



心路基金會

集聚不一樣 成就大力量

【第八屆籃得好天天籃球競技活動】



【活動報名簡章】

帥氣地投球得分，精彩的運球過人
緊張刺激的籃球比賽即將在「籃得好天天」上場

我已經準備好要在球場上吸引大家的目光了
你準備好了嗎！跟我一起踏上球場吧！
10月13日，這天，我們就是主角！

只要你喜歡打籃球，只要你對籃球有興趣
快來跟我們一起在球場上揮灑汗水
跟我們一起報名第八屆「籃得好天天」
讓我們在球場一起展現自我吧



計畫依據：

- 教育部體育署「107年運動i臺灣計畫-運動知識擴增專案-身心障礙者運動樂活計畫-身心障礙單項運動比賽」
- 衛福部社家署「107年度推展社會福利補助-國際身心障礙者日系列活動」

 主辦單位：財團法人心路社會福利基金會、國立臺灣師範大學

 指導單位：教育部體育署、衛福部社家署

 協辦單位：臺北市府體育局、湯姆熊歡樂世界

目錄

壹、 活動日期與時間.....	1
貳、 活動地點	1
參、 參賽資格	1
肆、 各項賽程報名人數及資格：	2
伍、 活動內容	3
陸、 報名辦法	4
柒、 資格鑑測（報名三對三籃球賽之智青須參與）	5
捌、 賽程資訊	5
玖、 交通補助資訊.....	6
壹拾、 保險資訊.....	6
壹拾壹、 聯絡資訊.....	6
附件一、競賽規則.....	7
附件二、 個人報名表	11
附件三、 活動告知同意書	12
附件四之一、 團體報名表 （僅提供學校、機構等單位報名使用）	13
附件四之二、 證件黏貼表 （團體報名使用）	14
附件五、衣服尺寸參考	15

壹、活動日期與時間

日期：10 月 13 日 星期六。

時間：早上 8 點到下午 6 點。

貳、活動地點

國立臺灣師範大學 (台北市大安區和平東路一段 162 號)。

參、參賽資格

年滿 15 歲，領有身心障礙手冊/證明之智能障礙、自閉症、唐氏症、腦性麻痺、多重障礙者 (以下簡稱智青) 及一般社會大眾 (以下簡稱社青)。

參賽資格
1. <u>智青：每人最多報名 2 項活動競賽</u> (出場比賽時，須攜帶身心障礙證明/手冊，以備查驗。)。 2. <u>社青：限報名三對三籃球賽、籃球機投籃賽團體組、趣味競賽。</u> 3. 報名三對三籃球賽、籃球機投籃賽團體組、趣味競賽之參賽選手可自行組隊或由主辦單位逕行分隊。 4. 報名三對三籃球賽者<u>須無心臟病、高血壓、癲癇、氣喘之病史。</u> 5. 智青及未滿 18 歲之社青選手，應取得監護人之同意。 6. 凡籃球職業以及國家代表隊者不得參賽。



肆、各項賽程報名人數及資格：

本屆賽事規劃五項賽事，各賽事人數及資格如下表，另為貫徹支持障礙者參與社會之理念，促進障礙者參與體育活動之機會，主辦單位會依實際狀況調整報名人數。

項次	項目	報名內容
1	三對三籃球賽	 <u>智青 2 人與社青 2 人組隊參加</u> ，最多 30 隊。  報名三對三籃球賽者，須無心臟病、高血壓、癲癇、氣喘之病史。
2	定點投籃賽	 <u>限智青參加</u> ，最多 60 人。
3	籃球機投籃賽	 個人組： <u>限智青參加</u> ，最多 100 人。  團體組： <u>智青 1 人與社青 1 人組隊參加</u> ，最多 15 隊。
4	趣味競賽- 限時投籃	 <u>智青 1 人與社青 1 人組隊參加</u> ，最多 25 隊。
5	趣味競賽- 技術挑戰	 <u>智青 1 人與社青 1 人組隊參加</u> ，最多 25 隊。

