基隆市115年度「Empowering Love」

特殊教育學生適應體育運動會實施計畫

壹、 依據：基隆市115年度特教工作計畫辦理。

貳、 目的：

一、透過舉辦適應體育運動會，激發特殊教育學生參與運動的興趣，提升其身體健康與心理適應能力。

二、提供多元化運動項目，協助學生發展個人運動技能，增強自信心與自我價值感。

三、藉由團體競賽及互動，促進學生間的溝通與合作，增強社交能力及團體歸屬感。

四、結合教育與運動專業資源，提升學校及社區對適應體育的重視與支持。

參、 辦理單位：

一 、指導單位：運動部。

二 、主辦單位：基隆市政府教育處(以下簡稱本府)。

三 、承辦單位：基隆市深澳國小。

四 、協辦單位：基隆市特教專業服務中心。

肆、 活動資訊：

一 、活動時間：**115年05月30日(六)** 8：00至13：30。

二 、活動地點：基隆市信義區深澳國小(基隆市信義區深澳坑路55-1號)。

三 、參與對象：

(一) 基隆市立高中、國中及國小經鑑輔會鑑定具有文號之身心障礙在學學生(以下簡稱特殊生)。

(二) 基隆市立高中、國中及國小之在學學生（以下簡稱普通生）。

(三) 參與活動學生之帶隊教師或相關人員。

伍、 比賽項目及資訊：

一、個人賽

(一)報名資格與說明:

項目	說明	輪椅學生能否參加	備註
有氧登階	1. 每項分為國小 1-3 年級、國小 4-6 年級、中學組等三組。 2. 本比賽**僅限特殊生**參加。 3. 主辦單位依據報名單位提供的選手前測成績，各類別分為紅黃藍綠四級，紅級最優、黃級次之，以此類推。 4. 另有參加趣味競賽之學生**也可報名**個人賽。 5. 個人賽項目每人**僅可**報名一項。 6. 每級參賽人數 3-6 人，不足 3 人之級別將個別通知調整參賽項目。依完成次數決定名次。	否	
籃球原地運球		否	
坐姿上臂彎曲		是	
壘球擲遠		是	

(二)比賽規則

1.有氧登階**本項目請於報名時登錄前測成績**

(1)時間 60 秒。

(2)單腳上、單腳下且兩腳皆需上階梯後腳需下來著地，方為一次完成動作。

(3)動作未完成者則不予計算。

(4)階梯高度為 15 公分。

(5)依時間內完成之次數決定名次。

2.籃球原地運球**本項目請於報名時登錄前測成績**

(1)以單手運球，時間 60 秒。

(2)若球失控，計時仍將繼續，選手可從備用球區拿取籃球繼續運球。

(3)運球時若離開指定範圍則不計次。

(4)籃球使用尺寸為 5 號球。

(5)籃球運球離地超過 22 公分(600ML 瓶裝水高度)才予以計次。

(6)依時間內完成之次數決定名次。

3.坐姿上臂彎曲**本項目請於報名時登錄前測成績**

(1)時間 60 秒。

(2)所需器材：600ml 瓶裝水、不易滑動之椅子且後面需要有穩定安全之依靠物，如牆壁。

(3)選手坐於椅子中間背挺直，選擇任一手握住水瓶。

(4)單手拿瓶裝水，手臂伸直下垂於大腿旁。

(5)計時開始將手臂屈至肩部再放下至大腿旁（開合角度 180 度），此動作算 1 次。

(6)依時間內完成之次數決定名次。

4. 壘球擲遠**本項目請於報名時登錄前測成績**

(1)使用周長 30 公分之壘球。

(2)於起點線內賽員可用任何方式擲出。

(3)每一運動員連續進行三次投擲，取其最佳成績。

二、趣味競賽

(一)報名資格與說明:

團體組項目	分組說明	備註
親師生融合趣味競賽(芬蘭撞柱)	1. 以學校為單位進行報名，**每校至多報名一隊**，學生可同校混齡參加。 2.每隊隊伍**必**為 8 人。參賽人員可包含特殊生、普通生及親師(教師或家長)，其中**普通生及親師總數量至多為 4 人**。 3.依據學生學習階段，區分為「國小組」、「中學組」。 4.場次安排：依據報名數量規劃場次，每一場次安排 4 個學校參賽。依完成時間決定名次。	輪椅生皆能參與。

(二) 基隆市 115 年適應體育運動會趣味競賽比賽規則

1. 每隊共 8 人，於比賽前確定好競賽序位，並於易於辨識區域(如前胸口或手臂)貼上 1-8 數字貼紙。
2. 隊伍成員依序輪流從投擲區投擲大木棋，以任何方式投擲，目標擊倒擺放的 12 支小木棋(上有編號 1-12)。
3. 每次投擲後，把小木棋在被擊倒後的位置上重新放置。

