

「2020 校園無影腳~10人11腳競速大對決」計劃書

- 一、活動目的：鼓勵學生多元適性發展，培養團隊默契及同心協力精神，凝聚向心力，提振士氣與榮譽感，以推展學校體育運動，達到陽光高雄、幸福城市及健康校園理念。
- 二、指導單位：教育部體育署
- 三、主辦單位：高雄市政府教育局、高雄市立社會教育館
- 四、協辦單位：高雄市漆彈推廣協會、高雄市立小港醫院
高雄市政府運動發展局
- 五、贊助單位：佳琪食品股份有限公司、正忠排骨飯
財團法人高雄市私立康和社會福利慈善事業基金會
台灣中油股份有限公司煉製事業部大林煉油廠
中國鋼鐵股份有限公司、台灣國際造船股份有限公司
高雄市小港區農會
- 六、參賽對象：全國學生符合各組別資格者皆可報名，選手資格為註冊在學之正式學生(以教育部頒布之正式學制為限，不含選讀生、旁聽生、空中補校生、進修補校生、僑生專修班及各種短期訓練班學生)。
- 七、參賽組別：共6組，總隊數108隊額度內，主辦單位可依實際報名隊數調整各組參賽隊數。

10人11腳組	國小組	國一組	國二組	國三組	高專組 (高中職及大專院校合併1組)
	30隊	15隊	15隊	15隊	25隊
	各組報名隊數額滿提前截止。				
31腳極限組	上述各組別均可報名，亦可混齡混校參賽，名額僅8隊，每校限報1隊，依報名表送達時間受理，額滿截止。				

- 八、比賽日期：109年12月12日（星期六）08：00-16：00
- 九、比賽地點：高雄市立社會教育館多用途草坪（高雄市小港區學府路115號）
- 十、比賽人數：10人11腳每隊10人、30人31腳每隊30人，男女不拘，隊員可全部男生、全部女生或男女混合。
- 十一、報名日期：109年11月9日（一）起至11月27日（五）止，額滿提前截止。
- 十二、報名方式及注意事項：

（一）報名方式：請學校將報名表填妥並蓋印後，以下列方式擇一報名：

Email	寄至【sign_up@mail.kmseh.gov.tw】專屬報名信箱，將報名表電子檔附加檔案寄出，寄出後請來電確認。
公文交換	透過公文交換至社教館，交換後請3天內來電確認。
郵寄	寄至「高雄市立社會教育館研究推廣組」(812011高雄市小港區學府路115號)，信封上註明「10人11腳報名表」，並於郵寄後3天內來電確認。
親自送達	社會教育館研究推廣組

- (二) 報名者視為同意本館將其姓名揭露於本館網站或相關資料上(比賽當日到後，不接受更換選手)。
- (三) 非在報名期間內報名者不予受理，賽事洽詢電話：07-8034473轉206。
- (四) 比賽日提供每位選手1份便當，不得重複領取，報名前請審慎評估，報名後避免臨時取消以免造成資源浪費。
- (五) 依報名順序受理(即依 email、公文交換、郵寄或親自送達本館之時間為準，非郵戳日期)，額滿即截止收件。本館網站會公布已報名成功之隊伍，請留意本館網站最新消息 www.kmseh.gov.tw。

十三、抽籤：訂於109年12月4日(五)上午10時，假高雄市立社會教育館2樓會議室舉行，請各校派代表參加，未到者由主辦單位代抽，不得異議。報名「31腳極限組」者依報名先後順序出賽，免抽籤。

十四、獎勵方式：

- (一) 本項比賽納入「高雄區十二年國教免試入學超額比序區域性或縣市性競賽表現採計項目」健體類。
- (二) 總獎金10萬元，扣除「再接再厲獎」金額後依各組報名隊數按比例分配各組獎金金額，唯報名總隊數低於50隊，總獎金將予酌減。於報名截止後公告於本館網站 <http://www.kmseh.gov.tw> 最新消息。

各組視報名隊數決定錄取名次：3隊(含)以下取1名，4隊至12隊(含)以下取3名，13隊至15隊(含)取4名，16隊至25隊(含)取6名，26隊(含)以上取8名，優勝隊伍各頒發高雄市政府教育局獎狀及獎金鼓勵。

- (三) 破紀錄獎：各組取1名，依據大會紀錄(31腳極限組6.010秒；國小組7.240秒；國一組7.495秒；國二組6.510秒；國三組6.605秒；高專組6.800秒)，各組參賽隊伍逾2隊以上破該組紀錄者，取成績最佳者頒發獎金1,000元。

(四) 再接再厲獎：10人11腳各組首輪被淘汰之所有隊伍得向檢錄處報名（晉級的隊伍不得報名），於所有正式賽程結束後立即進行比賽，各隊僅跑1次並採計時賽。本獎項總獎金最高為3,000元，並依各組別報名隊數，由大會酌予調整。