伍、活動內容

本屆各賽事規劃如下表，各項目賽制每年依場地、時間進行些微調整，報名前請詳閱簡章內容。主辦單位將依實際情況更動細部規則，內容將公布於活動當天之秩序冊。

項次	項目	活動內容 (完整競賽規則請詳閱附件一)
1	三對三籃球賽	1.每場比賽進行三節，每節 4 分鐘，節間休息 1 分鐘。 2.社青得分每球為 1 分，智青得分每球為 2 分。社青有得分上限限制，智青則無。 3.社青於第一節及第三節各有 1 次換人的機會。 4.比賽分預賽及複賽， <u>所有隊伍皆會晉級複賽</u> 。 5.預賽每場比賽勝隊積分為 2 分，兩隊平手各得 1 分，負隊積分為 0 分。積分最高隊伍晉級複賽 M1，次高積分晉級複賽 M2，最低積分晉級複賽 M3。 6.複賽每場比賽勝隊晉級，負隊淘汰。 7.M1、M2、M3 各組取前三名。
2	定點投籃賽	1.參賽者於籃下邊界至兩分線上共 5 個定點投籃。 2.每個定點投 3 球，按規則計分，分數最高者獲勝。 3.男女分組各取前六名。
3	籃球機投籃賽	1.個人組參賽者於籃球機投籃，依進球分數最高者獲勝。 2.團體組參賽者依序於籃球機投籃，2 人得分加總即為該隊總分，依分數最高隊伍獲勝。 3.男女個人分組各取前十名，團體組取前三名。
4	趣味競賽-限時投籃	1.參賽者於 1 分鐘內輪流進行投籃，參賽者可自行選擇投籃遠近，分數最多者勝，取前五名。
5	趣味競賽-技術挑戰	1.參賽者挑戰合作完成 5 個籃球動作進行闖關。 2.計時最快完成闖關活動者獲勝，取前五名。

陸、報名辦法

📅報名時間：5月2日 到 6月30日止（額滿為止）。

※小提醒：6月30日 17:00 前沒繳費視同未報名。

🚫社青報名以「與智青自行組隊」者為優先。

🚫社青若為單獨報名須由主辦單位協助配對，皆視同備取，待媒合成功後再進行完成報名程序。

📅報名費用：每位報名參賽者將酌收新台幣 250 元報名費，含午餐、保險、紀念品。

📅繳費期限：5月2日 到 6月30日止。

※小提醒：須繳交報名費用與報名表後才算完成報名程序。

📅報名方式：

填寫個人活動報名表（附件二）或團體報名表（附件四，僅供學校或機構使用），並簽署活動告知同意書（附件三）後，透過下列方式完成報名：

項次	報名方式	內容
1	郵寄報名	請將報名表、繳費收據掛號郵寄至以下地址： 地址：116 台北市文山區萬和街 8 號 1 樓 收件人：心路基金會 籃得好天天 收
2	線上報名	1.請至第八屆籃得好天天官方網站，點選 <u>我要報名</u> ，進行線上報名。 2.完成報名後，至 <u>檔案下載</u> 下載並簽署 <u>活動告知同意書</u> ，郵寄、e-mail 或親臨本中心繳回報名資訊。 3.網址： https://isyinluad.wixsite.com/nicedaybasketball 
3	電話報名	請來電 02-2239-5319 分機 313、308 進行報名，並於請在 7 天以內補送 <u>書面報名表</u> 本中心。
4	現場報名	請將報名表、繳費收據親送至以下地址： 台北市文山區萬和街 8 號 1 樓

繳費方式：

繳費方式	內容
親自繳費	1.至中心說明繳交「第八屆籃得好天天」報名費用即可。 2.支持中心地址：台北市文山區萬和街 8 號 1 樓。
銀行轉帳	完成轉帳手續後，請將「證明收據」浮貼於報名表中的繳費證明單，再連同報名表郵寄或傳真報名。 戶名：財團法人心路社會福利基金會 銀行：中國信託銀行 敦南分行（銀行代碼 822） 帳號：163540287453

報名表請見簡章第 11 至 14 頁附件，或至「心路基金會官網」、「第八屆籃得好天天官網」下載電子檔。

- 第八屆籃得好天天官網：<https://isyinluad.wixsite.com/nicedaybasketball>
- 心路基金會官網：<http://web.syinlu.org.tw/>

柒、資格鑑測（報名三對三籃球賽之智青須參與）

時間及地點將於活動官網另行公布。

練習項目：12 公尺直線及迂迴運球、運球上籃、中距離投籃、傳球投籃

備註：

- 1.凡報名三對三成功之隊伍可選擇於台北或高雄進行資格鑑測。
- 2.若無法配合於台北場次及高雄場次進行練習之參賽者，請至第八屆籃得好天天官網檔案下載，下載測驗辦法及記錄表格，於 8 月 31 日前自行完成測驗並郵寄給主辦單位。

