

「志氣盃」北北基國民中學 109 學年度跨校班際拔河比賽競賽規程

一、目的：配合教育部「SH150 方案」鼓勵學生每週在校運動 150 分鐘並達成「一人一運動；一校一團隊」之目標推廣校園拔河運動，養成學生終生運動習慣，提升健康體適能，營造健康活潑之校園運動風氣為目的，並藉活動之實施，持續深耕品德教育。

二、主辦單位：臺北市政府教育局

三、承辦單位：臺北市立景美女子高級中學

四、比賽時間：110 年 06 月 06 日(星期日)

五、比賽地點：臺北市立景美女子高級中學活動中心三樓(臺北市文山區木新路三段 312 號)。

六、參加對象：

(一) 凡臺北市、新北市、基隆市國民中學各班均可報名參加比賽。

(二) 參加人員以各校各班在籍學生始得報名參加，各班以報名 2 隊為限，不得跨校跨班組隊參加。

(三) 參賽隊數以 16 隊為限，依報名之先後順序(報名表電子檔郵寄時間)，額滿為止。

七、比賽分組分級：

男女混合 500 公斤級(8 人總重量(含)在 500 公斤以下，混合組為男女各 4 人)。

八、比賽規則：採用中華民國拔河運動協會審訂之最新拔河運動規則。

九、比賽制度：

(一) 預賽採分組(4 組，每組 4 隊，共 16 隊)單循環賽，2 局積分制，預賽各組前兩名晉級決賽；決賽採單淘汰賽制(並加比 5、6、7、8 名排名賽)，每場 3 局 2 勝制。

(二) 循環賽積分及名次判定：

1. 每勝一場得三分，和一場各得二分，敗一場得一分，棄權零分，積分多者名次在前。
2. 若積分相同，則以相關場次之對戰勝負定名次(勝者名次在前)。
3. 若再相同，則以全部賽程勝場數決定名次。
4. 若再相同，以賽程所有場次之犯規警告次數總合定名次(次數較少者名次在前)。
5. 若再相同，則以賽程相關場次之對戰局參賽選手總體重定名次(較輕者名次在前)。
6. 當上述規則皆無法決定排序時，則擲幣決定之。

十、比賽用繩：採用中華民國拔河運動協會審訂合格之拔河繩。

十一、報名手續：

(一) 各參賽學校之班級請逕行辦理報名手續，開放報名時間於中華民國 110 年 04 月 21 日(星期三)至中華民國 110 年 05 月 14 日(星期五)下午五點前，將比賽隊伍報名表(請加蓋學務處戳章)如附件一，逕送或掛號郵寄至：116 臺北市文山區木新路三段 312 號(景美女中體育組:吳念芝老師收)。並將報名表電子檔寄至電子

信箱：nzwu@cmgsh.tp.edu.tw（報名隊數超過 32 隊時，依報名表電子檔郵寄時間先後，接受報名）。聯絡人：吳念芝老師 電話：(02) 29368847 轉 212

- (二) 各組各隊得報名 15 人，含領隊 1 人、教練 1 人、管理 1 人、隊員 12 人(過磅限 10 人)。
- (三) 過磅單請黏貼最近三個月內照片，並於比賽當天過磅時，攜至大會過磅登記（未經過磅不得出賽）。

十二、比賽抽籤、領隊會議及報到：

- (一) 抽籤：參賽各隊於 110 年 05 月 21 日（星期五），上午 10 時 00 分整，在景美女中敦品樓 2 樓會議室舉行，抽籤會議不另行通知，未到者由主辦單位代為抽籤，不得異議。
- (二) 領隊會議：各隊領隊會議訂於 110 年 06 月 06 日(星期日) 上午 8:30 時整，在景美女中敦品樓 2 樓會議室舉行。領隊會議不另行通知，會議決議事項不得異議。
- (三) 報到：參加各隊應於競賽日（110 年 06 月 06 日）上午 8 時 00 分前完成報到手續，地點：景美女中活動中心一樓。
- (四) 過磅：請各隊攜帶過磅單(如附件二)依時間完成過磅程序，時間 110 年 06 月 06 日(星期日)上午 7 時 00 分至 8 時 30 分(全部參賽隊伍)，地點：景美女中活動中心三樓。

十三、參賽隊伍技術指導：

- (一) 凡完成報名手續之參賽隊伍，由承辦單位安排二次（1 小時）拔河運動專項教練技術指導。
- (二) 技術指導之時間、地點由參賽單位與承辦單位共同協調安排。
- (三) 技術指導之教練由承辦單位協請國立臺灣師範大學體育學系拔河運動專長學生擔任。

十四、獎勵：

- (一) 比賽取前八名，前三名頒發獎牌、獎盃乙座、獎狀乙紙，第四名頒發獎盃乙座、獎狀乙紙；第五名到第八名頒發獎狀乙紙，未獲獎隊伍頒發參賽證明乙紙。

十五、申訴：

- (一) 凡規則有明文規定及有同等意義解釋者，以裁判之判決為終決，不得提出異議。
- (二) 有關學生資格之抗議，須於比賽前向大會提出申訴，比賽開始概不受理。
- (三) 比賽發生爭議時，須立即向該場比賽主審裁判提出口頭申訴，且比賽仍繼續進行，不停止，否則以棄權論。
- (四) 前項口頭申訴申請，在該場比賽結束 15 分鐘內由領隊或教練填寫申訴書向裁判

