

第七章 體育活動

7.1 體育設施

本校體育館自88年落成啟用至今16年，場地設備經102年全國大專校院運動會賽前整修後，不但滿足大型運動會競賽，平時亦供本校學生上課及代表隊訓練之用，更提供民間團體或政府相關單位及民眾優質的運動環境。

體育館運動空間：

地下室一樓：排球場3面、羽球場8面、網球場2面、桌球場15張、撞球場10張、果嶺教室1間、攀岩場1座及重量訓練室1間。

平面一樓：舞蹈教室1間、視聽教室一間。

平面二樓：綜合球場【籃球場3面】及舞蹈教室1間。

平面三樓：PU跑道。

體育館外設施：室外田徑場1座(含400M PU跑道、足球場1座)、籃球場4座、鬥牛場2座、排球場3面、網球場1座。



體育館外觀



綜合球場



田徑場



重量訓練室



羽(網)球場

7.2 體育服務

體育館舞樂天

本活動自民國98年，利用每週一至週四17點30分至18點30分，每堂課60分鐘，連續舉辦7年，項目有：瑜珈、皮拉

提斯、階梯有氧、肚皮舞等不同性質的活動。許多民眾及師生們頻頻在反應問卷上希望能加開課程或延長時間，可見四種項目深受不同族群喜愛，希望在現有的資源下，能將優良運動風氣傳承下去。



皮拉提斯



肚皮舞



階梯有氧



瑜珈

體適能達人

為響應促進國民身心健康，鼓勵愛好規律運動習慣，提倡本校師生運動風氣，增加運動人口，以達成健康與體適能達人之目的，特自101至103學年，共三年舉辦體適能達人活動。活動測驗項目為一分鐘仰臥起坐及 800/1600m 跑走；經兩項測試均達標準者，頒發本校體適能達人護照乙張，於次學期內免費使用體育館運動設備。



施測一分鐘仰臥起坐



800/1600m 跑走注意事項說明



施測一分鐘仰臥起坐



檢測800/1600m 跑走

體適能檢測站

教育部為設置標準化之體適能檢測場所，俾使體適能納入升學計分，提供具公信力之成績，並促進學校重視學生體適能之發展，提升學生身體鍛鍊及養成規律運動的習慣，特設定大專校院體適能檢測站設置實施計畫。本校依此，分別在99學年、100學年及102學年舉辦體適能檢測活動，以促進宜蘭縣各高中職及國中小學等學校單位重視學生體適能之發展，並讓縣內民眾更加了解健康體適能之意義。



活動開場及注意事項說明



800/1600m 跑走



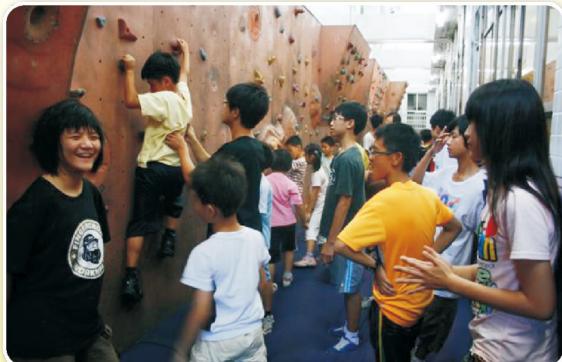
仰臥起坐檢測



立定跳遠檢測

暑期運動夏令營

本校秉持提倡本縣運動風氣及培養孩童正當休閒習慣的精神，自97年利用暑假期間辦理各項運動夏令營活動，至今共8年，項目含：桌球、籃球、羽球、網球、攀岩等。



攀岩營



桌球營



籃球營



羽球營

泰雅爾青年籃球邀請賽

本校與司達吉斯部落協會於97年、101年、102年、103年及104年，共同主辦泰雅爾青年籃球邀請賽，每年假本校體育館二樓主球場及三樓活動五天。



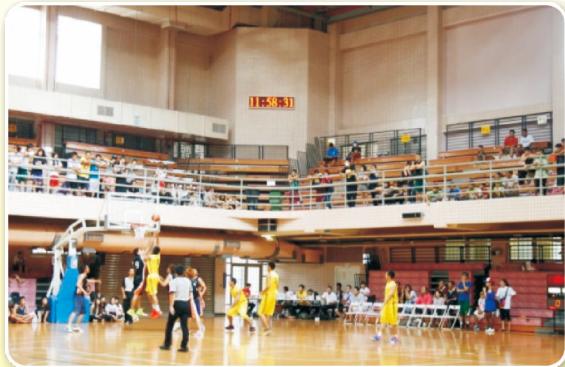
活動開幕式



開幕表演



活動賽況



活動賽況

宜蘭國道馬拉松

為響應政府推動全民運動，打造臺灣成「運動島」之號召，本校協辦103年及104年宜蘭國道馬拉松路跑活動，也藉此建立學校與路跑協會良性互動關係，並提升縣民體能水準，帶動運動風氣。