捌、賽程資訊

活動資訊可至以下網站查詢，或以電話、電子郵件與我們聯絡。

第八屆籃得好天天官網：<https://isyinluad.wixsite.com/nicedaybasketball>

心路官網：<http://web.syinlu.org.tw/>

FB《心路台北社區生活支持中心》：<https://www.facebook.com/pg/clsc.tp>

心路台北社區生活支持中心 TEL：02-2239-5319 轉 313、308

E-MAIL：niceball@gm.syinlu.org.tw

玖、交通補助資訊

- ✚ 本次活動提供桃園以南 (含) 及東部、外島地區機構、學校參與三對三籃球賽隊伍之交通費補助。
- ✚ 交通費補助交通方式，本島以高鐵為主，台鐵、客運為輔，外島以飛機為主。
- ✚ 交通費補助愛心票及陪同票票價，以一個隊伍 (4 人，2 名社青，2 名智青) 來回為單位。
- ✚ 交通費補助金額實報實銷，於活動結束後出示搭乘憑證、名單供主辦單位進行核發及核銷作業。

壹拾、保險資訊

- ✚ 本活動將為參賽者投保一百萬額度之旅遊平安保險，故請參賽者在填寫報名資料時，務必填寫正確之內容，以利保險辦理。
- ✚ 本活動借用之場地 (臺灣師範大學體育館) 已投保公共意外責任險。
- ✚ 參賽單位若有其他保險需求 (例如隨隊家長、社工、志工等)，請另外自行投/加保，以滿足個別保障需求。

壹拾壹、聯絡資訊

- ✚ 聯絡人：曾宥庭社工、鄭亞婷社工，電話：02-2239-5319 分機 313、308。
- ✚ 電子信箱：niceball@gm.syinlu.org.tw

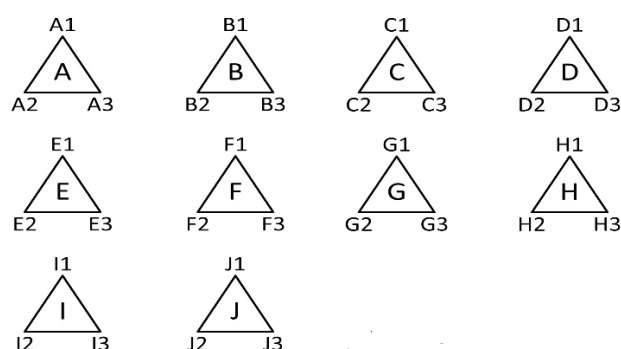
附件一、競賽規則

競賽項目	競賽規則
三對三 籃球賽	【賽制】 1.採計時計分制，每節比賽時間 4 分鐘，每節賽後休息 1 分鐘。 2.比賽中，罰球、出界、交換球權等皆不停錶，惟裁判考量特殊狀況，指示紀錄台停錶。 【隊伍成員與人員替換】 1.每隊成員為 <u>2 名智青</u>及 <u>2 名社青</u>組隊。 2.採三節比賽制，每節比賽每隊上場成員如下： ➤ 第一節比賽：2 名智青及 1 名社青。 ➤ 第二節比賽：2 名社青。 ➤ 第三節比賽：2 名智青及 1 名社青。 3.第一節比賽與第三節比賽之社青為初次上場須為不同人，每節比賽過程中可申請換人，以一次為限。 4.社青因故無法繼續比賽時，可向主辦單位申請，由主辦單位安排備用球員參與比賽。 【得分計算與得分限制】 1.智青得分每球為 2 分，社青得分每球為 1 分；3 分線外投籃得分亦為 2 分與 1 分。 2.罰球進球皆為 1 分。 3.社青於第一節及第三節比賽中，每節最多得分為 4 分，於第二節比賽中得分無限制；智青每節比賽得分無限制。 4.社青罰球皆為 1 球(三分出手被犯規也為一球) 【犯規】 1.球員在比賽中犯規時，記個人犯規一次，該隊記團體犯規一次。 2.個人犯規第 4 次時，該球員取消該場次比賽資格。 3.團體犯規第 3 次時，對方罰球二次 (社青為一次)。 4.個人犯規與團體犯規每一場將重新計算。