(五) 敘獎方式：

1. 得獎前三名隊伍所屬學校，請依權責參照「高雄市立各級學校及幼兒園教職員工獎懲標準補充規定」第二點（二）至（四）相關規定辦理敘獎。
2. 其餘得獎隊伍請依本計畫書給予實際業務承辦人員1人、相關人員1人（含校長）、指導老師1人各嘉獎1次之獎勵。
3. 為鼓勵學校踴躍組隊參加，凡報名參加隊伍達3隊（含）以上但未獲得名次學校，請依本計畫書給予實際業務承辦人員1人及指導老師1人各嘉獎1次之獎勵。
4. 為鼓勵帶隊老師辛勞，核給實際帶隊老師嘉獎1次之獎勵（報到現場實際簽到或確實到場者）。

十五、比賽規則：

(一) 比賽賽制：除「31腳極限組」為30人制(即30人31腳)外，其餘各組為10人制(即10人11腳)。

(二) 基本規則：

綁腳方式	統一使用大會提供之安全彈性腳帶，以「2人3腳」方式相互並肩，裹成11條腿或31條腿比賽。	
競賽距離	10人11腳組	37公尺，但得視現場彈性酌予調整。為鼓勵女性學生參賽，凡競賽隊員全數為女性者，競賽距離為35公尺。
	31腳極限組	25公尺。
搭肩扶腰	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。	
腳帶黏緊	選手相鄰兩腳必須以腳帶黏緊，務必確保魔鬼沾已黏緊，並聽從大會腳帶工作人員指示。	
限運動鞋	參賽隊伍選手運動服裝請儘量一致，且必須穿運動鞋，否則禁止出賽。	

不得冒名頂替	隊員男女不拘（可全部男生、全部女生或男女混合），請依參賽名單出賽，不得冒名頂替，經查證屬實者，取消該隊參賽資格。		
競賽方式	31腳極限組	開幕典禮後立即依報名先後順序出賽，各隊跑2次採計時賽，以最佳成績為紀錄。15秒內完成比賽隊伍，始取得獲獎資格。	
	10人11腳組	各輪次均依12月4日抽籤序號比賽，第一、二輪比賽，晉級隊伍最後1名，如有兩隊以上成績相同時，均可晉級比賽，第三輪(含)之後比賽，符合晉級最後名次相同時，加賽一場以決定晉級者。比賽採下列方式：	
		第一輪計時賽	國小及高專組，採計時淘汰賽方式，取前15強進入第二輪計時賽。(國中各組及報名隊數未超過15隊時直接進行第二輪計時賽)
		第二輪計時賽	第一輪比賽前15強及國中各組，採計時淘汰賽方式，取前10強進入第三輪計時賽。(國中各組報名未超過10隊者，直接進行第三輪計時賽)
		第三輪計時賽	第二輪比賽前10強隊伍，採計時淘汰賽方式，國小取前8強、高專組取前6強、國中各組取前4強進入第四輪計時賽。
第四輪計時決賽	國小組前8強、高專組前6強、國中各組前4強進行第四輪計時決賽，決定各組名次，成績相同時，則加賽1場。本輪次比賽，為求公平，各組所有隊伍均在同一賽道上比賽。		

		以上輪次暫供參考，大會將依據最後報名各組隊數進行調整，並公告於高市社教館網站。
--	--	---

(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2次即取消該隊比賽資格，跑道左右邊線僅供選手參考，越線不違規。
4. 比賽跑道區：跑道內只有選手及裁判可進入，禁止非選手進入比賽場地及跑道內，帶隊老師（限1人）可以在比賽場地內之非跑道區域陪跑或指揮。如果有隊伍或其師長未遵守管制規定，經勸導不聽，將取消該隊參賽資格。

(四) 跌倒一再開始：比賽時任何一位選手跌倒或腳帶脫落，裁判將立即制止繼續比賽，以維比賽公平及避免選手受傷。

比賽時跌倒	全體選手須依據裁判指示，退回跌倒點，重新整隊穿戴腳帶後，自行（或由場外隨隊老師）下口令繼續比賽，重新穿戴整隊之時間，併入比賽時間計算成績。
比賽時腳帶脫落或斷裂	裁判立即制止比賽，成績不算，依據裁判指示，重新比賽。但如果是跌倒後，腳帶因拉扯「脫落」則比照前款跌倒方式處理；如跌倒後腳帶「斷裂」，則成績不算，依據裁判指示，重新比賽。
終點線跌倒或腳帶脫落	如部分選手已觸及終點線，即使其餘選手尚未過終點線，則應直接前進通過終點線，不須再退回原跌倒點或腳帶脫落處。
掉鞋	比賽中掉鞋，但腳帶未脫落者，比賽繼續進行。

