

114 學年度和美高中校慶運動競賽系列活動-

SH150 個人單項及 SH150 大隊接力競賽規程

一、宗旨：加強推行學校體育、提倡運動風氣，並促進班上團隊凝聚力。

二、主辦：學務處體育組。

三、協辦：本校各處室。

四、組別：1. 國中部：一年級、二年級、三年級。

2. 高中部：四年級、五年級、六年級。

*參賽學生必須符合身體狀況可參加劇烈運動者，才可上場參賽

五、報名截止：即日起至 114 年 10 月 29 日(三)中午 12 時 30 分止。

(個人單項凡報名後一律不得更改，如受傷無法出賽，應於賽前出示醫師證明，冒名頂替出賽者，經查證屬實即取消其比賽資格，大隊接力不在此限，凡同班學生皆可報名參加或替換。)

六、比賽日期：

(一) 大隊接力：校慶當天 114 年 12 月 12 日 (五) 採計時決賽

(二) 個人單項：114 年 11 月 19 日 (三) -11 月 21 日 (五)，共三天。

七、比賽地點：本校田徑場。

八、報名地點：學務處體育組。

九、競賽項目：(一)大隊接力：1. 國中部：各年級 16 人大隊接力賽。

2. 高中部：各年級 16 人大隊接力賽。

(二)個人單項：1. 各年級田賽 (跳遠、鉛球)。

2. 各年級徑賽 (100 公尺、200 公尺、800 公尺)。

十、競賽辦法：

(一) 大隊接力：

1. 國中部各年級大隊接力賽冠軍，將代表參加全彰化縣大隊接力。

2. 禁止學生光腳或穿釘鞋參加不分道比賽，且不得有陪跑，違者，取消該班該項資格。

3. 如有冒名頂替，經查證屬實，則取消該項成績，並予議處 (警告兩次)，同時取消該班精神總錦標。

4. 各項比賽場次及道次由每班體育股長抽籤後，由競賽組編排。

5. 各班接力賽之服裝必須統一，以學校運動服或班服為主，單項比賽亦同

且穿制服不得參加比賽。

6. 體育班單項競賽第一名與普通班並列第一名，總錦標成績與普通班一同計算。
7. 各組別若報名隊數未達兩隊，該組別將不予成賽。

(二) 個人單項：

國中部 1. 各年級男、女生各班在田賽及徑賽每項比賽註冊之運動員以 4 人為限(個人項目男、女各 2 人)。

2. 每一運動員在個人單項中參加之項目無論男女生不得超過 1 個項目(體育班班級人數過少可參加 2 個項目)，大隊接力不在此限。

高中部 1. 男、女生各班在田賽或徑賽每項比賽註冊之運動員以 4 人為限(個人項目男、女各 2 人)。

2. 每一運動員在個人單項中參加之項目無論男女生不得超過 1 個項目，大隊接力不在此限。

3. 高三個人單項自由報名參加(每班報名 0-2 名)

4. 高三個人單項各項總人數須達五人以上，方可成立比賽，且比賽當日檢錄須達五人以上才可進行比賽。

十一、競賽細則：

(一) 大隊接力：

1. 報名人數：以班級為單位。

國中部 (1) 參賽人數女生 8 人，男生 8 人(前 1-8 棒女生，後 9-16 棒男生，每人都跑一圈)。

(2) 體育班採三個年級混班參賽，併入國三比賽，但成績不列入計算

高中部 參賽人數女生 8 人，男生 8 人(前 1-8 棒女生，後 9-16 棒男生，每人都跑一圈)。

2. 比賽前十分鐘到檢錄處檢錄(以檢錄處之大會時間為準)。

3. 比賽一律穿著本校所發放之號碼背心。

4. 第一棒起跑一律採蹲踞式起跑，鳴槍後起跑，如違規(偷跑)則重跑；第二次違規者，該班級取消比賽資格。

5. 鳴槍起跑後，第一棒按道次比賽，第二棒按道次於黃色勾線前準備接棒，接棒後應經過第二個彎道超過黃色實線後才可搶跑道(若未

到黃色實線前即搶跑道則加該隊總時間 5 秒)，第三棒以後開始統一在黃色長虛線前接棒。

6. 第三棒開始，選手等待位置順序排定優先辦法，依每棒進入第三個彎道處時，由裁判員指導下排定優先順序，領先隊伍才可立於第一道。一但選手跑過彎道標誌處後，接棒選手不得改變原來排列的順序。接棒選手可在領先隊伍通過後，依序移向內道。違反此規定每隊加總時間 5 秒。
7. 合法接力區為 20 公尺（前後兩雙黃長虛線內完成接棒），在接力區內的判定是根據接力棒的位置，而不是根據選手的身體位置。如在接力區外傳接棒，（每一棒加該隊總時間 5 秒）。
8. 比賽時若在接力區未完成接棒時，掉棒者，一律由原持棒者撿回交至下一棒。
9. 比賽時，如有任何一棒踏入第一道之內道線區域（每一棒加該隊總時間 5 秒）。
10. 比賽時，完成傳棒之選手，應先察看後面是否有跑者後再迅速往內離開跑道，不得影響他人比賽，不阻擋、不妨礙，並將號碼衣服留給外面服務的同學，不可滯留跑道或陪跑，影響他人進行比賽。（每一棒加該隊總時間 5 秒）。
11. 違反運動道德者，該隊則取消資格，並馬上請該隊停止比賽。
12. 若班級的參賽人數無法達 8 男 8 女則為例外班級（如有此情況，請於繳交報名表時告知體育組），參賽同學得重複跑，或以女生代替男生，該班比賽成績將擇優錄取。
13. 大隊接力皆採計時決賽。高中部各年級取前二名；國中部各年級取前六名。

