

## 2017 臺北市第八屆娜魯灣文化節 親子樂齡運動會項目說明

- 壹、活動日期：106 年 11 月 04 日(六)上午 8 時至下午 5 時
- 貳、活動地點：臺北市天母運動公園(臺北市士林區忠誠路二段 77 號)
- 參、闖關項目：依大會設計 15 項適宜親子或長者參與，且具文化性、趣味性、益智性之體驗或關卡遊戲。
- 肆、闖關方式：每 2 位成人及 2 位小孩，共 4 人組成一小隊 ( 人員不得重複 )，大會依現場確認闖關人數後，核發闖關卡，每小隊 1 張 ( 4 人 1 張 )。小隊應依序排隊進行闖關遊戲。於闖關前應聽從工作人員之遊戲解說，並遵守闖關規則。各隊伍於各單項遊戲闖關結束後，應由工作人員於闖關卡上註記。
- 伍、獎勵規劃：完成 10 項以上闖關遊戲，將以闖關小組為單位，由大會提供精美小禮物一份 ( 大會依實際報名人數調整 )。
- 陸、違反競賽規則或破壞活動秩序者，大會得拒絕該小隊進行闖關遊戲。
- 柒、小隊成員有年幼或行動不便者，應有家長或陪同人員協助。
- 捌、相關賽事技術細則由主辦單位委託專業體育單位或人士協助擬訂完成後，再行發布通知。
- 玖、活動時程表：

時間	舞臺活動	傳統競技		親子闖關
		主場地	副場地	
0800-0900	隊伍報到			
0900-1020	開幕典禮			
1020-1200		傳統拔河	負重接力	闖關活動
1200-1300	舞台演出	中午休息		
1300-1400		布農疊疊樂	傳統射箭	闖關活動
1400-1430	舞台演出	換場休息		
1430-1530		傳統鋸木	布農飛毛腿	
1530-1700	閉幕頒獎			

## 壹拾、 項目說明：

### 打陀螺



農族男子在播種與除草完畢的農閒時間，休閒娛樂是用樹皮打陀螺，打得愈快愈好，祈望小米成長能如陀螺旋轉一樣快速。

遊戲方式:

參賽者 4 人一組接力將陀螺打至指定平台，當 4 個陀螺同時於平台上旋轉，無掉落及停止即算過關。



### 取火英雄



紅嘴黑鵯

紅嘴黑鵯為布農族的聖鳥，在布農族的大洪水傳說中他冒著身命危險替族人帶回了火種，救了大家的性命，卻也因此將鳥喙給燙紅了。

遊戲方式:

參賽者 4 人一組接力進行，以口咬湯匙傳遞的象徵火種的紅色乒乓球，4 人皆完成即算過關。

### 射日傳說



布農族的傳說中，太古時代有兩個太陽輪流照耀著大地，有一父親因喪子憤而出征射日，故事的結局卻轉折帶出了布農族敬天及重視月亮的概念，藉由此遊戲讓民眾了解不同於其他原住民族群的射日傳說。

遊戲方式:

參賽者 4 人分為 2 組接力進行，大人肩斜背竹籃頭上綁頭巾，親子手牽手跑至指定地點放下石頭，最後以弓箭射中目標物後，返回起點將竹籃交給下一組選手，2 組選手皆跑回終點就算過關。