長提出，並繳交保證金 3 千元整，否則不予受理，申訴成立時保證金退還，否則予以沒收。

(五) 申訴以大會審判委員會之判決為終決。

十六、注意事項：

(一)、大會為本次活動針對參賽者於比賽期間投保每人新台幣貳百萬元之公共意外責任險。(所有細節依投保公司之保險契約為準)。

(二) 參賽選手請攜帶學生證及相關證明證件(正本)以備查證，若有冒名頂替，一經證實，取消全隊比賽資格，並報請教育主管機關議處相關人員。

(三) 參賽各隊所需之後衛背帶、後衛安全帽由主辦單位提供。

(四) 參賽選手請一律穿著平底運動鞋或拔河鞋，不符合規定者不得出賽。

(五) 過磅單請填妥基本資料並黏貼照片，於大會規定之過磅時間統一過磅檢核。

(六) 為確實管制人員提昇比賽水準，進出管制區一律以過磅單上名單為憑，出場比賽之領隊指導、教練及管理只限一名下場指導比賽，隊伍出場一律由單位牌引導出場，持有過磅單始得出賽。

(七) 開、閉幕典禮：

1. 開幕時間：110 年 06 月 06 日(星期日)上午 9 時 00 分整。

2. 開、閉幕地點：臺北市立景美女中活動中心三樓。

3. 各隊依單位牌集合整隊，單位牌由各隊派員持牌。

4. 出場人員：各隊教練及隊員均須參加大會開、閉幕典禮。

5. 服裝：各隊自行規定，但須整齊劃一，並著運動鞋入場。

十七、本競賽規程如有未盡事宜者，由主辦單位修正後公布實施。

十八、拔河運動競賽活動安全注意事項

1. 賽前教練需了解選手狀況，有以下情形嚴禁出賽：心臟病、氣喘、高血壓、習慣性脫臼等不適劇烈運動者。

2. 賽前要讓選手充分了解正確握繩法及各項規則、裁判動作及口令。

3. 所有選手出賽前需能充分熱身及全身伸展，以防止比賽中受傷。

4. 所有選手需著長袖運動衫，「後位」需著有領長袖運動衫及護肩、安全帽等裝備。

5. 開賽前選手需取適當間距，「後位」也需站於端線前端，以防退後跌倒受傷。

6. 開賽前兩隊選手在裁判「拉緊」口令下適當用力，嚴禁鬆著繩子開始比賽，以免瞬間用力使繩子斷裂或繩子上彈使選手受傷。

7. 握繩雙手手掌向上緊握繩子，不得纏繞雙手，以免受傷。

8. 比賽過程中不得故意放繩子使對手跌倒受傷。
9. 比賽中「教練」除現場指導攻守外，也要注意選手動作是否正確，並協助安全維護。
10. 比賽後教練要注意選手是否用力過量、有異樣或有休克情形，各隊也需自備急救箱以備不時之需。
11. 比賽前裁判必須檢視繩子是否有異樣，有懷疑立即更換備用比賽繩。
12. 比賽前裁判必須檢查所有選手動作是否安全正確，並檢查「後位」安全帽扣環是否有扣好。

志氣盃」北北基國民中學 109 學年度跨校班際拔河比賽 報名表

學校名稱(全銜)：							
校長：				學務主任(訓導主任)：			
領隊：				管理：		學務處戳章	
班級：				教練：			
教練手機：							
教練 E-MAIL：							
學校地址：							
編號	姓名	性別	生日	編號	姓名	性別	生日
1		男		7		女	
2		男		8		女	
3		男		9		女	
4		男		10		女	
5		男		11		女	
6		男		12		女	
附註： 1. 隊員之資料必須以電腦打字正確詳細填寫。 2. 本報名表如不敷使用，請自行影印使用。 3. 報名人數 12 位，過磅 10 位、出場比賽 8 位 (4 男 4 女)。 4. 請將報名表 e-mail 至 nzwu@cmgsh.tp.edu.tw ，再郵寄正本。							
希望安排之技術指導日期：1. 年 月 日；時間： 2. 年 月 日；時間：							

附件二 「志氣盃」北北基國民中學 109 學年度跨校班際拔河比賽 過磅單

校 名				班 級					
領 隊				管 理					
教 練				連 絡 電 話					
選手 NO.1		選手 NO.2		選手 NO.3		選手 NO.4		選手 NO.5	
姓名：		姓名：		姓名：		姓名：		姓名：	
體重：		體重：		體重：		體重：		體重：	
選手 NO.6		選手 NO.7		選手 NO.8		選手 NO.9		選手 NO.10	
姓名：		姓名：		姓名：		姓名：		姓名：	
體重：		體重：		體重：		體重：		體重：	
10 名選手體重總計_____ kg									
教練簽章：_____					裁判簽章：_____				
附註：									
1. 本過磅單請填寫基本資料(名單須與報名表同)，貼妥最近三個月內照片於比賽當天攜至大會過磅。									
2. 無過磅單、未貼照片或未過磅者不得參加比賽， 體重一欄於過磅時由大會填寫。									
3. 過磅人數限 10 位、出場比賽 8 位 (4 男 4 女)。									
4. 請攜帶學生證或在校證明及班級名條									