本校賴柔吟同學獲20~29歲分組第一名

SBL超級籃球聯賽

透過合作關係與籃協共同在本校舉辦SBL超級籃球聯賽，以提高本校的能見度，並且讓師生及民眾觀賞高水準之籃球賽。於99年舉辦的第七屆SBL超級籃球聯賽，是中華職籃時代結束之後，國內最高等級的籃球賽事再度於宜蘭舉行，相隔已有11年之久。



第七屆SBL超級籃球聯賽



第八屆SBL超級籃球聯賽

大專排球聯賽

為提倡全民排球運動，提供民眾及全校師生觀賞高水準比賽，本校與全國大專排球協會於102年、103年及104年共同主辦大專排球聯賽，比賽假本校體育館二樓主球場舉行。



聯賽實況



聯賽實況

7.3 全國大專校院運動會

本校承辦為期五天的「102年全國大專校院運動會」(4月27日～5月1日)，主題為「牛動新世界，宜蘭大躍進」，項目包括：田徑、游泳、體操、桌球、羽球、網球、跆拳道、柔道、擊劍、射箭、空手道、鐵人三項及木球等；為與國際接軌，並銜接世界大學運動會，特別增辦鐵人三項、韻律體操、跆拳道品勢等，合計共有15種競賽項目。運動員超過9,000人，加上教練、志工等，參與人數超過12,000人。

首次承辦全大運適值本校建校86週年，4月18日進行聖火點燃儀式，本校聖火隊先由宜蘭縣地標龜山島取得母火後，從外澳海灘泳渡登陸，這是全大運舉辦44屆以來的創舉。隨後聖火隊伍繞行全島東（三貂角）、北（富貴角）、西（芳苑）、南（鵝鑾鼻）4座燈塔，最終由本校體育老師董至聖登頂玉山；聖火繞行全程以「龜山島到玉山照亮全臺灣」，代表全大運勇於挑戰、登峰造極的精神。



102.04.18 聖火引燃典禮



102.04.18 到龜山島取得母火



102.04.23 登頂玉山將聖火照亮全臺灣



102.04.24 聖火凱旋歸來

Logo以「跳躍」為出發點，用本校英文縮寫「N」、「I」、「U」組合成跳躍姿勢，生動表現出運動員迎向勝利喜悅的那一刻；再依此Logo造型，搭配橘紅和金黃色漸層的暖色，來象徵對運動的熱愛，以強調102年全大運是由本校舉辦，並配合代表宜蘭的吉祥物做整體行銷，吸引民眾目光。



吉祥物設計圖



Logo設計圖



102.04.11 開幕記者會



102全國大專校院運動會執行委員會揭牌典禮



102.04.27 開幕典禮點燃聖火



102.05.01 閉幕典禮現場

大會吉祥物「牛來福」是發想自本校校名英文縮寫「NIU」發音似「牛」，並結合象徵宜蘭在地務農為生之水牛精神，表現本校推展運動風氣具體、務實之意象。期望參賽者能夠帶著吉祥物—牛來福的好福氣，在全大運中創下佳績，期望全大運的活動能夠藉由吉祥物—牛來福的好福氣，順利進行，也期望透過吉祥物—牛來福的精神，讓參賽者與全民透過運動帶來新生活（NewLife）。主題「牛動新世界，宜蘭大躍進」標語更配合本屆吉祥物，以牛之活力為意象，期望以牛之動感，帶出嶄新的世紀，讓選手們在大會上創下耀眼的紀錄，並跟著本校，一同在運動場上追求更為卓越的大躍進；砥礪所有參與賽會的選手，效法臺灣水牛深耕踏實的精神，挑戰自我、超越顛峰。



吉祥物命名得獎者與牛來福合影