2026 年特奧籃球共融邀請賽競賽規程

一、 活動宗旨

為推廣特殊奧林匹克運動精神，提倡「勇敢嘗試、爭取勝利」，鼓勵身心障礙朋友走出戶外、建立運動自信與團隊合作精神，並透過籃球交流促進機構與學校間的良性互動，特舉辦本邀請賽。

二、 辦理單位

- **指導單位**：富邦公益大使
- **主辦單位**： 財團法人阿寶教育基金會
- **協辦單位**：金山復健中心

三、 活動時間與地點

- **活動日期**： 中華民國 115 年 10 月 15 日（星期四）09:00 至 12:00
- **活動地點**： 宜蘭國民運動中心（規劃使用雙場地進行）

四、 參賽對象與資格

- 領有身心障礙證明之學員或特教學生，以單位或機構為報名單位。
- 預計參賽單位：安興、米寶、幸福、金山復健中心
- 全員參與原則：鼓勵全員上場，鼓勵各單位隨行之學員皆至少報名 1 項競賽

五、 競賽項目與組別說明

（一） 3 對 3 籃球賽(男子組共 5 組、女子組 2 組，共 7 組)

1. **組別規劃**（共 **5** 隊）：
    - 男子 **A** 組（**3** 隊）： A1、A2、A3（於第 1 場地）
    - 男子 **B** 組（**3** 隊）： B1、B2（於第 2 場地）
    - 女子 **C** 組（**3** 隊）： C1、C2（依輪次排定場地）
    - **抽籤決定種子隊**
2. **賽制**： 各組採單循環賽制，共進行 5 場。
3. **比賽時間與計分**：
    - 每場比賽為 **6 分鐘**，以時間終了為主（採不停錶計時）。
    - 進球得分依一般籃球規則計算，時間結束時得分較高者獲勝。
    - (規則依一般籃球比賽規則，僅走步可多一步及運球可以多一次)
4. **循環輪次規劃**：
    - **第 1 輪**： A1 vs A2、B1 vs B2
    - **第 2 輪**： **C1 vs C2**
    - **第 3 輪**： **第 1 輪勝隊對打**
    - **第 4 輪**： **第 3 輪勝隊與種子隊打**

（二） 個人技術挑戰賽

- **參賽人數：** 共 9 人，採能力相近分為 3 組（每組取第 1～3 名）。

  (米寶 4 人、安興 1 位、幸福 1 位、其他單位 3 位)

- **挑戰項目與計分：**
  1. **S 蛇形障礙運球（限時 30 秒）：**
     - 設置 5 支障礙標誌，選手由起點出發，依序來回繞過障礙（1→2→3→4→5 繞回）。
     - 每完成 1 次來回通關得 1 分，以 30 秒內累計次數計算得分。
  2. **直線運球（限時 30 秒）：**
     - 設置 10～15 公尺直線跑道，自起點直線運球至折返點後運回起點。
     - 每完成 1 趟得 1 分，以 30 秒內累計趟數計算得分。
  3. **籃下投籃（限時 1 分鐘）：**
     - 於籃下禁區規定範圍內自主投籃，投中 1 球得 2 分，以 1 分鐘內累計得分計算。
  - **成績排定：** 計算三項個人得分總和排定名次。

（三） 團體機制技巧賽

- **參賽隊伍（共 6 隊）：** 安興 2 組、米寶 1 組、幸福 1 組、其他單位 2 組。
- **比賽規則：**
  1. 每隊 5 人，依序分站於 5 個傳球定位點。
  2. 依序傳球：1 號傳給 2 號 → 2 號傳 3 號 → 3 號傳 4 號 → 4 號傳 5 號由 5 號執行投籃。
  3. 完成一次後選手依序輪替站位，共進行 **5 輪**，確保每位隊員均完成一次投籃。
- **計分方式：**
  - 傳接球成功得 **2 分**。
  - 投籃成功進球得 **2 分**；未投進但有完成投籃動作得 **1 分**（鼓勵參與）。
- **成績排定：** 累計 5 輪總得分排定名次，取前 1～3 名頒獎。

六、 活動流程表

時間	活動項目	內容簡介
09:00 - 09:15	開幕式與活力熱身	長官嘉賓致詞、帶領全體選手熱身操、宣讀規則與安全叮嚀
09:15 - 10:00	個人技術挑戰賽(熱身賽)(全部人都下去)	進行 S 型運球、直線運球、籃下投籃測驗（分 20 組計分）
10:00 - 10:15	個人技術挑戰賽(9 人)	進行 S 型運球、直線運球、籃下投籃測驗（分 3 組計分）
10:20 - 10:30	中場休息與補水	選手休息、補充水分、場地器材轉換配置
10:30 - 11:10	3 對 3 籃球賽	5 場比賽（雙場地同步進行，共 3 輪，含換場）
11:10 - 11:40	團體機制技巧賽	6 隊分雙場地進行 5 人合作傳接與投籃挑戰（共 5 輪累計積分）
11:40 - 12:00	閉幕式與頒獎	頒發各組優勝獎狀及禮物、全體大合照、圓滿賦歸

七、獎勵辦法（落實特奧「人人有獎」精神）

1. **3 對 3 籃球賽：** 男子組及女子組各頒發獎狀及禮物。
2. **個人技術挑戰賽：** 各組錄取第 1、2、3 名頒發獎狀及禮物。
3. **團體機制技巧賽：** 取前 3 名頒發優勝獎狀及禮物；其餘參賽隊伍頒發「最佳團隊精神獎」。
4. **參加紀念：** 每位到場參加的選手均可獲得點心餐盒一份。