4. 分數計算:
   (1)若擊倒一支木棋：擊倒的木棋分數為標示的數字。(如:僅擊倒編號7木棋，則得7分)。
   (2)若擊倒兩支以上木棋：得分等於擊倒的數量(如:擊倒3支木棋，則得3分，與木棋上數字無關)。
   (3)分數採累加制，從0分開始計分，累計分數超過50分時，則積分重置為25分。分數恰好達50分之隊伍則完賽。
5. 每場比賽為10分鐘，時限內依完成時間決定名次，若時間到尚未完成隊伍，則皆屬銅牌獎。

陸、 報名方式

一、 報名時間：即日起至115/04/14(二)16:00止

二、 報名網址：(兩個網址皆須填寫)

(一)個人賽報名網址:(個人賽每位學生都需要填寫報名資訊)

https://forms.gle/qjmejeDu7SSixHg86

個人賽

(二)趣味競賽暨學校資訊報名表

https://forms.gle/KSSjGDHgB6FtFnt36

學校

三、 報名注意事項

(一)基隆市立高中、國中及小學有設置特教班或資源班者，鼓勵報名參加。

(二)每位學生至多報名兩項，其中第二項限定報名「親師生趣味競賽」。

(三)報名個人賽者需先行測試參賽學生表現，並將成績登錄於報名表中。

(四)務必填寫肖像影音資料授權使用書。若有不同意者，活動當日將給予貼紙，並且協助貼於胸口以利拍攝工作人員辨識。

柒、競賽獎勵標準

一、個人競賽：每一項目取金、銀牌各一名；銅牌若干名。每位參賽選手頒發獎牌一面及獎狀一幀。

二、親師生融合趣味競賽：每一場次取金、銀獎各一名；銅獎若干名。每個參賽學校頒發獎盃一座、每位參賽學生頒發獎狀一幀。

三、各項賽末會有頒獎典禮，將按照銅牌、銀牌及金牌順序頒獎。

四、上述獎勵品，除獎狀由承辦單位於賽後擇期統一發放至公文櫃讓各校自行領取外，其他項目皆於賽事結束於現場頒發。

捌、　行政獎勵

一、本案活動相關工作人員另案辦理敘獎事宜。

二、擔任志工之人士贈予服務證明一幀。

玖、　交通補助：依據各校報名人數酌予補助，領隊會議再行說明補助內容。

拾、　活動聯絡人

基隆市信義區深澳國小鐘穎孝主任/林鈺慧主任。

電話：(02)24652940#71、21

拾壹、同意全程參與活動之學校帶隊教師暨工作人員依簽到表核予公假1日，並於2年內課務自理擇期補休。

拾貳、其他事項

一、為響應環保、節能減碳活動，敬請各單位自行為參與人員(選手、家屬、老師)準備輕便雨衣及環保杯。

二、比賽當日，請攜帶學生健保卡及身心障礙手冊，以便突發狀況時備用。

三、裁判會議115/05/20(三)13:30-14:00；
領隊會議115/05/20(三)14:30-15:30。

拾參、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

拾肆、 附件清單

一、活動流程表

二、肖像影音資料授權使用書

附件一

Empowering Love 基隆市 115 年特殊教育學生適應體育運動會流程

一、日期：115 年 05 月 30 日(六)

二、地點：基隆市信義區深澳國小

三、預計活動流程：(確認之詳細時程俟報名截止後公告)

時間	內容	說明	
08：00-08：20	報到	各校報到後請引導人員引至休息區	
08：20-09：00	開幕式	1. 運動員集合 2. 市長暨貴賓致詞 3. 頒發感謝狀予承辦及協辦單位 4. 運動員宣誓 5. 大合照 6. 暖身舞蹈	
09：00-10：00	上半場 賽事及頒獎	項目:坐姿上臂前彎	項目: 籃球原地運球
10:00-10：10	中場休息	中場休息	
10：10-11：10	下半場 賽事及頒獎	項目:有氧登階	項目:壘球擲遠
11：10-11：20	中場休息	場地整理	
11：20-12：00	親師生融合 趣味競賽	親師生融合趣味競賽	
12：00-12：30	閉幕式	1. 頒獎趣味競賽獎項 2. 閉幕典禮	
12：30-14：00	場地復原	賦歸及場地復原	

附件二-肖像影音資料授權使用書

(請下載列印簽名後上傳到報名網站)

肖像影音資料授權使用書

本人(被拍攝者)＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿／(未成年人之法定代理人)＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

□同意授權

□不同意授權

基隆市115年度「Empowering Love」特殊教育學生適應體育運動會所拍攝之個人資料(含姓名、學校、照片、影像及聲音)予**基隆市政府**複製、轉檔、剪輯、美編設計、增刪及修飾之處理後，於網路及媒體公開展示播放宣傳使用，並就該活動拍攝之影音資料享有完整之著作權，但不得違反公共秩序及善良風俗。

立書人：

身分證字號：

電話：

住址：

中 華 民 國　　115　　年　　05　　月　　30　　日