【晉級 - 預賽】

- 1.採循環賽積分制，勝隊積分為 2 分，兩隊平手各得 1 分，負隊積分為 0 分。
- 2.每個循環中，最高積分晉級複賽 M1，次高積分晉級複賽 M2，最低積分晉級複賽 M3。
- 3.若積分相同，則以循環中總得分較高的隊伍勝出。若總得分相同，則並列勝出。

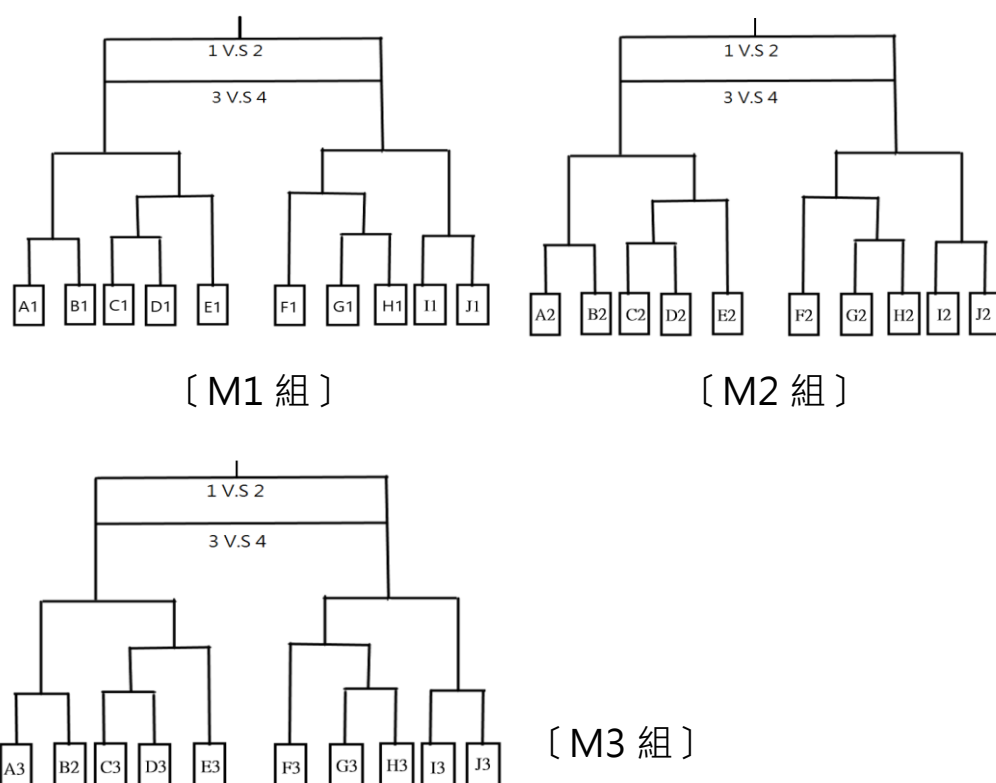
第一階段 賽程表

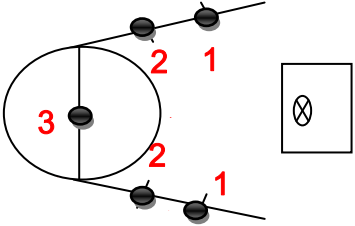


【晉級 - 決賽】

1. 採單淘汰制，比賽中得分較高隊伍勝出，較低分淘汰。
2. 若得分相同採投籃決勝，兩隊四人輪流罰球，得分高的隊伍勝出。

第二階段 賽程表



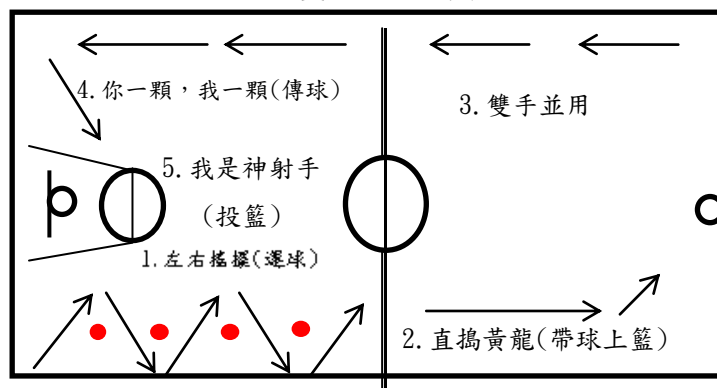
定點投籃	1. 賽程分男女個人賽。 2. 參賽者於籃下邊界至罰球線上共 5 個定點進行投籃。每個定點投三球（各點計分參照右方圖示）。 3. 以分數最高獲勝，分數相同者，以完成時間快者獲勝。 4. 男女個人分組各取前六名，可獲得獎牌及獎品。 
籃球機 投籃賽	1. 賽程分男女個人賽及團體賽。 2. 進行投籃時，第一關若達 30 分，則機台進入第二關；第二關若達 150 分，則機台進入第三關。若未達標準，比賽會在該關結束。 3. 進行投籃時，每關限時 60 秒，每一進球為 2 分，最後 15 秒開始，每一進球為 3 分。 4. 分數相同者，將分別再次進行比賽，決定名次前後。 5. 個人賽-參賽者於籃球機進行投籃，依進球分數最高者獲勝。 6. 團體組-第一、二關社、智青輪派進行投籃；第三關開始一起進行投籃。兩人得分加總即為該隊總分，依分數最高隊伍獲勝。 7. 男女個人分組各取前十名，團體組取前三名，將獲得獎牌及獎品。
趣味競賽 -技術挑戰	1. 1 名智青及 1 名社青組隊參賽，挑戰兩人合作完成五個籃球動作進行闖關活動。比賽內容如下圖。 2. 動作規則說明： ⌚ 左右搖擺：此關角錐為 6 個。一人於起點開始，另一人在第三個角錐準備，第一人運球繞過 3 個角錐後，傳球給下一人運球繞過 3 個角錐。 ⌚ 直搗黃龍：一人運球上籃，另一人至籃下接球，亦可在籃下投籃，進球或五顆球沒進，進入下一關。 ⌚ 雙手並用：一人由起點出發進行雙手運球，至角椎換下一位進行雙手運球至終點。 ⌚ 你一顆，我一顆：於起點交互傳球至終點。



