

臺北市私立靜心高級中學(國中部)
114 學年度七年級班際 600 公尺游泳接力比賽計畫

一、 依據：

114 學年度學務處工作計畫辦理

二、 目的：

- (一) 發展游泳運動，提昇游泳運動之風氣。
- (二) 增進游泳之技巧，培養積極進取之精神。

三、 參賽資格：七年級各班在籍學生皆可參加。

四、 報名名單：115 年 6 月 1 日(星期五)比賽當天交。

五、 報名地點：游泳池陳珣宣組長。

六、 比賽日期：113 年 6 月 1 日 (星期一班會)。

七、 競賽方式：

1. 七年級實際出場比賽人數為男 16、女 8 人 (女生最少需 8 人或以上)
後補男女各 3 人。
2. 各班組別道次:第一水道忠班、第二水道孝班. . . 。
3. 比賽時採用計時決賽。
4. 七年級比賽時，每人游 25 公尺，以同隊 24 人接力(600 公尺接力)成績
計算，成績優者為冠軍，次優者為亞軍。如成績相同者，則名次並列。
5. 接力時前一棒須觸碰池邊，下一棒才能將手離開池邊出發(須在水中預
備)，違者每人加五秒
6. 重複下水者要加秒數 5 秒。

八、 獎懲辦法：

1. 取團體成績前三名頒發獎狀，並依獎勵辦法敘獎以資鼓勵。
2. 無故棄權依校規處置。

九、 本規程由體育衛生組訂定，如有未盡事宜，得由體育衛生組修訂之。

十、 本計畫經學務處期末會議通過，呈校長核可後實施。

游泳比賽報名表

七 年級_____班 導師簽名：_____

比賽棒次女生最少須報名 8 棒或以上

棒次	性別	座號	姓 名	棒次	性別	座號	姓 名
1	女			13			
2	女			14			
3	女			15			
4	女			16			
5	女			17			
6	女			18			
7	女			19			
8	女			20			
9				21			
10				22			
11				23			
12				24			
後補	女			後補			
後補	女			後補			
後補	女			後補			

