

桃園市立楊梅國民中學 112 學年度校慶運動會

趣味競賽及大隊接力競賽辦法

一、主旨：慶祝 75 週年校慶，提昇全校運動風氣，鍛鍊健全體魄，培養團隊榮譽及運動精神。

二、參加對象：以七、八、九年級各班為單位，每班報名一隊。

三、比賽項目：繩乎其技、大隊接力

四、比賽辦法：

【繩乎其技】：

1.人數：每班 16 人，女生 8 人、男生 8 人（女生先跑）。

2.比賽場地：運動場中間空地。

3.器材：大跳繩。

4.規則：兩人一組，按棒次排列於起跑線後。前面 4 棒為女生，第 5 棒起為男生，以接力方式依序進行。每棒手拿跳繩往前跑 15 公尺繞過角錐後折返，並將跳繩由地面通過全部棒次，再將繩子由隊伍上空折返回到起跑點交接繩子給第 2 棒，第 1 棒選手再排列至隊伍最後。依序完成 8 個棒次，最後一棒回到起點將繩子壓地、全隊蹲下才會停止計時。

違規樣態：行進間未手持跳繩、未繞過角錐即折返、繩子未能通過隊伍、其他違規（經裁判判定獲取有利狀況）登記犯規一次。以上每登記犯規一次加計 5 秒，採計時決賽。

【大隊接力】：

1.人數：每班 16 人，女生 8 人、男生 8 人（女生先跑）。

2.比賽場地：運動場跑道。

3.器材：接力棒。

4.規則：每人跑 100 公尺，前 8 棒須為女生，第 1 棒分道跑，第 2 棒通過標示點後開始搶跑道。運動員必須在接力區（起跑線前後各 10 公尺）完成接棒動作，超出接力區時登記犯規一次並加計 5 秒。運動員於接棒完成後，仍應繼續留在該班跑道內，等該棒次全體選手接棒完畢後，再行離開。接棒違規（違規搶跑道、阻擋、陪跑等）獲取有利狀況時，經裁判判定違規屬實者，每一犯規行為加計 5 秒；採計時決賽。

五、獎懲辦法：依據 112 學年度校慶運動會競賽規程獎勵辦法實施。

六、申訴：比賽爭議除規則有明文規定者外，應以裁判員判決為總決，不得提出申訴。

七、附則：

(一)身體如有疾病，不適合參加劇烈運動之同學不得報名，避免發生意外。

(二)於規定出賽時間未報到且未整齊排列者，一律以棄權論。

八、本競賽辦法經體育委員會議決通過後，呈校長核准公佈實施，修正亦同。