我是神射手：第一人於罰球線進行投籃，進球或 3 顆球沒進，換下一人，進球或 3 顆球沒進，比賽結束。

3. 計時最快完成闖關活動者獲勝。

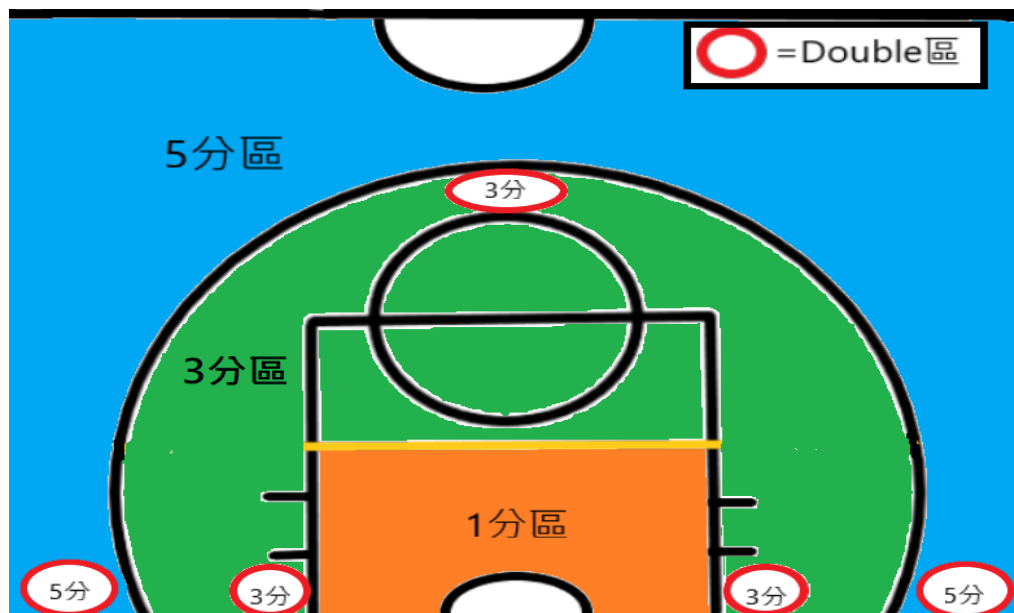
4. 取前五名，將獲得獎牌及獎品。



1. 1 名智青及1 名社青組隊參賽，限時二分鐘內輪流進行投籃，參賽者可自行選擇投籃遠近，分數最多者勝，其場上分數分配如下圖。

2. 設置雙倍得分的區塊，投進則獲得此區雙倍的分數，例如:五分雙倍區進球得 10 分、三分雙倍區進球得 6 分。

3. 取前五名，將獲得獎牌及獎品。



趣味競賽

-限時投籃

附件二、個人報名表

姓名：	身分別： ☐ 智青 ☐ 社青	生日： 年 月 日
身分證字號：		餐食： ☐ 葷 ☐ 素
☎聯絡電話： ①手機： ※衣服尺寸：_____（請參考附件五）		
緊急聯絡人：_____ 關係：_____ 聯絡人手機：_____		
📍通訊地址：		
👐我需要的協助：_____		
（特殊生理狀況、服藥狀況請務必說明）		
報名項目： ☐ 1. 三對三籃球賽 - 隊名：_____		
☒ 報名「三對三籃球賽」須 ☐ 無心臟病、 ☐ 無高血壓、 ☐ 無癲癇、 ☐ 無氣喘之病史。（請勾選）		
☐ 2. 定點投籃賽		
☐ 3. 籃球機投籃賽： ☐ 個人組 ☐ 團體組 - 隊友：_____		
☐ 4. 趣味競賽： ☐ 技術挑戰 - 隊友：_____ ☐ 限時投籃 - 隊友：_____		
☐ 需要協助媒合組隊		
☒ 為了讓更多參賽者有參加機會，每人最多報名 2 項比賽 ，如有不便請多包涵。		
☒ 報名「三對三籃球賽、籃球機投籃賽團體組、趣味競賽」的參賽者，如果找不到隊友，請勾選「需要協助媒合組隊」選項。		
☒ 報名籃球機投籃賽，個人組與團體組限擇一報名。		
為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 正面 （社青免附）	為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 反面 （社青免附）	
繳費證明單據請浮貼於此處		

※小提醒：請繼續填寫下一頁☞附件三、**活動告知同意書**。

附件三、活動告知同意書

