依靶位編排，射二局，第一局射 2 回，每回射 6 箭，第二局射 2 回，每回射 6 箭，二局共射 24 箭，個人滿分 240 分，團隊滿分 720 分。

(七)以 1-10 分環形靶紙進行〈如下圖一〉。



圖一

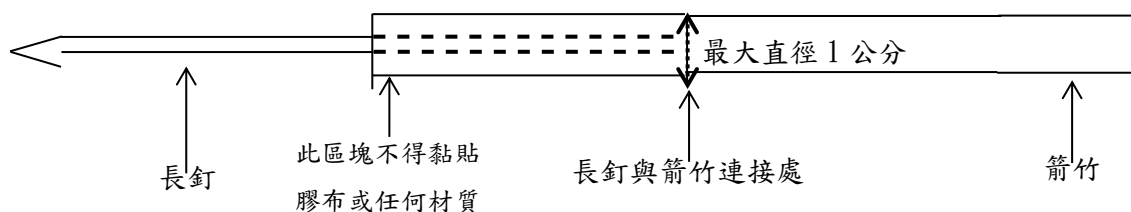
(八)分數計分採每隊團體前三位最高分總分排名。

(九)成績紀錄表必須由選手及裁判簽名確認，因疏忽未簽名者，以零分計算。

(十)參賽選手自備弓與箭，木弓或竹弓均可，箭為箭竹所製，詳細說明如下：

1、木弓或竹弓：長度、磅數、弓弦材質不限，弓臂不得用各式加工工業製材料及加裝瞄準器，不得使用連接式（合成式）的竹弓或木弓，以一體成形之傳統木弓或竹弓為主。

2、竹箭規格：箭桿以箭竹取材，箭頭長釘材質不限，箭尾槽不得裝尾羽毛或其它材料，箭頭之長釘連接箭竹之前端不得黏貼膠布或其他材質，長釘連接箭竹之後端最大直徑不得超過1公分。



3、鼓勵個人使用弓箭塗彩具原住民特色圖騰彩繪。

4、競賽是日請選手自行備妥弓箭，大會不另備。

5、比賽當天由檢錄組及競賽組裁判檢查選手自備之弓、箭，經大會裁判認定規格不符之弓箭不得參賽。

(十一)計分方式：

1、依箭射中之得分（1~10分）計分，0分或脫靶以M劃記，若重疊為母子箭，則以靶紙上母箭之得分數為計分依據。於裁判下達「看靶」口令後，由選手與裁判同時前往看靶每箭經選手及裁判確認無誤時始得拔箭，如有爭議之箭應由大會裁判（長）認

定後計分。

2、看靶完成後，裁判應請選手於計分表上簽名以示確認無誤，選手簽名後不得再提出異議。

3、倘見有壓線情形，該箭以最高分列計。

4、計分表如有塗改，需經裁判及總裁判長簽名以示負責。

5、計分異議經大會裁判(長)作出判定後選手不得再議。

(十二)同分處理：

1、團體組：先比較團隊得 10 分 (X) 多者為優勝，次比較 9. 8. 7…餘此類推，多者為優勝。再同分，則比較團隊得 0 分 (M) 少者為優勝。比較後都無法分出勝負，三人各加射一箭，以 3 箭總分比勝負；若仍同分，則以最近靶心之 1 箭屬隊為勝；若仍等距則以第二支(或第三支)最近靶心箭之屬隊獲勝。

2、個人組：先比較個人得 10 分 (X) 多者為優勝，次比較 9. 8. 7…餘此類推，多者為優勝。再同分，則比較得 0 分 (M) 少者為優勝。比較後都無法分出勝負，加射 1 箭以得分來分勝負，若仍同分，則以箭最接近靶心者為勝；若仍平手則再射 1 箭最接近靶心者為勝，或繼續比賽直至分出勝負。

