彰化縣立溪湖國中115學年度【班際拔河比賽】競賽規程

一、主　　旨：推動校園運動風氣，發揮團隊合作精神，以及促進各班學生之間情誼。

二、主辦單位：學務處體育組。

三、報名日期：即日起至115年11月6日(星期五)中午12點止。

四、比賽日期：三年級11/18(三)第6節、三年級11/25(三)第6節、
二年級11/25(三)第1節、
一年級11/25(三)第2節

五、比賽地點：本校操場。

六、報名辦法：請導師協助採線上報名，詳請參閱本校內部公告文件
https://cfjh.chc.edu.tw/posts/2675

七、參加資格：(1)本校各班派出參賽代表為男生8人，女生8人每班學生共16名參加比賽，另外四人為候補。

(2)本校體育班及美術班因班級男、女生人數較一般班級懸殊，故若抽到其為對戰班級時，將採相對人數進行該場賽事。

(例：＊年＊班參賽人員：3男8女，對戰班級亦隨之調整成3男8女)

(3)凡身體健康者才得以參加比賽，患有心臟疾病與氣喘及不適宜劇烈運動或經醫師診斷不能運動者一律嚴禁參加比賽。

八、競賽規則：(1)採中華民國拔河運動協會審定之最新拔河規則。

(2)比賽中之隊伍不得任意異動人數(除受傷同學外)。

(3)比賽過程中嚴禁有任意放繩及其他不合乎運動精神等行為，情節嚴重者以校規來議處。

(4)比賽開始與結束一律聽從裁判哨音。

九、比賽制度：(1)去年前四強班級列入種子隊，預賽錯開比賽。

(2)**抽籤定於115年11月9日(星期一)12時40分於體育館舉行，未到者將由體育組代抽，各班不得異議。**

(3)由該班體育股長代表抽籤並採**單淘汰制**，賽程公告於體育館外公佈欄。

(4)每場比賽以3局2勝制決定勝負，每局比賽45秒，時間終了由裁判判定勝負。

(5)第一局場地由大會決定訂定，第二局場地交換。交換場地時，全體隊員列隊於繩子右側，等待主審裁判手勢交換場地。

(6)如前二局比賽一比一平手時，進行第三局比賽時，由第一位同學代表猜拳決定第三局比賽場地。

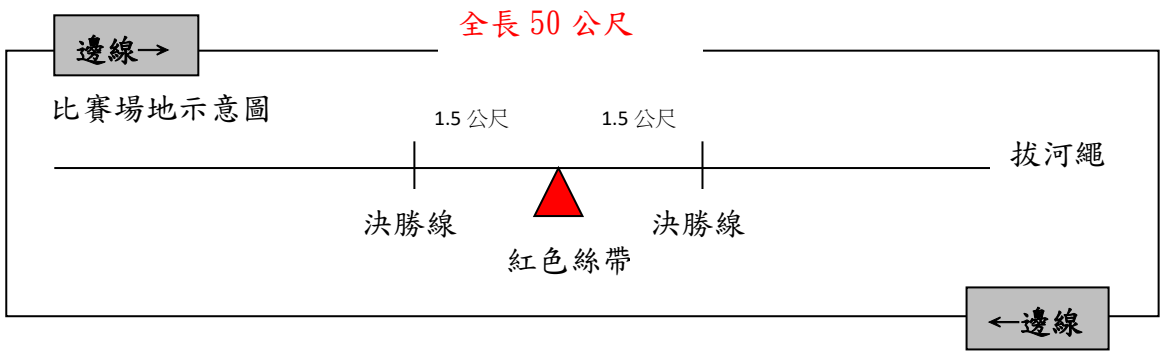
(7)選手拔河位置在繩子左邊或右邊皆可，位置可以自由變更。

(8)每位選手前後距離以適當距離為原則。

(9)決勝距離1.5公尺先將拔河繩中央標幟紅色絲帶拔過者獲勝（每局時間終了，未拔過決勝線，以拔河繩中央標幟紅色絲帶距離較近決勝線者為勝）。

(10)考量參賽學生的安全性，比賽進行中，若有選手中途踩踏或跨越左右兩

側場地邊線，經由裁判認定，則該隊該場次判定為一負。



十、動作規範：(1)雙手手心向上，不得成 8 字形纏繞雙手，以免拉傷。

(2)繩從腋下經過，不可將繩纏住手臂。

(3)採自由站立方式，膝蓋可彎曲，惟不得以坐姿方式進行比賽。

十一、其　　他：(1)主審鳴笛或鳴槍後，選手不可突然鬆開繩索，倘故意鬆開繩索或搖晃繩索讓對方跌倒後，再拉過繩子，主審可判決該隊以負局計。

(2)選手替換應於每場結束後向裁判提出申請，每局之間選手替換應以該生受傷(裁判或護理人員認定)為限，因受傷被換下的選手不可再上場。

十二、比賽方式：**(1)賽前**

1、各隊選手穿著比賽統一服裝。

2、進場後選手馬上站好比賽位置。

3、副審裁判檢查上場人數確認。

4、導師於比賽中指導選手，必須在拔河道之外側(左邊或右邊皆可)指定位置，但不可妨礙裁判員執行任務。

(2)開始

1、主審待副審檢查選手就定位後，才能進行比賽。

2、主審指揮：舉繩→預備→開始比賽（以鳴笛或鳴槍替代)。

(3)結束

1、主審以鳴笛或鳴槍，雙方必須終止比賽，由主審以現場情形，宣布比賽結果。

十三、獎勵：1、以下獎勵含候補選手。

2、取前四名為優勝隊伍，運動會當天頒發錦旗、獎狀及賽後敘獎以茲鼓勵。

3、第一名嘉獎二次；第二名嘉獎乙次；第三名嘉獎乙次；第四名學習護照條一枚。

十四、除參賽班級以外啦啦隊與觀眾請勿在比賽中途進入比賽場地，並依規定於指示位置觀戰，以利比賽流程順利進行。

十五、本辦法若有未盡事宜，得隨時由體育組修正，並公佈實施。

十六、本辦法經校長核示後，公佈實施。