

國立高雄師範大學附屬高級中學 班際拔河比賽-競賽辦法

一、宗旨：為促進各班團結合作的精神，並提倡新制拔河比賽。藉以提升各班對拔河比賽之興趣與樂趣。

二、參加資格：凡持有本校學籍者，但競賽以同班級為原則，非經同意不得借他班同學參加。

三、主辦單位：體育組

四、報名日期：111 年 11 月 21 日至 25 日。

五、報名地點：高師大附中體育組。分機：526。請將報名原始資料繳交體育組並影印一份各班自行留存。

六、比賽日期：111 年 12 月 6 日起

七、比賽地點：本校籃、排球場。

八、競賽規則：

（一）比賽規則：採用中華民國拔河協會審定之規則。

（二）依據高師大附中拔河規則，比賽隊伍必須提前到達，若比賽時間已開始，遲到 5 分鐘以棄權論，被棄權之隊伍即取消全部賽程。

（三）各班體重單請務必妥善保管至所有賽程結束，若不慎遺失，必須全體參賽者重新過磅，並以一次為限，超過一次以上即該量級取消後續參賽資格。

九、報名隊數：每班得報名二~四隊，每人得報名一隊，不得重複報名(候補不在此限)，女生可報名男生組，男生不得報名女生組。

十、報名人數：每隊 10 人（參賽人數 8 人）。

十一、分 組：

（一）高中男生組

1. 600kg 以下（參賽 8 人體重總和）
2. 560kg 以下（參賽 8 人體重總和）
3. 520kg 以下（參賽 8 人體重總和）
4. 480kg 以下（參賽 8 人體重總和）
5. 440kg 以下（參賽 8 人體重總和）

（二）國中男生組

1. 560kg 以下（參賽 8 人體重總和）
2. 520kg 以下（參賽 8 人體重總和）
3. 480kg 以下（參賽 8 人體重總和）
4. 440kg 以下（參賽 8 人體重總和）
5. 400kg 以下（參賽 8 人體重總和）

（三）高中女生組

1. 520kg 以下（參賽 8 人體重總和）
2. 480kg 以下（參賽 8 人體重總和）
3. 440kg 以下（參賽 8 人體重總和）
4. 400kg 以下（參賽 8 人體重總和）

（四）國中女生組

1. 480kg 以下（參賽 8 人體重總和）

2. 440kg 以下（參賽 8 人體重總和）

3. 400kg 以下（參賽 8 人體重總和）

4. 360kg 以下（參賽 8 人體重總和）

十二、比賽辦法：

（一）比賽辦法採用單淘汰三局二勝制。

（二）第一局必須事先猜拳或抽籤來決定場地，第二局場地交換，場地交換時全體隊員於繩子左側等待主審手勢交換場地。

（三）若須進行第三局比賽時，必須按照猜拳或抽籤決定場地。

十三、主審（口令）手勢、握繩法：

（一）「舉繩」口令時選手雙掌向上緊握繩子，此時第一位儘量握近藍色記號外側的繩子，後位必須在端線之前。

（二）「拉緊」把繩前上舉至腰部兩側，聽口令，選手將繩子充份伸展或繃緊狀態。

（三）「調整中心線」選手隨著主審動作指示將自己的隊伍快速移動，使中心線記號能相符合。

（四）「預備」（繩子保持不動），此時選手靜止不動，保持拉著繩索狀態。

（五）「開始」。

十四、比賽結束：

每一局勝負判定：

（一）本隊繩子的紅色記號區，被拉到最遠方的 4m 線，則繩子移動 4m 為勝負之判定。裁判有權視現場實際狀況判定是否將採限時（2 分鐘）判斷勝負。

（二）主審裁判判定違反規則，並被宣告失格。退場的比賽隊伍，算此局比賽失敗。後續將再進行未完成之局數。

（三）比賽終止，裁判判決勝負當下，其中一方立即放繩，造成對方可能性的傷害，即判失格。

十五、比賽犯規：

（一）「坐著犯規」故意坐著不動或滑倒之後，沒有立刻歸正。

（二）「貼身犯規」比賽進行中，腳以身體任何部分觸及地面、後面選手的腳坐著不動或故意與其他選手身體緊貼著等。

（三）「鎖繩犯規」（提膝、肘觸及腿）。

（1）繩子不能自由動的握繩法。

（2）利用膝、腿壓住繩子不動，且繩子將腿當做頂點，看起來有如山狀就是鎖繩。如握繩子的手碰到腿，繩子不形成山狀，形成筆直的話，就不形成鎖繩。

（3）繩子固定在某隊員的身體。

（4）繩子上有輪狀結節時。

（四）「違反握繩法」雙手作握繩狀向前出，以表示正規的握法。但擰著雙手，掌心相對，或單手脫離繩子，此手不支撐著地面，對比賽而言是不利的，不造成犯規。

（五）「夾持犯規」握繩的雙手，向身體變曲，在腋下做上下動作。

（六）「爬繩犯規」（雙手做攀登繩子的動作）。像登山一樣，用手拉繩子交替前進。

（七）「划繩犯規」兩手與上半身做划船的動作，像划船一樣，反覆坐在地面上，腳向後邊動邊拉。

(八)「後拉違反握繩法犯規」後位違反握繩法，比賽中繩子從肩部落下，沒有由腋下通過時。

(九)「越線犯規」比賽中，故意由邊線踏出。雙腳完全踏出邊線，沒有立刻回拔河道，仍舊繼續拉時。

*註(TWIF)「腳架犯規」(用鞋跟踢地面)。主審裁判在下「拉緊」口令之前，比賽選手在地面做腳架時。

十六、服 裝：必須穿著班服，以便紀錄台及裁判辨視用，沒穿著班服者，不得下場比賽，須以符合體重要求之後補人員下場，若全隊超過2人以上未穿著運動服者，則沒收比賽。

十七、獎勵辦法：以各組冠亞軍頒發獎狀。若各組不足三隊以上(含三隊)，則取冠軍敘獎。

十八、懲 法：1、不尊重裁判之判決，經警告不服者，個人退出比賽，團體比賽人數不得少於6人，否則沒收比賽。

2、若有未經核章下場比賽為冒名頂替的現象，學生送本校學務處議處，並取消全部賽程及名次。

十九、附 註：1、非必要、未經過體育組同意下，不可跨班組隊參加競賽。

2、不得穿拖鞋、涼鞋或光腳參賽。