

新北市立土城國民中學校慶運動會拔河比賽實施辦法

一、主 旨：積極推展民俗體育休閒活動、提昇校園運動風氣，鍛鍊強健體魄、培養團隊合作精神、學生互助合作。

二、主辦單位：學務處體育組

三、競賽日期：依每年競賽日程表實施。

四、競賽地點：本校籃球場。

五、抽籤日期：依每年競賽日程表實施。

六、比賽分組：分七、八、九年級組，以班為單位，每班一隊。

七、參賽人數：比賽人數 16 人，男女各 8 位。

八、參賽資格：

(一) 請各班組隊時，應了解學生身體狀況。

(二) 以班級組隊，各班參賽已全班級報名，下場比賽人數 16 人。

九、比賽規則：

(一) 採三戰二勝單淘汰賽制，每局比賽時間為 45 秒。

(二) 選手位置：可以自由變更，選手拔河位在繩子左邊或右邊皆可，第一位選手拔河開始時，必須握住靠近繩子藍色記號區外側之處。

(三) 替補時機：在第一場第一局比賽完後可進行，可用於戰術運用或選手受傷，替補人數 1 至 5 人皆可，每局比賽換場時間均可實施替補，由導師向裁判提出換人。

(四) 犯規：比賽時不得放繩，故意坐地或滑倒後未立即回到原比賽姿勢長達 5 秒以上，不得利用身體纏繩鎖繩，犯規 3 次判該局輸。

(五) 第一局由體育組規劃之場地進行比賽，對戰班級數大的靠跳遠場一方的位置，班級數小的靠教學區位置，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。第三局比賽時，須猜拳選擇場地。

(六) 勝負判定：比賽開始後，當一方繩子紅色標誌被拉至賽場標誌線時，主審判定勝負。

(七) 每局比賽時間為 45 秒，當時間終了時，以繩子紅色標誌所偏向之一方為勝隊。

十、獎 勵：取前四名優勝隊頒發錦旗，前四名每班兩箱飲料。

十一、申 訴：

(一) 有關競賽爭議申訴案件，得於比賽結束成績公佈前 30 分鐘內向體育組長提出申訴。未依規定時間內提出者，不予受理。申訴應由該班級導師提出。

(二) 競賽爭議申訴案件，由體育組長審判（仲裁）及體育老師裁定。

十二、注意事項：

(一) 參加同學必須健康情況良好，以能適合比賽為主。

(二) 漸進式練習以提昇個人體能。

十三、 本辦法陳請校長核可後開始實施。

-----（導師留存 參賽名單）-----

班 級		年 班		導師簽名					
男生出賽名單				女生出賽名單					
編號	座號		姓 名		編號	座號		姓 名	
1					1				
2					2				
3					3				
4					4				
5					5				
6					6				
7					7				
8					8				
候補					候補				
候補					候補				
候補					候補				
候補					候補				

拔河比賽場地示意圖

