

花蓮縣立體育高級中等學校 112 學年度校慶龍舟拔河暨環境教育活動實施計畫

一、目的：為提倡運動風氣，配合世界環境日，規劃環境教育暨環保節能減碳相關活動，促進學生身心健康及落實綠色賽事概念，並強化校內體育活動氛圍，聯繫本校師生情誼，特舉辦本活動。

二、承辦單位：本校研發處。

三、協辦單位：教務處、學務處、總務處、會計室、人事室。

四、參加單位：本校學生、教職員工均可報名參加。

五、競賽日期：113 年 05 月 15 日（三）。

六、集合地點：本校大廳川堂 11 時 30 分至 11 時 40 分集合出發前往競賽地點。

七、競賽地點：鯉魚潭水訓中心（974 花蓮縣壽豐鄉環潭北路 2 號）。

八、競賽組別：男、女混合組（各班限報乙隊，另教職員工乙隊，共計七隊）

九、參加資格：凡本學期已註冊之在校學生，編制內之教職員工均可報名參加（患心臟病、糖尿病、氣喘及不適劇烈運動者外）。

十、報名辦法：

（一）報名日期：即日起至 113 年 5 月 13 日（一）。

（二）報名方式：一律採紙本報名。

（三）報名處室：繳交至研發處劉嚴澤教練。

（四）欲報名本活動之人員須自行評估本身健康狀況。

十一、比賽辦法：

（一）比賽規則：拔河賽依據中華民國龍舟協會審訂本次賽事特定辦法執行。

（二）比賽制度：採雙敗淘汰排名賽制。

（三）種子隊伍：本校教職員工隊。

十二、龍舟拔河細則：

（一）依據中華民國龍舟協會審訂本次賽事特定辦法執行。

（二）報名人數：班級為單位含教職員工 1 隊計 7 隊，鼓手 1 人、舵手 1 人、拉繩員 1 人（體重限制 75kg 以下）、槳手 8 人（至少 2 位女生，輕艇隊至多下場 2 位不分男、女）。

（三）參賽人員需各班報名人員下場參賽。

（四）比賽龍舟、鼓及舵由大會提供，舵採固定舵。

（五）比賽採用坐姿。

（六）比賽方法：依據中華民國龍舟協會審訂本次賽事特定比賽辦法執行。

（七）比賽制度：龍舟拔河賽採雙敗淘汰排名賽制，並於 113 年 5 月 9 日 10 時抽籤。

1. 每場比賽採用 3 局 2 勝制，每局比賽限時 1 分鐘，局與局間休息三分鐘（含換場），決勝局前休息五分鐘。

2. 減員或替補：檢錄時或比賽過程中，當導師（隊長）聲明減員時，最多可減少 2 名槳手，一旦聲明減員，該員於該場次不得再登舟參賽，並需立即離場，該隊不得請求補足人員參加檢錄或比賽；隊伍每場檢錄完成後不允許替補隊員，完成檢錄後之參賽隊員（槳手、鼓手、舵手），於各局間不限制其位置（僅拉繩手不得更換）。

3. 比賽勝負：在限定時間內將拔河繩中央標誌拉超越本方標誌線之隊伍獲勝；在限定時間內任何一方均未將拔河繩中央標誌拉超越本方標誌線，以繩中央標誌更靠近本方標誌線的一方獲勝。左右標誌線為中線左右各 2 公尺。

4. 抽籤：比賽分組在技術會議上抽籤決定；第一局比賽的場地、船號於賽前在檢錄處抽籤決定，第二局比賽的場地、船號交換，第三局現場抽籤決定場地、船號。

（八）比賽注意事項：

1. 檢錄完成後，受檢槳手、舵手、鼓手須全數登舟，拉繩手至牽引區就位，除因緊急傷勢經醫務人員診斷須立即接受醫療，始可減員參賽，惟仍受最多二員之限制。診療與處理時間以一分鐘計，以主審宣告時間為準。
2. 比賽登舟時，大會可提供二支備用槳。
3. 比賽過程中（鳴槍後至勝負判定時），人員落水（含拉繩手）、船隻翻覆、設備落水（不含個人裝備），該局判負。
4. 鳴槍時，搶划計警告一次，各隊單場累計二次搶划警告，該場次判負。
5. 比賽前，拉繩手必須依裁判要求協助龍舟進入預備位置，拉繩手僅負責協助將船隻移動置比賽位置就定位及賽事結束回位，並負責收繩及左右控制，不得有向後拉之後仰明顯動作，並嚴禁穿著拔河運動專運防滑鞋，比賽時不得超越限制區、不得立於浮台邊緣借力拉繩，違者該局判負，不得坐地（拉繩手滑倒必須自主立即站起，經裁判判斷無意圖站起，經連續警告二次該局判負）。
6. 隊伍單局非因技術問題而延誤比賽進行，將以延誤比賽判決警告乙次。
7. 非比賽進行中，人員無論任何因素落水或跳水，將以延誤比賽宣告警告一次。
8. 發令後，參賽隊伍無論任何原因延誤啟航，責任自負。
9. 該場次累積各類警告二次，該場次判負。
10. 比賽結束故意跳水，視同重大違規，該隊取消資格，名次（成績）由次一隊伍遞補。
11. 參賽選手必須於賽前自行至醫院作健康檢查以瞭解本身健康情況（凡患心臟病、糖尿病、氣喘及不適劇烈運動者，請勿報名）。
12. 參賽選手應先自行長途慢跑練習，對本身適合參與比賽之健康情形負完全責任。

