

中大運動挑戰日

競賽規程

日期：2018年11月20日(星期二)

時間：6:00pm-9:30pm

地點：夏鼎基運動場

目標

透過競技遊戲發揮大學宿舍及舍堂宿生/成員間的合作精神，從而增加同學對香港中文大學歸屬感。

形式

參加隊伍以宿舍或走讀生舍堂為單位(每單位只派一隊)，每隊8-12人組成，一半隊員必須為該宿舍之宿生或走讀生舍堂之成員，其餘則可是所屬書院的同學，並於截止報名前成功報名。

主辦單位將競技遊戲玩法拍成短片供參賽隊伍賽前準備，藉以增加隊員彼此之間的溝通及合作。

時段

i) 6:30pm - 7:30pm 由第1至12隊進行比賽

ii) 8:00pm - 9:00pm 由第13至24隊進行比賽

場地安排

場地分為4個競賽區域，每區有3隊同時進行競技遊戲，各隊伍須於10分鐘內完成一個項目，休息5分鐘然後再進行下一項競技遊戲。

規則

各隊須分別派出8人在指定時間內按照規則進行以下4項競技遊戲，因應不同成績而獲取相關分數。

1. 盲俠擲準

4位隊員(C、D、E、F)分2組，於Zone 2以二人三足的形式將救生衣、帽、色帶、球拍運往Zone 3，A(矇眼)將所裝備穿上(隊員B可協助)，A由裁判協助原地轉身一圈，然後聽從B提示帶著所有裝備返回Zone 2(A與B不能有身體接觸)；回到Zone 2後，A將地上水桶內網球逐一投擲到3m外的G、F(Zone 1)，G、F用「拾球網」回收網球並放進收集箱(網球落地後不可拾回)。

(示範短片：<https://youtu.be/fOY1RE1hgyY>)

2. 鬼馬神槍手

A1、B1 & C1 及 A2、B2 & C2 分成兩組送裝滿水之氣球予10m外的D。組員A1手持兩個裝滿水之氣球行走時，B1 & C1用浮板放在地面為A開路(A1的腳必須踏在浮板上)；A1、B1 & C1到達後D的位置後，A2、B2 & C2才可出發。D拋擲水球至5m外之組員E，E把氣球水放入用水桶，F & G用水槍吸水，爬過3m障礙，再將水射至4m外H，H用水桶收集並倒進大水桶中。

(示範短片：<https://youtu.be/VvPMgMbeyYk>)

3. 袋鼠送貨

每次兩位組員A & B, G & H(二人一組)以麻布袋(袋鼠跳)的方式運送物品到終點，再由另一隊員C/D負責將物品拋給遠處(6m)的隊員E/F，最後計算總分。不同的物品，分數不一樣，限時內，不斷將物資運送，每次最多運送一件物品，拋接時物品著地不算，須要重新返回起點開始。其他組員協助將物品運回起點或不斷換人。A & B送貨後回起點，另一組可以再出發。

(示範短片：<https://youtu.be/bRN3nSA-MvE>)

4. 奇趣保齡

2名組員A & B背對背運送Fit-ball穿過繩梯陣，然後交給組員C & D，兩人合作利用大膠袋把Fit-ball

拋給隊員 E，E 及 F 隨即負責用繩將 Fit-ball 控制及傳送給隊員 G，G 用 Fit-ball 擊倒小塔後，H 持球跑回起點。限時內，不斷將小塔擊倒。

(示範短片：https://youtu.be/lm4q_U80fVE)

計分

各隊在每項競技遊戲最高可得到 25 分，4 項競技遊戲合計可取得最高 100 分。

1. 盲俠擲準

隊員在指定時間成功用「拾球網」回收網球，並放進籃子，每個 0.5 分，最高可獲 25 分。

鬼馬神槍手

隊員在指定時間內成功收集到的水，1/5 桶 10 分，2/5 桶 20 分，1/2 桶或以上 25 分。

2. 袋鼠送貨

隊員在指定時間內運送物資由起點到終點，獲取不同得分，籃球 0.5 分、欖球 1 分、飛碟 2 分，最高可獲 25 分。

3. 奇趣保齡

隊員在指定時間內成功將小塔擊倒，每擊倒 1 個小塔得 1 分，最高可獲 25 分。

獎勵

完成 4 個競技遊戲後所得的總分，因應分數的高低而獲得不同的紀念品乙份。

紀念品 I：80 分或以上

紀念品 II：60-79 分

紀念品 III：59 分或以下

報名

請點擊以下超連結：

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScm96xNPCv-npBsSZ1uEpyjtCQvCx4oQcBnQ--6f7ntubQnQ/viewform>

(參加名額 24 隊，額滿即止。)



名額

24 隊 (每書院最少可以報名 1 隊，先到先得，額滿即止。)

截止日期

2018 年 11 月 9 日 (星期五)

棄權

於法定競賽開始時間，參賽隊伍如未能派出合法人數出賽者，即判作棄權論。

上訴

競賽不設任何上訴，如有任何爭議之事宜，皆以主委判決為最終判決。

其他

1. 本規程如有未盡善之處，主辦單位得隨時修訂。
2. 服飾穿著運動服裝。因競技遊戲過程中可能會弄污衣物，請帶備衣物更換。
3. 示範短片內容只作參考。

查詢

電話：3943 6097

電郵：peunit@cuhk.edu.hk