

新 北 市 立 三 重 高 級 商 工 職 業 學 校 班 際 大 跳 繩 競 賽 辦 法

101 年 1 月 27 日修改校務會議通過
學務-體育-03-01

- 一、目的：積極推展學校拔河競賽，以提昇學校運動風氣、鍛鍊強健體魄，並培養團隊榮譽、學生互助合作、同心協力，發揮愛班愛校之團隊精神。
- 二、主辦單位：學務處 體育組
- 三、報名日期：105 年 10 月 3-13 日止，交至體育館二樓體育組。
- 四、比賽日期：105 年 12 月 1-2 日（預賽另提前在 11 月下午 4:10-6:00）
- 五、比賽地點：本校籃球場
- 六、比賽組別與資格
 - （一）工科混合組——工一、工二、工三，每班選 17 人參賽，男女皆可。
 - （二）商科混合組——商一、商二、商三，每班選 17 人參賽，男女皆可。
- 七、競賽方式
 - （一）由學校提供比賽用大跳繩，每班下場人數為 15 人，加甩繩 2 人。
 - （二）3 分鐘內連續跳繩計次賽，在未達 3 分鐘時間內失敗時，皆可重新起跳並重新起跳並重新計算連續跳繩次數，3 分鐘時間到即停止計算。
 - （三）統計單次競賽中最高累計次數，列為分組排名。
- 八、獎勵
 - （一）工、商科混合組——工一、工二、工三、商一、商二、商三，每組取前三名優勝隊。
 - （二）各組獲勝頒發錦旗乙面，並頒贈運動飲料第一名 3 箱、第二名 2 箱、第三名 1 箱。
- 九、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。平時須先作準備，漸進式練習以提昇個人體能。
- 十、本辦法陳請校長核可後開始實施。

~ 100 ~



三 重 商 工
<http://www.scvs.ntpc.edu.tw>

活力．專業．多元．創新

New Taipei Municipal San-Chung Commercial and Industrial Vocational High School

校址：24162 新北市三重區中正北路 163 號 02-2971-5606