花蓮縣明廉國小107年度

第一屆「智慧腦 明亮眼」 校長盃拔河競賽辦法

一、主旨：

1. 推廣勤奮讀書熱愛運動的好習慣。
2. 凝聚班級同心協力的精神。
3. 結合教育部推動學生每週在校運動150分鐘SH150的策略。
4. 健康促進學校計畫推動，提唱健康戶外活動。

二、實施內容與方式：

1. 班際拔河競賽-中高年級，分3、4、5、6年級組，每組取一名冠軍隊。
2. 每班推派20位同學（男女人數相差不得大於3），體重無限制。
3. 競賽賽程採單淘汰循環賽，三戰二勝制（預賽每局30秒、決賽60秒）
4. 交換邊得以替換選手，若有第三局中場休息2分鐘。
5. 競賽賽程如附件。

三、競賽時間及地點：

時間：107年1月19日上午10:25~11:50

地點：升旗台前綜合球場

四、獎勵：每組取一名冠軍隊伍，由校長提供神秘獎勵品。

五、本辦法經校長核定後實施，修正時亦同。

體衛組:劉德旺 學務主任:李玉祥 校長:方智明

第一屆「智慧腦 明亮眼」 校長盃拔河競賽賽程表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 賽制 | 場次 | 時 間 | 對戰隊伍 | 比賽結果 |
| 預賽 | 1 | 10:30~10:35 | 601vs602 |  |
| 2 | 10:35~10:40 | 604vs603 |  |
| 3 | 10:40~10:45 | 503vs502 |  |
| 4 | 10:45~10:50 | 402vs401 |  |
| 5 | 10:50~10:55 | 303vs302 |  |
| 6 | 10:55~11:00 | 301vs304 |  |
| 冠軍賽 | 7 | 11:10~11:20 | 1勝vs2勝 |  |
| 8 | 11:20~11:30 | 503vs3勝 |  |
| 9 | 11:30~11:40 | 4勝vs5勝 |  |
| 10 | 11:40~11:50 | 403vs6勝 |  |

比賽結束立即頒發冠軍隊伍優勝獎勵