**南亞技術學院112年度心手相連系列活動**

**「系際盃10人11腳競速大對決」競賽規程**

一、活動目的：為培養學生團隊默契及同心協力精神，促進彼此情誼連繫，凝聚各系向心力，提振士氣與榮譽感，以推展學校體育運動，達到陽光、幸福及健康校園理念。

二、主辦單位：學生會、各系學會

三、承辦單位：學務處學生活動組

四、參賽單位：以系為單位，各系限報名男、女各一隊。

五、比賽日期：112年5月11日(四)13：30-15：00

六、比賽地點：本校青春多用途活動草坪(小操場)

七、比賽人數：每隊10人，另候補5人，至多15人。

八、報名日期及方式：

即日起自112年5月8日(一)止，請於學校首頁「活動資訊」下載報名表填寫資料，需繳交電子檔及列印紙本報名表，請依規定日期內繳交報名表，逾期恕不受理(電子檔請傳至ss0916565709@gmail.com，學生會長沈伯諺；紙本報名表請繳交至學生活動組董金龍老師)。

九、抽籤：

訂於112年5月10日(星期三)中午12:30，假商管大樓2樓學生活動組辦公室舉行，請各系學會派代表參加，未到者由承辦單位代抽，不得異議。

十、獎勵方式：

男、女各組錄取前三名頒發獎盃及獎金，第一名2,000元、第二名1,500元、第三名1,000元。

十一、比賽規則：

(一)比賽賽制：10人制：即10人11腳，每隊進行2次競賽，以最優之成績 計算。

(二)基本規則：

1.各系至少組一隊參加，每隊10名選手，以「2人3腳」方式相互並肩，相互裹足成11條腿比賽。

2.競賽距離：35公尺。

3.所有選手要把右手放在右鄰選手的右肩上，左手放在左鄰選手的左腰上，左右相反亦可。請注意，嚴禁選手同時以左右手分別搭在左右選手肩上，以免不慎倒地時發生危險。

4.選手相鄰兩腳必須以腳帶綁緊，且每位選手雙膝必須綁上護膝，始能比賽。

5.參賽隊伍選手服裝請儘量一致，亦可穿著各系運動服。

6.男子組可男女混合參賽；女子組則否。

7.競賽方式：採計時決賽分定勝負，依4月19日的抽籤結果按照序號進 行比賽，若成績相同，則兩隊PK分勝負。

(三)起跑：

1.發令員在發令的位置上，以槍聲為準開始出發比賽。發令之口令為：「就位」、「預備」，每位選手均已「預備」穩定靜止，即可鳴槍。

2.在起跑前，選手前腳不能踩線。

3.偷跑犯規即取消該隊比賽資格。

(四)跌倒－再開始：

1.比賽期間出現任何一位選手跌倒和腳帶脫落的時候，裁判必須馬上進場制止比賽的繼續進行，以避免傷害的發生。

2.在跌倒的地點或腳帶脫落的地點上，全體選手返回該地點，按照裁判的指示，重新把腳帶穿戴完整，選手們依裁判的指示，繼續比賽。

3.跌倒及腳帶重新穿戴期間，併入比賽時間計算。如因承辦單位提供腳帶破損導致脫落，則重新比賽。

(五)完成比賽：

1.以隊伍中最後一位隊員後腳之腳跟完全通過終點線，作為按碼錶計時的依據。

2.終點線後方設有大型海綿墊，舖設足以容納15人的寬度供參賽隊伍衝線後撲下，以作為卸力緩衝。

(六)比賽用具：

1.腳帶、護膝：參加隊伍請自備腳帶及護膝，或使用承辦單位所提供之腳帶及護膝。

2.運動鞋：請選手穿著運動鞋，注意鞋底抓地力，但不得有金屬釘。

(七)其他注意事項：

1.請各位同學遵守疫情指揮中心規定，若近期有上呼吸道疾病、發燒、喉嚨痛等症狀，請在家多休息，感謝配合。

2.競賽過程是否全程配戴口罩，將依疫情指揮中心規定辦理。

十二、其他：本活動為「心手相連系列活動」，時間適逢星期四社團活動時間，請各系學會及指導老師鼓勵同學踴躍參與。

十三、本計畫陳請 校長核備後實施，如有未盡事宜，得視實際情形修正之。

**南亞技術學院112年度系際盃10人11腳報名表**

**系別：**  **報名項目：□男子組 □女子組**

**聯絡人：**  **行動電話：**

**E-mail：** **押王牌：□是 □否**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **編號** | **姓名** | **班級** | **學號** |
| 01 |  |  |  |
| 02 |  |  |  |
| 03 |  |  |  |
| 04 |  |  |  |
| 05 |  |  |  |
| 06 |  |  |  |
| 07 |  |  |  |
| 08 |  |  |  |
| 09 |  |  |  |
| 10 |  |  |  |
| 11 |  |  |  |
| 12 |  |  |  |
| 13 |  |  |  |
| 14 |  |  |  |
| 15 |  |  |  |

PS：電子檔請傳至ss0916565709@gmail.com，學生會長沈伯諺

紙本報名表繳請繳交至學生活動組董金龍老師

**系主任簽名：**