(十三)靶場射箭規範：

1、安全第一，全體選手必須依裁判指揮之口令就定位，不可任意進出比賽場地。

2、每回每人限定於 2 分鐘完成 5 箭之射擊，時間到經裁判下達「停止射擊」時，未射出之箭不得再射，違者經裁判認定後，該選手該局最高分之箭不列計分。

3、所有參賽選手，須於大會指定之射箭區域內使用弓箭，禁止在會場範圍內任意上箭拉弓，違者取消該名選手參賽資格，若因而發生事故意外，肇事者需負全部之刑責與賠償責任。

4、在任何時間、地點，任何人手持弓箭時，嚴禁將箭頭對人瞄準，違者取消參賽資格。

5、參賽選手嚴禁酒後出賽，經大會裁判認定選手違反規定時，該選手取消參賽資格，必要時得予驅逐出場。

6、射箭競賽報名團體或個人如有冒名頂替者，一經查屬實，取消該隊參賽資格，個人賽其成績以 0 分計。

7、射箭比賽進行中，於比賽場地內外嚴禁選手大聲喧嘩、嘻鬧影響其他選手射箭進行，如有情事經警告制止後，有再犯情形經參賽隊(選手)提出，或經大會裁判逕認定選

手違反競賽場規定時，得對違規隊伍舉紅牌停止比賽資格處分，以維競賽場之秩序、安全。

8、選手請著原住民傳統背心參賽(可不帶頭飾，或以布條替之)。

9、技術會議：依大會最新公告為主，並另行通知。

10、裁判會議：得由各裁判長於比賽前 1 小時於各比賽場地召開。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

剝玉米

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。

三、比賽分組：親子混和團體組。

四、年齡規定：最高不限，孩童限國中 15 歲(含)以下。

五、隊伍人數：每隊註冊人數 6 人(出賽 4 人，至少 1 名為國中以下孩童)。

六、比賽規則：視註冊隊數多寡編排。

(一)比賽距離：來回距離各 5 公尺(共 10 公尺)。

(二)進行方式：

1、限時 4 分鐘內接力撥下玉米粒，第 1 棒為小孩進行，後為大人接力完成，除接力交接人外，旁人不得協助，違者扣協助之支數，以完成支數多者為勝。

2、來回距離各 20 公尺(共 40 公尺)，以秒數計分，所費時間最少之隊伍勝出並以此排名，同分者則進行加賽，加賽規定如上述比賽規則。

(三)倘支數相同者，由各組大人進行 1 分鐘加賽，完成支數多者為勝。

(四)任何情況下，唯有場上裁判員及裁判長有權暫停比賽；選手不得無故請求暫停比賽。

(五)規則無明文規定時，以審判委員會之決議為最終判決。

(六)選手因受傷、出界、犯規、服裝不整、倒地不起或其他可接受之理由，裁判員及裁判長可宣布暫停比賽。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

拖檳榔葉

- 一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。
- 二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。
- 三、比賽分組：親子混和團體組。
- 四、年齡規定：最高不限，孩童限國中 15 歲(含)以下。
- 五、隊伍人數：每隊註冊人數 12 人(出賽 10 人，成人及孩童各 5 名(2 人 1 組，至少 5 組)。
- 六、比賽規則：視註冊隊數多寡編排。

(一)比賽距離：來回距離各 20 公尺(共 40 公尺)。

(二)進行方式：

1、每隊 10 人，2 人組成一小組，共 5 小組。來回距離各 20 公尺(共 40 公尺)，以秒數計分，所費時間最少之隊伍勝出並以此排名，同分者則進行加賽，加賽規定如上述比賽規則。

2、比賽時，孩童選手坐上檳榔葉面，成人選手拖拉檳榔葉尾前進至折返點後拖回至起點完成交棒動作。

(三)任何情況下，唯有場上裁判員及裁判長有權暫停比賽；選手不得無故請求暫停比賽。

(四)規則無明文規定時，以審判委員會之決議為最終判決。

(五)選手因受傷、出界、犯規、服裝不整、倒地不起或其他可接受之理由，裁判員及裁判長可宣布暫停比賽。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

滾鐵圈

一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。

二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。

三、比賽分組：親子混和團體組。

四、年齡規定：最高不限，孩童限國中 15 歲(含)以下。

五、隊伍人數：每隊註冊人數 6 人(出賽 4 人，至少 1 名為國中以下孩童)。

七、器材設備：

(一)鐵圈規格:使用 40~43cm 通用型，由大會提供(如下圖一)。

※圖一照片參考



六、比賽規則：視註冊隊數多寡編排。

(一)比賽距離：來回距離各 10 公尺(共 20 公尺)。

(二)進行方式：

1、限時 3 分鐘內接力需用技巧將鐵圈滾至目的地，但鐵圈不可偏離跑道。

2、以秒數計分，所費時間最少之隊伍勝出並以此排名，同分者則進行加賽，加賽規定如上述比賽規則。

3、爸爸媽媽一位可陪同孩子一起挑戰。

(三)任何情況下，唯有場上裁判員及裁判長有權暫停比賽；選手不得無故請求暫停比賽。

(四)規則無明文規定時，以審判委員會之決議為最終判決。

(五)選手因受傷、出界、犯規、服裝不整、倒地不起或其他可接受之理由，裁判員及裁判長可宣布暫停比賽。

七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

滾輪胎

- 一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。
- 二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。
- 三、比賽分組：耆老組。
- 四、年齡規定：限 55 歲含以上(民國 59 年以前出生者)。
- 五、隊伍人數：每隊註冊人數 6 人(出賽 6 人，男女不拘)。
- 七、器材設備：

