

新北市立林口高級中學 114 學年度校慶運動大會 競賽規程

壹、宗旨：慶祝校慶並提倡運動精神，提昇運動技術水準，促進學生身心健康，發揚群育精神。

貳、競賽日期：田徑賽預賽於 10 月 27 至 10 月 31 日彈性學習時間及中午時段，如遇雨等不可抗拒因素，則賽程順延至 11 月 4 日至 11 月 6 日；各決賽、團體競賽於 11 月 14 日舉行，如遇雨等不可抗拒因素，則賽程順延至 11 月 18 至 11 月 21 日中午時段補辦。若仍遇雨，則取消決賽。

參、競賽地點：本校田徑場、光電球場（雨天備案）。

肆、報名日期：114 年 9 月 29 日至 10 月 15 日止，請體育股長至本校學校首頁體育活動報名及填報紙本報名表，逾時報名不候。

伍、競賽項目：

- 一、田徑賽(高一、高二)。
- 二、大隊接力賽(全校師生)。
- 三、師生趣味競賽(全校師生)。

陸、分組辦法：

- 一、田徑賽：高一女子組、高二女子組、高一男子組、高二男子組。
- 二、大隊接力賽：高一組、高二組、教職員組。
- 三、師生趣味競賽：高一組、高二組、高三組。

柒、比賽辦法：

一、田徑賽規定：

1. 項目:跳遠、鉛球、100M、200M、400M、(中長距離女子 800M、男子 1500M)。
2. 報名:每班每項至少報名 1 人、至多報名 2 人。每人至多報名 2 項(團體項目不受此限制)，中長距離項目(800M、1500M)不強迫報名，報名未滿 8 人則不舉行。
3. 100M、200M、400M 預賽擇優前 8 名參加決賽、中長距離計時決賽、田賽項目直接決賽。
4. 中長距離特別規定：800M 超過 6 分鐘、1500M 超過 8 分鐘後不計時，以未完賽註記。
5. 採用中華民國田徑協會公佈之最新田徑規則。

二、大隊接力賽規定：

1. 人數:高一組、高二組為 20 人大隊接力；教職員組為 10 人大隊接力。
2. 規定:
 - (1) 20 人大隊接力:
 - 高一、高二每班男生 10 名、女生 10 名，共 20 名，任一性別人數未達 10 人之班級得以異性代替。1-10 棒為女生，11-20 棒為男生。採計時決賽。
 - 女生代替男生每一人次總成績減 4 秒、男生代替女生每一人次總成績加 4 秒。
 - (2) 10 人大隊接力(教職員組):
 - 教職員組預計分三隊(導師隊、行政隊、專任隊)，主辦單位可視參加人數調整隊伍數，不限性別，共 10 名。
3. 第 3 棒開始搶跑道，每棒跑 135 公尺，最後 1 棒跑 155 公尺。
4. 採計時決賽，高一、二組各取成績最佳前四名，頒發獎勵。

三、師生趣味競賽規定：

1. 全校每班皆須報名一隊，可包含校內教職員工，每隊教職員工至多 2 人，亦歡迎教職員工組隊參加。（※為鼓勵全班共同參與校慶運動會，建議讓未參加田徑賽項目的同學報名參加趣味競賽。）

2. 競賽項目：

(1) 全繩貫注(高一):

- 比賽人數：每隊 20 人（男、女各 10 人），女生為第一組、男生為第二組。
- 比賽器材：長跳繩 1 條。
- 比賽規則：
 - i. 每一組 10 人，其中 2 人掌繩做一字型迴旋，其餘 8 人站立於繩中預備。
 - ii. 哨音開始起繩，8 人同時於迴旋繩中跳躍，計時 1 分鐘，**累計成功次數**。
 - iii. 計算成績：兩組累加計次，**成功跳躍「次數總和」來判定名次**。若次數總和相同時，以該隊「單次連續跳躍」次數之最佳成績，來判定名次。若「單次連續跳躍」次數之最佳成績相同，則比較次佳成績，以此類推。

(2) 並肩同行(高二):

- 比賽人數：每隊 16 人（男、女各 8 人）
- 比賽器材：綁腳帶、接力棒。
- 比賽規則：
 - i. 由 2 人為一組（須同性別），用綁腳帶將兩人的腳踝處固定好，手持接力棒準備出發。1-4 棒為女生，5-8 棒為男生。**若單一性別人數不夠，男生代替女生一組加 3 秒，女生代替男生一組減 3 秒。**
 - ii. 聽裁判槍聲出發，兩人向前快走或跑步至前方折返點繞行後，回到起點線將接力棒接給下一組，繼續出發進行比賽。
 - iii. 比賽進行中，若接力棒或綁腳帶脫落，須返回掉落地點，拾起接力棒或綁好綁腳帶後繼續比賽。全隊輪完，時間最少者為優勝。

(3) 造橋鋪路(高三):

- 比賽人數：每隊 16 人（男、女各 8 人），分成四組，男女可同一組。
- 比賽器材：力波墊 2 塊。
- 比賽規則：
 - i. 每班 2 塊力波墊，4 人為一組。出發時，先將第 1 塊力波墊放置地面，2 人站在力波墊上，另外 2 人則負責搬運第 2 塊力波墊至前方，接著站立的人移動到下一塊力波墊，以此方式來前進。
 - ii. 前進至折返線後，換成原搬運的 2 人站在力波墊上，另 2 人則搬運力波墊，以相同方式折返回到起點線，並交棒給下一組。
 - iii. 比賽過程中，站立者的身體任一部位不可碰觸地板。抵達折返點及起點時，人與力波墊必須完全過線，違規者加 5 秒。全隊輪完，時間最少者獲勝。
 - iv. 若單一性別人數不夠，**男生代替女生 1 人加 1 秒，女生代替男生 1 人減 1 秒。**