十二、器材設備：

- (一) 船隻：各隊出賽一律使用大會準備之龍舟及其附屬器材（鼓、舵）。
- (二) 划槳：槳可使用大會準備之划槳。
- (三) 救生衣：各隊可自備救生衣，比賽時必須確實穿著。

十三、環境教育活動及龍舟拔河時間預訂行程表：

時間	行程表
11：30～11：40	大廳集合
11：40～12：10	出發前往鯉魚潭
12：10～12：20	全校集合(發放打掃用具)，說明打掃區域
12：20～13：00	各班環境教育活動(各班導師協助幫忙)
13：00～13：10	比賽地點集合
13：10～13：30	比賽注意事項說明及安全宣導
13：30～16：20	龍舟拔河班際競賽
16：20～16：30	頒獎、大合照
16：30～	比賽活動結束回程花蓮體中

十四、申訴：競賽中各選手不得當場質詢裁判，有關競賽所發生之問題須於各組成績公布 10 分鐘內向大會提出相關證明。所有申訴以裁判組之判決為終決。

十五、獎勵辦法：

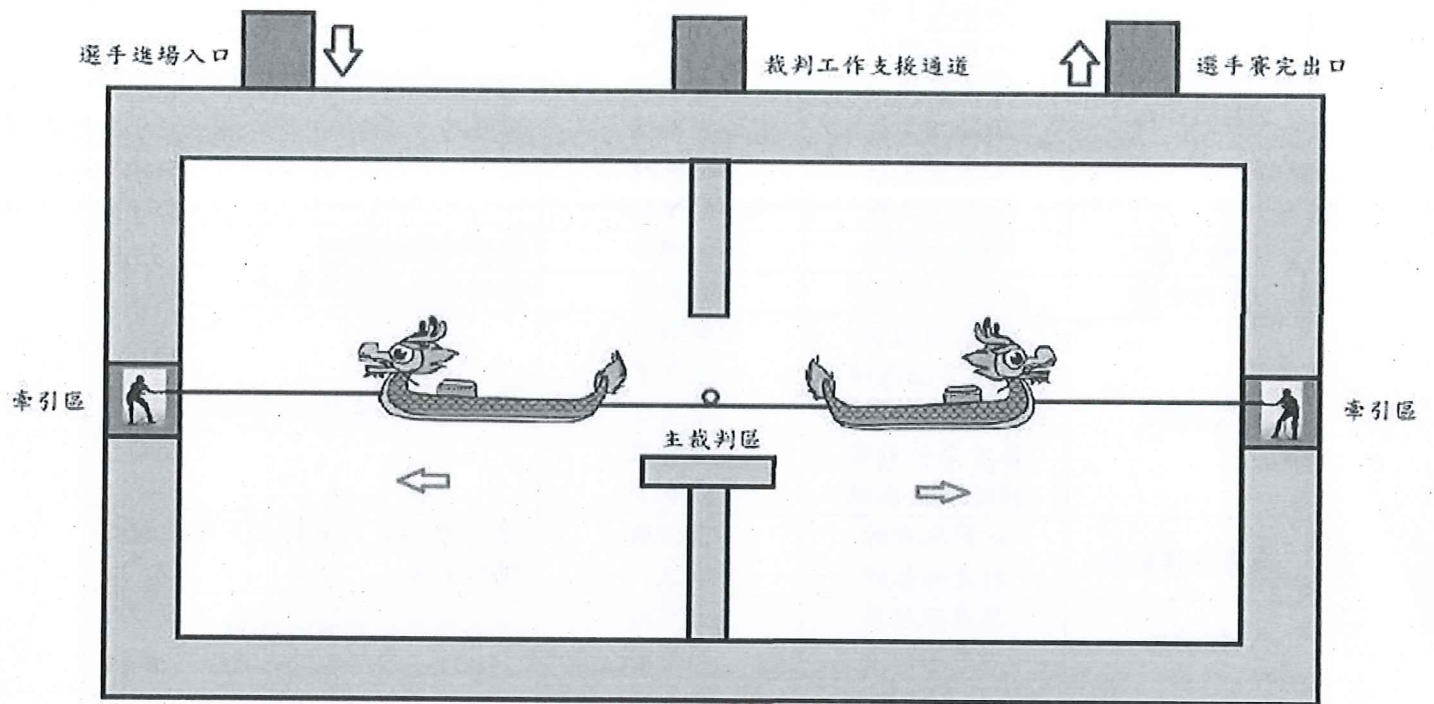
- (一) 取前六名頒發獎金(1000 元/800 元/600 元/500 元/500 元/500 元)。
- (二) 完賽選手頒發成績證明、完賽證明，以利學習歷程檔案上傳。