(一)輪胎尺寸:使用汽車 17 吋輪胎由大會提供(如下圖一)。

※圖一照片參考



- 八、比賽規則：視註冊隊數多寡編排。

(一)比賽距離：來回距離各 10 公尺(共 20 公尺)。

(二)進行方式：

- 1、採計時決賽:比賽開始，每隊第一位拿起輪胎，由起跑線滾動輪胎至折返點〈需繞過折點〉再沿原路，回至起點交給第二人，依此繼續進行至最後一位，依時間先後判定名次。
- 2、輪胎需用滾動不得提起離地，違者每個加 20 秒。
- 3、超越接力線或沒繞過折返點者，違者每個加 10 秒。
- 4、輪胎及選手皆須進入終點線或接力線，方算完成，違者每位加 10 秒。
- 5、選手不得重複，違者每個加 20 秒。

(三)任何情況下，唯有場上裁判員及裁判長有權暫停比賽；選手不得無故請求暫停比賽。

(四)規則無明文規定時，以審判委員會之決議為最終判決。

(五)選手因受傷、出界、犯規、服裝不整、倒地不起或其他可接受之理由，裁判員及裁判長可宣布暫停比賽。

- 九、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會

技術手冊

親子兩人三腳接力

- 一、比賽日期：114 年 7 月 12 日(星期六)。
- 二、比賽地點：高雄市立楠梓高級中學(高雄市楠梓區清豐路 19 號)。
- 三、比賽分組：親子混和團體組。
- 四、年齡規定：最高不限，孩童限國中 15 歲(含)以下。
- 五、隊伍人數：每隊註冊人數 12 人(出賽 10 人，男女各 5 人，至少 2 名為國中以下孩童)。
- 六、比賽規則：視註冊隊數多寡編排。
 - (一)比賽距離：2 人一組，來回距離各 20 公尺(共 40 公尺)。
 - (二)進行方式：
 - 1、2 人一組，來回距離各 20 公尺(共 40 公尺)，以完成接力時間秒數計分，除接力交結人外，旁人不得協助，違者加 10 秒，倘秒數相同者進行加賽，加賽規定如上述比賽規則。
 - (三)選手若中途棄賽或未能全員抵達終點，該隊將不列入比賽成績。
 - (四)任何情況下，唯有場上裁判員及裁判長有權暫停比賽；選手不得無故請求暫停比賽。
 - (五)規則無明文規定時，以審判委員會之決議為最終判決。
 - (六)選手因受傷、出界、犯規、服裝不整、倒地不起或其他可接受之理由，裁判員及裁判長可宣布暫停比賽。
- 七、本競賽規程如有未盡事宜，得於領隊會議時說明公佈，或得由大會隨時修訂之。

附表五

114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會 競賽事項申訴書

申訴單位		領隊或 教練	(簽章)
提出時間	年 月 日 時 分		
被申訴者	單位	糾紛發生	時間
	姓名		地點
申訴事實			
證物或證人			
裁判長意見			
仲裁委員會判決			

仲裁委員會召集人

(簽章)

附註：

- 1、有關競賽爭議申訴案件，應依據各競賽種類國際規則及相關規定辦理；若規則無明文規定者，得先以口頭向裁判長提出申訴，並於該項目比賽結束後 30 分鐘內，以書面申訴，凡未依規定時間內提出者，概不受理。
- 2、單位代表隊領隊簽名或蓋章權，可依競賽規程之規定，由代表隊領隊本人或教練簽名或蓋章辦理。

附表六

**114 年高雄市都會區原住民族傳統技能教育推廣暨競賽運動會
運動員資格申訴書**

申訴單位		領隊或教練	(簽章)		
提出時間	年 月 日 時 分				
被申訴者 姓名		單 位		參加 種類項目	
申訴事項				證件或證 人	
競賽組裁 定	年 月 日 時 分				

競賽紀錄組 組長： (簽章)

附註：

- 1、有關參賽選手資格不符或冒名參賽之申訴，須於賽前提出書面申訴，未依規定時間內提出者，不予受理。
- 2、單位代表隊領隊簽名或蓋章權，可依競賽規程之規定，由代表隊領隊本人或教練簽名或蓋章辦理。