捌、獎勵辦法：

- 一、 田徑賽各項目，每組取前三名頒發獎牌、獎狀及獎品，以資獎勵。
- 二、 20 人大隊接力賽及師生趣味競賽前四名頒發錦旗及獎狀一幀，以資獎勵。
- 三、 精神總錦標，一、二年級取前四名，頒發錦旗獎勵，其辦法如下：
 1. 以各班於參加校慶運動會期間之整體表現為評分依據。
 2. 大會為提高體育道德、發揚運動精神特設精神總錦標，評分項目及百分比原則如下：
 - A. 參加開幕典禮、創意進場（50%）：其內容詳見本校「114 學年度校慶運動大會班級創意進場實施計畫」。
 - B. 競賽參與度、出賽率（50%）：
滿分為 50 分，田徑賽報名各項目並準時出賽及完賽者，每 1 人次得 2 分，共有 6 個項目、每項至多報名 2 人，分成男女各 1 組，合計總分為 48。若報滿全部項目準時出賽並完賽另行加 2 分，即得滿分）。因公或傷病無法出賽經請假獲准者，服裝不整者不給分，若未於賽前請假者扣 1 分。**無故未出賽者，每一項目每次扣 2 分，並依校規予以記警告一次。**
- 四、 團體總錦標，一、二年級取前四名，頒發錦旗獎勵，其辦法如下：
 1. 各項比賽取前八名，田徑賽由第一名至第八名分別給予 9、7、6、5、4、3、2、1 分，大隊接力、趣味競賽依田徑賽給分方式乘 2 倍計分。
 2. 一、二年級以各項比賽獲得之總積分多寡判定名次，若有二班（含）以上積分相同時，以獲第一名數較多者為勝。若再相同時，則比較獲第二名數，依此類推。
- 五、 比賽成績如超越本校該項目之最佳成績紀錄者，頒發破紀錄獎品。
- 六、 教職員工組依報名人數，獎品於競賽後另行頒發。

玖、運動員須知與注意事項：

- 一、 報名表須經班導師簽名，各班比賽順序於賽前排定之，公告於體育組公告欄及線上賽程表，參賽選手請於賽前自行查詢組別、道次及比賽時間。
- 二、 本校學生一律穿著運動服、班服及運動鞋（禁止赤腳及穿著釘鞋）參加比賽，服裝不整者，不予精神總錦標之競賽參與度分數。
- 三、 田徑賽決賽分組依最新田徑規則編排，團體項目則依系統編排，不再抽籤。
- 四、 如遇田賽與徑賽項目同時出賽時，應向田賽裁判請假，先去參加徑賽項目後，再次向田賽裁判報到。
- 五、 運動員點名後，靜候檢錄員帶隊入場，不得凌亂，非與賽人員嚴禁趁機隨隊入場，不得引導助跑。
- 六、 若選手因故無法出賽時，請至本組領取請假申請單(附件 1)，並依流程完成請假手續。
- 七、 檢錄處設於各比賽場地旁，請選手注意點名時間及裁判廣播。參賽選手請於比賽時間前 15 分鐘自行暖身，並依公告檢錄之時間進行檢錄，點名 3 次未到視同棄權論；檢錄完畢後，選手至比賽場地等候，熱身準備比賽。若檢錄時間未到者，以棄權論。
- 八、 參賽時若發現有冒名頂替者，經查明後取消該班精神總錦標及團體總錦標資格，並視情節依校規予以記小過以上之處分。

九、身體不適合劇烈運動之學生，請勿報名參加，以免發生運動傷害；各項運動員於競賽中，如身體欠佳時，應自動退出競賽；裁判員可視選手身體狀況，命令其選手退出競賽，應服從裁判員之指導。

十、田徑賽決賽完畢後，各項目前三名選手，請於大會廣播規定之時間內，至司令台等候頒獎。

十一、競賽規程如有未盡事宜或比賽時間如有更動，以大會公告為準。

壹拾、申訴及比賽爭議之判定：

一、有關競賽爭議申訴案件，除本競賽規程訂定之規範，應依據最新國際田徑規則（以下簡稱規則）及相關規定辦理；若規則無明文規定者，得先以口頭提出申訴，並於該場比賽結束後 30 分鐘內，向各該競賽種類之裁判長或審判委員提出書面申訴（附件 2）。

二、未依規定時間內提出者，不予受理。書面申訴應由領隊（導師）簽名。爭議判定依該競賽項目規定辦理，前款規則無規定者，由審判委員會判定，並為終決。

壹拾壹、本競賽規程經校慶籌備會審議、陳校長核可後實施，修正時亦同。

新北市林口高中 校慶運動大會 運動員請假申請單

附件 1

班級座號		姓名	
比賽組別		項目	
請假原因			

本人簽名：

導師簽名：

體育組：

*須於賽前提出，不接受賽後提出申請。

新北市林口高中 校慶運動大會 運動員請假申請書

班級座號		姓名	
比賽組別		項目	
請假原因			

本人簽名：

導師簽名：

體育組：

*須於賽前提出，不接受賽後提出申請。

新北市林口高中 校慶運動大會 運動競賽申訴書

附件 2

申訴班級		申訴人	
提出時間	年 月 日 時 分		
申訴內容	發生時間		
	發生地點		
	申訴對象		
	申訴事實		
相關影片			
最後判決			

申訴人簽名：

導師簽名：

裁判委員會：

註：

- 一、申訴事實發生後30分鐘內提出，須自備相關影片佐證。
- 二、有意申訴者，請向體育股長領取申訴書，並向導師說明、簽名提出申請。
- 三、凡未按各項規定辦理之申訴，概不受理。