1. 貴會得於法律許可之範圍內，蒐集、處理及利用本人上述個人資料

※法定告知事項：本會向您取得之個人資料包含：姓名、身份證統一編號、地址、電話、電子郵件地址等資料。本會蒐集、處理及利用您個人資料之目的為：提供教育或訓練、促進醫療服務、服務與資源連結、服務使用者資料管理、本會調查研究與統計分析、對提供或贊助服務經費或物資之單位的成果呈現、行銷以及會務活動使用。本會將遵守「個人資料保護法」之規定，妥善保護您的個人資料。就您的個人資料您得依據個人資料保護法向本會主張如下權利：查詢、閱覽、複製、補充、更正、刪除及請求停止蒐集、處理或利用。若您欲行使上述權利，請您親自於上班時間以電話或傳真與心路基金會聯繫。您亦可拒絕提供相關之個人資料，惟將無法及時享有心路基金會提供之相關活動與獲取各項資訊之權利。

2. 貴會得於法律許可之範圍內，使用本人肖像權及背景資料

本會僅會在活動之文宣及網站相關內容：如海報、簡介、月刊、單張、教學及宣導錄影帶、網站及其他媒體中使用；或提供媒體報導、拍攝及轉載：如報紙、電視、雜誌、網站及其他媒體，以上使用皆做為公益用途。如蒙貴家長同意，本會保證運用貴子弟之肖像及背景資料於公益用途，若有違反上述聲明之行為，貴家長得隨時終止本會之使用權。

3. 意外事件及醫療緊急處置

本人於活動期間，若因緊急意外情況，或發生「服務對象疾病及意外處理原則」所述情況須緊急就醫時，第一順位指定為_____醫院。

但如急迫，立書人同意本會另擇就近醫療單位，並於必要時授權本會代簽手術、麻醉、特殊檢查同意書或住院同意書。

若在處理過程中，不幸發生人力無法抗拒之情事時，同意拋棄對本會之損害賠償請求權，不為任何請求，但因本會之故意或重大過失所致者，不在此限。

4. 參賽相關

本人在了解「本活動為體育性質活動，具有潛在風險性，且部分賽事為劇烈運動競賽」之情況下，同意參加「迎向挑戰－第八屆籃得好天天籃球競技活動」，並遵守比賽一切規定。

本人已詳讀參賽相關報名資訊、活動內容、活動規範，並確認提供之各項資料正確無誤，且在完全了解內容後，親自簽立本同意書，以示負責。

立書人姓名：_____（請務必簽章）

立書人家長姓名：_____（智青及未滿 18 歲之參賽者家長務必簽章）

附件四之一、**團體報名表** (僅提供學校、機構等單位報名使用)