（二）個人單項：

徑賽

1. 100 公尺、200 公尺：起跑必須採用蹲踞式起跑。鳴槍後起跑，若有一人違規（偷跑）則全部重跑，第二次再違規者，直接取消該班比賽資格。
2. 採計時決賽。高中部各年級取前六名；國中部各年級取前八名。

田賽（跳遠、鉛球）：

1. 進行三次試跳/擲機會，擇最佳成績排名之。高中部各年級取前六名；

國中部各年級取前八名。若有犯規情形（如鉛球擲出界外、越區或跳遠起跳超過踏板…等），則該次成績不予計算。

2. 跳遠選手，必須單腳起跳。

3. 鉛球場地的投擲木框上緣不能踩到，違規者該次成績不予計算。

4. 鉛球必須以單手由肩上推出，選手在推球圈內的姿勢，接觸或近乎密接頸部或下顎，鉛球不得移至肩線後，違規者該次成績不予計算。

十二、錦標計分法：

國中部

（一）大隊接力：各取前六名頒獎。

（二）個人單項：

1. 每項目錄取前八名頒獎，前八名之名次按九、七、六、五、四、三、二、一分記計算。

2. 以班級為單位，各種錦標中所得總分最多之班獲得分列第一名錦標，得次多之班級分列二、三、四，如遇二個以上班級所得總分相等時以各班級在該項錦標賽中所得第一名多寡判別之，依此類推。

高中部

（一）大隊接力：取前二名頒獎。

（二）個人單項：

1. 每項目錄取前六名頒獎，前六名之名次按七、五、四、三、二、一分計算。

2. 以班級為單位，各種錦標中所得總分最多之班獲得分列第一名錦標，得次多之班級分列二、三、四，如遇二個以上班級所得總分相等時以各班級在該項錦標賽中所得第一名多寡判別之，依此類推。

十三、各種錦標賽中規則均依照田徑賽規則。

十四、競賽秩序由大會註冊編配分組抽籤編訂之。

十五、獎勵：

國中部

（一）個人單項比賽前三名頒發獎狀、獎牌，四～八名頒發獎狀，以資鼓勵。

- (二)團體比賽(大隊接力)各年級取前六名頒獎。
- (三)競賽總錦標(個人及大隊接力之總和)各年級取前六名頒獎。
- (四)精神總錦標各年級取前六名頒獎。
- (五)經費由學校支付。

高中部

- (一)個人單項比賽前三名頒發獎狀、獎牌，四～六名頒發獎狀，以資鼓勵。
- (二)團體比賽(大隊接力)各年級取前二名頒獎。
- (三)競賽總錦標(個人及大隊接力之總和)各年級取前二名頒獎。
- (四)精神總錦標各年級取前二名頒獎，六年級不評分。
- (五)經費由學校支付。

十六、申訴抗議：

- (一)有關比賽事項之爭議應於該項比賽結束十分鐘內，由導師向裁判長提出口頭申訴。未於規定時間內提出，不予受理。
- (二)比賽爭議在規則上有明文規定者以裁判員(長)為之裁決，不得提出異議；裁判員(長)無法判決則召開裁判委員會議開會決定之。

十七、本規則如有未盡事宜得請校長核准後修訂之。

選手須知

- 一、比賽前晚應早就寢，勿熬夜。
- 二、比賽前數天應稍作練習，以適應比賽情境，比賽前應確實做熱身操，以免運動傷害發生。
- 三、比賽前身體不適，應多休息，勿逞強，比賽中或賽後若感覺身體不適，請速至保健中心或就近向老師反應。
- 四、選手因故無法比賽，不可由他人頂替，違者取消資格，兩者並依校規處理。
- 五、比賽時應穿著運動服裝（班服或學校運動服），未穿著運動服者，禁止出場比賽。
* 注意：大隊接力全體隊員服裝須一致，不一致則取消全隊資格。
- 六、徑賽項目禁止打赤腳，個人且分跑道項目(100M、200M)可穿著釘鞋(短釘)比賽，不分跑道項目 800M、大隊接力則禁止，違者取消資格。
- 七、選手隨時注意大會廣播，並準時（賽前 20 分鐘）至檢錄處檢錄，逾時取消資格。
- 八、非比賽選手勿進入比賽場地，以免發生危險及影響比賽。
- 九、服從裁判判決，如有爭議，向體育組長提出，以技術委員決議為最終判決。