

趣味競賽規則：採用計時賽，使用時間最少，完成任務量最多來計算。計分方式：社會組、國小組取六名，按六、五、四、三、二、一計分；國中組取二名，按二、一計分

比賽規則：

(一) 罐罐相連：限時計數賽

1. 隊員 8 人，4 男 4 女混合。
2. 器材：易開罐 5 個、圓錐一個。
3. 遊戲說明：起點、折返各一，鐵罐每組 5 個，每組縱向排列，2 人一組，將鐵罐連接，2 人各扶鐵罐一端，從起點出發，繞至圓錐後折返後續接下一組，依續完成任務。
4. 8 人完成後累計總時間。
5. 注意事項：(1)鐵罐不能落地。
(2)單手、雙手扶鐵罐皆可。
(3)最後一位選手請穿著背心。

(二) 開鹿先鋒：限時計數賽

1. 隊員 8 人，男 4 女 4 混合。
2. 器材：布袋一只、鹿的髮箍、圓錐一個。
3. 遊戲說明：參賽者戴上鹿的髮箍，雙腿套入布袋中，手握住袋子向前跳躍，遇圓錐折返，後續接下一組，依序完成任務。
4. 注意事項：(1)布袋落到腰部以下算犯規。
(2)最後一位選手請穿著背心。

(三) 眼明手快：限時計數賽

1. 隊員 8 人，4 男 4 女混合。
2. 器材：桌子、疊杯。
3. 遊戲說明：參加隊伍在起點處集合，跑至前方的桌子，把疊杯排好，再小跑回始點，將跳繩交給下一位選手，依序完成任務。
4. 注意事項：(1)疊杯排好，經關主檢查後，再將

疊杯套在一起。(2)最後一位選手請穿著背心。

(四) 造橋鋪鹿：限時計數賽

1. 隊員 8 人，4 男 4 女混合。
2. 器材：U 形槽、球、塑膠桶。
3. 遊戲說明：8 人排成一行，每人有一個 U 形槽，依序接力，將 U 形槽的球傳至終點的塑膠桶內，即完成任務。
4. 注意事項：(1)選手完成個人接力後須至前方繼續接力，直到球傳至塑膠桶中即完成任務。(2)球中途掉落，需重新至起點開始。(3)手不可碰球。

(五) 牽手同心

- 1、參加人數：女生 4 人，男生 4 人。
- 2、器材：呼拉圈 比賽距離：15 公尺。
- 3、遊戲說明：每隊參賽選手在比賽距離間排成一行，女前男後，選手與選手間將手牽起，將呼拉圈來回傳 1 次，即完成任務。
- 4、注意事項：(1)最後一位選手需拿著呼拉圈繞過折返點之三角錐後，再由最後一位選手依序往回傳至第一位選手，第一位選手將呼拉圈放入終點處三角錐，經裁判確認後，即停止計時。(2)傳遞過程中，選手與選手的手需全程牽起，且呼拉圈須通過選手全身，違反規定者一次加 30 秒，成績相同時則抽籤決定名次。

(六) 運球接力：

1. 隊員 8 人，4 男 4 女混合。
2. 器材：籃球 1 粒、籃框一只、圓錐一個。
3. 距離 15 公尺，籃框置於 10 公尺處，圓錐置於終點 20 公尺處。

4. 遊戲說明：參加隊伍在起點處集合，依序將籃球運到籃框前把球投入框內，拾起後運球繞過圓錐，再把球運回起點交給下一位。
5. 8 人完成後累計總時間。
6. 注意事項：(1)球一定要投入籃框。
(2)單手、雙手運球皆可。
(3)球失控離手時須親自拿回，別人不能幫忙。
(4)最後一位選手請穿著背心。。