(五) 完成比賽：

1. 以隊伍中最後一位隊員完全通過終點線，作為按碼錶計時的依據，以所用時間（二位計時員之平均成績）最少的隊伍勝出（即最快者）。正常競速

狀況以「後腳跟」全部通過為計時標準，但是如果跌倒時，則需身體全部通過才算。

2. 終點線後方（約1.5米）設有【跳高海棉墊】，鋪設足以容納10人(31腳極限組為30人)的寬度供參賽隊伍衝線後撲下，以作為卸力緩衝，請勿於抵達終點時即停止，以免受傷跌倒（選手抵達終點線後，禁止用飛撲或跳躍的方式衝上海棉墊，以免受傷）。

(六) 比賽用具：

腳帶	腳帶全部由大會提供，與上一屆大會提供之腳帶相同， <u>禁止自備腳帶</u> ，亦禁止綁上自備腳帶再綁上大會腳帶，以維比賽公平。隊伍跑至終點時若因腳帶無法及時解開，請先離開比賽會場再行解帶，以免影響比賽。
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。
護膝	可自備，以防止跌倒時膝蓋擦傷。
長褲	建議選手穿著長褲，以避免比賽時因腳帶磨擦造成破皮。

- 十六、大會免費提供葷食便當(無素食)，含帶隊老師在內，「10人11腳」每隊最多14份、「30人31腳」每隊最多32份，每位選手1份便當，不得重複領取。飲水請自備。

十七、活動流程：

08：20—08：50	報到（地點：社教館中庭）
08：50—09：00	規則講解
09：00—09：20	開幕典禮，所有選手應參加，否則以棄權論。
09：20	進行比賽，由「31腳極限組」首先出場比賽

- 十八、本活動依規定投保公共意外責任險，故不可歸責於主辦單位之責任所造成之傷亡（例如個人疾病或練習、比賽過程中的傷害等事故），不在承保範圍。如欲加強保障，可自行投保旅遊平安險。

- 十九、本活動係屬激烈運動，請自行考量身體狀況於徵求家長（或法定監護人）同意後再行報名。

- 二十、未晉級之隊伍，請務必領完便當後再離開，以杜絕浪費。

- 二十一、參賽選手，限報名表內選手，請遵守大會公告競賽規則及選手注意事項，如有違規，大會得禁止其出賽。

- 二十二、請所有參賽隊伍及帶隊老師遵守比賽場地管制規定，經大會人員勸導仍不聽從者，取消該隊伍參賽資格。

- 二十三、活動訊息及更新皆公告於本館網站，請選手隨時留意網站最新消息，掌握最新比賽訊息，網址 <http://www.kmseh.gov.tw>。
- 二十四、活動洽詢電話：07-8034473轉206洽高雄市立社會教育館研究推廣組。
- 二十五、本活動時間適逢假日，各校參與活動之教師及工作人員（3至5人為原則），得依規定補假1天，惟課務請自理。
- 二十六、本計畫陳報教育局核備後實施，如有未盡事宜或調整賽制，得視實際情形修正之，並於社教館網站或比賽現場公布，不另行發文通知。

「2020 校園無影腳~10人11腳競速大對決」報名表

學校名稱 (全銜)				隊名 (自取)			
組 別 (請擇一勾選)		<input type="checkbox"/> 31腳極限組	<input type="checkbox"/> 國小組	<input type="checkbox"/> 國一組	<input type="checkbox"/> 國二組	<input type="checkbox"/> 國三組	<input type="checkbox"/> 高專組
學校承辦處室				學校承辦人姓名			
承辦人電話				承辦人手機			
主要帶隊老師姓名				主要帶隊老師手機			
主要帶隊老師 e-mail							
其他隨隊老師及工作人員							
當天緊急聯絡人(或老師)		姓名：		手機：			
選手資料	選手姓名	性別	出生年月日	身分證字號	聯絡電話	備註	
選手1			年 月 日				
選手2			年 月 日				
選手3			年 月 日				
選手4			年 月 日				
選手5			年 月 日				
選手6			年 月 日				
選手7			年 月 日				
選手8			年 月 日				
選手9			年 月 日				
選手10			年 月 日				
預備選手			年 月 日				
預備選手			年 月 日				
備 註	1. 大會免費提供葷食便當(無素食)，含帶隊老師在內，「10人11腳」每隊最多14份、「30人31腳」每隊最多32份，每位選手1份便當，不得重複領取，請填報確定人數【 】人。飲水請自備。 2. 隊名最多6個字，含中、英文字母。遇有隊名相同者，後報名隊伍須改名，經通知改名但未能於報名截止日前改名者，由大會逕行於隊名後加1、2、3…以示區別。隊名如有不雅文字或意涵，大會有權自行更改，不得異議。 3. 報名「31腳極限組」請填本報名表3張，僅限30位選手，無預備選手。					請加入「高市社教館」TG頻道 	

學校承辦人(職章)

承辦單位主管 (職章)

校長(職章)