## 八部合音



八部合音是布農族最具代表的傳統儀式，對布農族人而言，虔誠的歌聲可以得到上天的祝福，期待藉由遊戲讓民眾對八部合音有進一步的了解

遊戲方式：

參賽者以 4 人一組接力進行，每人唱出單一音階，4 人合計時間超過 70 秒，該隊即算過關。

## 百步蛇之舞



傳說中布農族與百步蛇間有一段悲傷的故事，現在百步蛇也一直被族人視為朋友「Kaviath」，這也是為什麼在布農族的服飾及飾品中常常可以見到百步蛇的身影。

遊戲方式：

參賽者 4 人一組同時進行，每人配戴一計步器，30 秒內若有 2 位搖至 100 下以上即算通關，若團隊內有一位成員剛好 100 下則全隊直接過關。



## 布農編織



編織是所有原住民皆重視的一項傳統技藝，這項技術卻隨著機器的出現而漸漸消失，藉由遊戲讓民眾體驗傳統織布技術。

遊戲方式：

參賽者 4 人一組接力進行，每人手持兩條棉線依指示繞於立版上，兩條線皆繞完後，即可換下一人進行，4 人皆完成即算過關。

## 搗麻糬



麻糬，對於以前的原住民來說是慶典或節日才吃得到的名貴點心，因製作過程十分費工辛苦。藉由此遊戲讓民眾體驗麻糬的製作過程。

遊戲方式：

參賽者 4 人皆須體驗，每人各至少體驗傳統搗麻糬動作 10 次，共計 40 次以上即可過關。



## 打耳祭



打耳祭是布農人一年中最盛大、最隆重的祭典，除了是向善獵的英雄表示尊敬，也教導小朋友學習射擊，是小孩子成長最重要的祭典儀式。

遊戲方式：

參賽者 4 人以接力方式進行射箭，每人每局射 3 箭，只要其中一箭射到靶上即可將弓交給下一棒，4 人皆完成即可過關。

## 頂上功夫



台灣許多原住民搬運農作物或是貨物的方式是以頭頂、以額頭背物，他們從小就開始訓練如何不讓籃子晃動，如何控制重心、平衡等，是十分厲害的一項技能。

遊戲方式：

參賽者 4 人以接力方式進行，每人頭頂籃子並放入指定重量物品，到達目的地即換下一隊友，4 人皆完成就算過關。





## 年曆拼圖



布農族傳統年曆是臺灣原住民族唯一使用的象形符號紀錄，作為祭司祭祀儀式與指導族人從事農作的依據或備忘錄，刻下布農族的生活與生命。

遊戲方式:

參賽者 4 人共同合作，將年曆拼圖依照月份拼出正確順序即可過關。



## 獵物九宮格

狩獵對於原住民來說是男生必須要學會的技能，對於分布於深山中的布農族來說，因為很少有機會自己豢養動物，因此狩獵對他們來說格外的重要。

遊戲方式:

參賽者 4 人以接力方式進行，參賽者在定點丟球(擊倒一塊板子)再由下 1 位選手接替，直到 9 塊板子皆被擊倒即可過關。



## 小米傳情意



布農族因分布於山地，較少與漢人接觸，也無平坦的土地可以種植稻米，因此小米是他們極為重要的主食，種植小米對他們來說也是十分神聖的職務，眾人所知的八部合音就是祈禱小米豐收的歌曲。

遊戲方式:

參賽者 4 人，其中一人擔任猜謎者，其他 3 人聽到題目後，輪流至指定地點以小米畫出聽到的題目內容，每人創作時間為 30 秒，猜對後即可過關。

## 布農陷阱



放陷阱是布農族狩獵方式之一，而陷阱類方法甚多，因動物習性與季節而使用不同之陷阱獵法。

遊戲方式：

參賽者 4 人共同操作，以石板等器材一起製作出布農族傳統 malhatup 壓石陷阱，完成製作即可過關。



## 赴湯蹈火



除了紅嘴黑鵝之外，在布農族的大洪水傳說中癩蛤蟆也是冒著身命危險帶回了火種的取火英雄，也被布農族人視為神聖的動物。

遊戲方式：

參賽者 4 人一組接力進行，雙腳套入布袋中，跳躍至指定地點，背回一顆象徵火種的紅色氣球即可換下一人，4 人皆完成即算過關。

## 布農故事區



有「中央山脈首護者」的布農族是原住民族群中活動率最旺盛的族群，足跡遍踏整個中央山脈，不免要面對大自然的挑戰，便發展出各種神話傳說、宗教信仰、祭祀儀式。

遊戲方式：

參賽者 4 人共同念完一則布農族傳說故事即可過關。

