

## 玉山國中 111 學年度一年級班際拔河比賽實施辦法

- 一、宗旨：為加強學生團隊合作訓練，培養團體榮譽精神，促進師生情感交流為目的。
- 二、主辦單位：玉山國中各處室
- 三、協辦單位：學務處
- 四、承辦單位：體育組
- 五、參加對象：一年級全體學生，以班為單位報名參加。
- 六、報名日期：112 年 05 月 10 日（星期三）中午 12 時截止，將報名表逕送體育組辦理。
- 七、抽籤日期：112 年 05 月 10 日（星期三）中午 12：30 於體育組抽籤。
- 八、比賽日期：112 年 05 月 22 ~ 26 日，利用早自修時間辦理。
- 九、比賽地點：本校田徑場跑道
- 十、比賽制度：採雙敗淘汰賽制（賽制表，如附件一）
- 十一、比賽方式：
  1. 每班男生 10 人、女生 10 人，共 20 人下場比賽。（報名表，如附件二）
  2. 各組比賽進行中，不得違反運動道德規範，違者取消比賽資格並嚴懲。
  3. 每局比賽以三分鐘決勝負，每局之間休息三分鐘；採三局二勝制，第二局交換場地比賽，兩局賽後如平手，第三局重行選邊比賽。
  4. 比賽進行中各隊在場地中線之左右各 1.5 公尺處畫一決勝線；凡鳴哨開始時，對方決勝線上方所繫之標示帶，在三分鐘內超越己隊之決勝線者即獲勝。
  5. 三分鐘終了，雙方未超越決勝線，則以標示帶較近決勝線之一方為勝隊，若在中線上  
方時則為平手，雙方休息三分鐘後選邊重賽。（四強決賽不計時，直到分出勝負為止）
  6. 裁判發出【舉繩】口令時，全體起立兩隊各立於決勝線後，依次將拔河繩握於手中，  
聞【拉緊】口令時兩隊同時向後拉緊繩索，聞【哨】聲時雙方同時拉動，唯雙方第一  
人握繩處不可超越決勝線上方之標示帶。
  7. 每局比賽可替補 2 人，若替補人次已滿，有選手受傷者得經裁判同意後替補。
- 十二、比賽規定：
  1. 各班級比賽順序於賽前抽籤排定之，比賽時間與場地於(112 年 05 月 12 日下午公告)。
  2. 規定比賽時間前十分鐘，各班須提前至比賽場地熱身準備比賽，如逾比賽時間五分鐘球隊未到，以棄權論，體育股長依校規懲處。
  3. 雙方啦啦隊員，可在距拔河繩兩側二公尺外加油，各班導師或指導教師除外。
  4. 參賽隊伍必須絕對服從裁判之判決，如有異議可提出申訴。
  5. 參賽隊伍必須穿著本校運動服裝及球鞋（不可穿著釘鞋），始得參賽，服裝不整者禁止出賽，後衛同學必須加戴安全帽。
  6. 凡患有氣喘、心臟病者，嚴禁參賽，以避免發生危險。
- 十三、獎勵：取前四名，頒發錦旗，以資鼓勵。
- 十四、經費來源：由市政府補助辦理班際體育競賽經費項下支付。（經費概算表，如附件三）
- 十五、本辦法由健康與體育領域會議通過，陳請校長核可後實施，修正時亦同。