團體報名基本資料					
單位名稱全銜：					
報名人數：智青____人，社青____人，預計隨隊人員____人					
📍單位通訊地址：				餐食：葷____份，素____份	
☎單位聯絡方式：			①活動當日隨隊人員聯絡方式：		
智青報名列表					
姓名	生日	身分證字號	衣服 尺寸	報名項目	隊名 / 隊友
社青報名列表					
姓名	生日	身分證字號	衣服 尺寸	報名項目	隊名 / 隊友
👉成員中是否有特別需要的協助，或需告知之情況，以利本會提供適當協助：					
※小提醒： 1.單位隨隊人員應於活動當日自備隊員緊急聯絡電話。 2.同一單位「團體報名基本資料」僅需填寫一份即可。 2.「報名項目」及「隊名 / 隊友」欄位請參考個人報名表 (附件一)，填寫對應資料。 3.表格數量若不敷使用，請自行列印需要之頁數。 4.填寫單位團體報名表之參賽者，仍需填寫活動告知同意書 (附件三)。 5.智青需檢附身心障礙證明 / 手冊 (附件四之二)。					

附件四之二、**證件黏貼表**（團體報名使用，請自行列印需要之頁數。）

單位名稱全銜：	
為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 正面 (社青免附)	為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 反面 (社青免附)
為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 正面 (社青免附)	為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 反面 (社青免附)
為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 正面 (社青免附)	為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 反面 (社青免附)
為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 正面 (社青免附)	為辦理旅遊平安保險，核對貴子弟相關資料，報名時請附上身心障礙手冊 / 證明影本。 身心障礙手冊/證明 反面 (社青免附)
繳費證明單據請浮貼於此處	

附件五、衣服尺寸參考

尺寸	參考指標			
	胸圍 (平量)	衣長	參考身高	參考體重
M	51 cm	70 cm	140~156 cm	35~50 kg
L	53.5 cm	73.5 cm	160~178 cm	60~75 kg
2L	61 cm	78.5 cm	170~185 cm	80~95 kg

📌備註：若需要更大之尺寸，請於報名表上註明，或來電 02-2239-5319 分機 313 或 308，找曾宥庭社工、鄭亞婷社工。



身心障礙者權利公約
公平參與・機會平等・權益保障



國際身心障礙者日
International Day of Disabled Persons

第八屆籃球競技活動 籃得好天天8

心路基金會

集聚不一樣 成就大力量

三對三籃球賽

採分組競賽，社會大眾與智能障礙者組隊報名。

定點投籃賽

五個定點投籃計分，分數最高者獲勝；
採個人競賽，限智能障礙者報名。

籃球機投籃賽

在規定時間內分數最高者獲勝；
個人賽，限智能障礙者報名。
團體賽，社會大眾與智能障礙者組隊報名。

趣味競賽—限時投籃

限時於任意點輪流進行投籃，
分數最高者獲勝；
採團體競賽，由社會大眾與智能障礙者組隊報名。

趣味競賽—技術挑戰

以挑戰籃球基礎動作進行闖關，
秒數最少者獲勝；
採團體競賽，由社會大眾與智能障礙者組隊報名。

活動時間

107年10月13日星期六8:00~18:00

活動地點

國立臺灣師範大學(地址:台北市大安區和平東路一段162號)

報名資格

年滿15歲，領有身心障礙證明/手冊之智能障礙者及一般社會大眾

報名辦法

- 1.報名時間:107年5月2日至6月30日 額滿為止
- 2.每位參賽者酌收250元報名費(含午餐、保險、紀念品)
- 3.報名方式:請上第八屆籃得好天天官網
<https://isyinluad.wixsite.com/nicedaybasketball>查看詳情

聯絡方式

請來電02-2239-5319分機313、308，找曾宥庭、鄭亞婷社工

本活動海報由衛生福利部社會及家庭署補助印製



主辦單位



財團法人心路社會福利基金會



國立臺灣師範大學

指導單位



教育部體育署



社會及家庭署
Social Welfare and Family Agency

協辦單位



臺北市體育局
Department of Sports, Taipei City Government



TOM'S WORLD
湯姆熊歡樂世界