

基隆市安樂區鶯歌社區發展協會

槌球運動推展活動計畫書

壹、槌球的由來

槌球運動源於法國，當時稱為槌球(Croquet)，傳到英國以後大為風行，民國 36 年 12 月傳入日本北海道，經過鈴木和仲先生的改良和精簡，而成為風靡日本的槌球運動(Gateball)。

槌球在台灣推廣近 40 年，在各縣市、鄉鎮皆設有槌球組織單位，參與者以中老年族群居多，年齡集中在 55-80 歲男女性、約 8~9 萬運動人口。近年致力於向下紮根，國中小學及大專院校逐漸重視推展，已取得教育部甄試升學加分許可。

是一項團體運動，規則具有邏輯性，屬輕柔運動，注重人與人之間溝通，寓運動於娛樂。看似簡單，但要玩得出色，光有技術是不夠的，還得動動腦才能晉升達人等級，可以說是激發腦力的智慧型運動。很適合用來訓練小朋友手眼協調、培養思考能力及預防失智症等老人文明

自從國內引進槌球運動以後，使的原本在晨昏公園裡比劃的太極拳、或是街頭巷尾來回甩手運動，有些許活動漸漸被這項有趣的槌球運動所取代。現在常可見到三五好友，帶著簡單的球具，聚集於社區的小公園，就算玩了一個下午都不覺得累，達到四肢運動及



聯絡感情與娛樂的效果。



國內也有團體不定期舉辦槌球運動比賽，使的打槌球的人有運動競技的空間

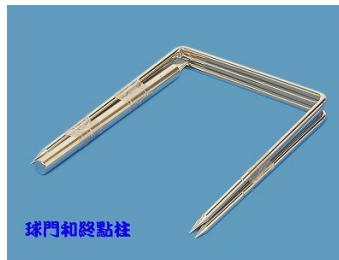
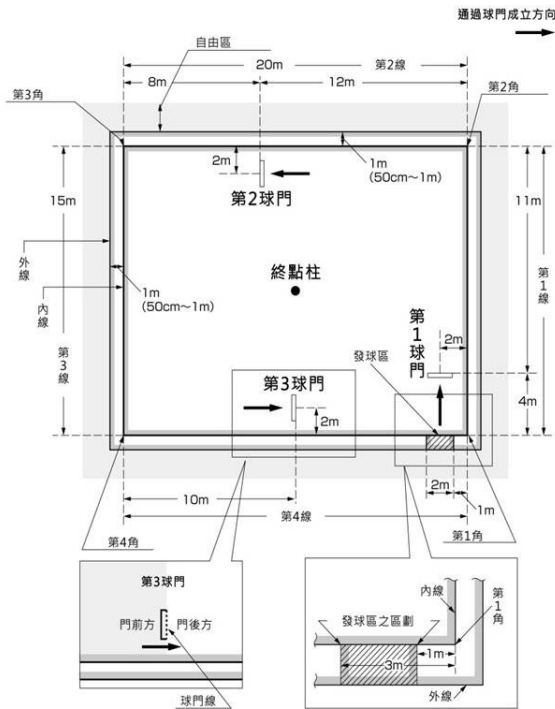
貳、槌球介紹

槌球是木球跟高爾夫球的混血兒，不僅規則簡單、輕鬆有趣，而且可以激發腦力、促進身心健康，是時下最經濟實惠、老少咸宜



的新運動。

日本鈴木和仲先生的將槌球做了下列的改良與精簡：如每隊由六人至八人改為五人，球門也由六個精簡為三個；場地的規格由（內場）長二十公尺、寬十五公尺，（外場等候區）長二十五公尺、寬二十公尺



計分錶

叁、推展計畫

鶯歌社區發展協會，見槌球運動是柔性運動，適合 50 歲以上及 15 歲以下青少年的體能活動，民國 92 年開始與基隆市體育會槌球委員會在社區推動槌球活動。

從體驗、基礎研習、裁判、教練講習，促進球隊參加全國、省區域比賽，增進球員的興致，在樂趣中增進健康，療癒心靈的幸福。

肆、籌備計畫

鶯歌社區發展協會，面對老齡化的增長，每年接受市府或槌球委員會，委辦槌球春季(市長盃)、秋季(長青盃)賽，欲提倡社區槌球熱絡，計畫舉辦週末聯賽(富邦盃)，使長者除了市級兩場賽程外及自身的練習賽，週週能有競賽的機會。

伍、活動計畫

1. 邀請本市槌球委員會註冊球隊(13 隊)。
2. 三個月賽程總計分，分組(4 隊一組)交叉六場賽。
3. 每週六比賽三場，三組 6 週賽(初賽)。
4. 分組(初賽)1、2 名(6 隊)循環賽。
5. 取 1、2、3 名，獎金:第 1 名 3000 元、第 2 名 2000、
第三名 1000 元。
6. 自由球員隊與體驗學員友誼賽。
7. 賽程預定 3、9 月份舉辦

陸、經費概算

編號	項目	單位	單價	數量	金額	備註
1	裁判費	人	1000	15	15000	
2	獎盃	座	1200	9	10800	出賽 6 座、決賽 3 座
3	獎金	一式	6000	1	6000	第一名:3000 元、第二名:2000 元、 第三名:1000 元
4	宣導品	份	120	100	12000	
	誤餐費	人	96	100	9600	
5	公共意外險保費	式	4000	1	4000	
6	整理場地加班費	式	1000	2	2000	
7	場地搬運費	式	1000	2	2000	
8	租用流動廁所	座	800	2	1600	
	場地器材費	組	4900	3	14700	球 1900 球門 800 場地線 2200
	計時鐘	組	2500	2	5000	
7	雜支	式	2000	1	2000	
合計					84,700	

概算經費依需要調配使用