十六、本計畫呈校長核准後實施，修正時亦同。

花蓮縣立體育高級中等學校 112 學年度校慶龍舟拔河工作職掌編配表

執掌	職稱	人員	工作內容
總指揮	校長	黃緯強	活動統籌
副總指揮	研發處主任 教務處主任 學務處主任 總務處主任 人事室主任 會計室主任	簡志賢 高駿逸 童乾華 李藝倫 謝婉嫻 林惟倫	協助總指揮活動統籌及執行相關業務
總企劃	研推組組長	侯鴻章	競賽規劃及執行
副總企劃	田徑競賽教練	劉嚴澤	協助競賽規劃及執行
裁判組	專訓組組長 輕艇專任教練 跆拳道專任教練 籃球專任教練 棒球專任教練	楊淑貞 張芷晨 羅宗瑞 葉書瑋 江育旻	競賽執行、成績紀錄與比賽申訴
交通暨機動組	射箭隊教練 射箭隊教練	宋佳駿 連文怡	遊覽車採購、規劃上下車路線、現場支援
採購組	事務組組長 文書組組長	曾雅婷 李靜華	協助競賽相關物品採購
器材組	輕艇專任教練 輕艇專任教練	陳子信 余浩俊	比賽場地佈置、物資補給
檢錄組	巡迴教練 足球專任教練	曾櫟聘 羅慧慈	比賽人員檢錄
引導暨救生組	棒球巡迴教練 足球專長教師 拳擊專任教練 總務處工友	劉義傳 朱文彬 陳寬晉 陳彥樺	引導上船及下船並返回休息處、救生衣檢視、預防落水、落水後救生
獎品組	訓育組組長 學務處幹事	曾寶儀 簡筠真	獎品準備與頒獎典禮
安全維護組	生輔組組長 學創教官 棒球隊教練 一誠導師 一愛導師 二誠導師 二愛導師 三誠導師 三愛導師	陳巧綸 王震和 黃洛鈺 翁曉婷 葉明達 游宗龍 黃素虹 賓玉玫 林錦蘭	協助會場秩序管理及人員安全、協助引導比賽以利順暢
場佈組	輔導組組長 註冊組組長	林佑欣 蔡佩瑩	紅布條、海報、音響架設
攝影組	書記 行政助理	李育荏 童郁馨	活動攝影、錄影
醫務組	護理師 運動防護員 運動防護員	陳錦娟 吳心茹 林聖皓	緊急傷病救援、身體照護

花蓮縣立體育高級中等學校 112 學年度校慶龍舟拔河
場地示意圖



花蓮縣立體育高級中等學校112學年度校慶龍舟拔河班際賽

【報名表】

班 級				
聯絡人			電話	
職稱	姓名	座號	性別	備註
隊員 1				
隊員 2				
隊員 3				
隊員 4				
隊員 5				
隊員 6				
隊員 7				
隊員 8				
隊員 9				
隊員 10				
隊員 11				
隊員 12				
隊員 13				
隊員 14				
隊員 15				
隊員 16				
備註	一、導師如欲下場比賽，應具備隊員資格，並列入隊員名單。 二、參賽所檢附的報名資料：姓名、座號、性別、導師聯絡電話。 三、報名隊伍瞭解所提供之個人資料，假如經由檢舉或主辦單位發現有不符真實身分或有冒用、盜用其他個人資料、資料不實等情事經查證屬實時，主辦單位有權取消全隊的參賽資格及成績。			

選手資格申訴書

被申訴者姓名		單位		參加項目	
申訴事項				證件或證人	
聯名簽署單位	領隊或教練				(簽名)
申訴單位	領隊或教練				(簽名)
運動競賽審查會判決					

運動競賽審查會召集人

(簽名)

附註：1.凡未按各項規定辦理申訴者概不受理。

2.單位班級導師簽名權，可依競賽規程之規定，由代表隊導師本人簽名或班長簽名辦理。

競賽事項申訴書

申訴事由		糾紛發生時間及地點	
申訴事實			
證件或證人			
單位領隊	(簽名)	單位教練	(簽名) 年 月 日 時
裁判長意見			
審判委員會判決			

審判委員會召集人

(簽名)

附註：1.凡未按各項規定辦理申訴者概不受理。

2.單位班級導師簽名權，可依競賽規程之規定，由代表隊導師本人簽名或班長簽名辦理。

花蓮縣立體育高級中等學校112學年度校慶龍舟拔河班際賽

【賽程表】

場次	鯉魚潭水訓中心 班級/班級	比分	勝隊	備註
G1				
G2				
G3				
G4				
G5				
G6				
G7				
G8				
G9				
G10				
G11				
G12				
G13				

花蓮縣立體育高級中等學校112學年度校慶龍舟拔河班際賽【賽程表】

比賽日期：113.05.15

比賽地點：鯉魚潭水訓中心

賽制：七隊採雙敗淘汰制

