

臺北市私立靜心高級中學(國中部)

114 學年度八年級班際 1000 公尺游泳接力比賽競賽規程

一、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。

二、 參賽資格：八年級各班在籍學生皆可參加。

三、 比賽日期：114 年 12 月 03 日(星期三第七節)。

四、 報名表：12 月 03 日比賽當天繳交陳瑋宣組長。

五、競賽方式：

1. 八年級實際出場比賽人數為男 12、女 8 人後補男女各 2 人。
2. 各班組別道次:忠班第一水道、孝班第二水道、仁班第三水道……………。
3. 比賽時採用計時決賽。
4. 八年級比賽時，每人游 50 尺，以同隊 20 接力(1000 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. 接力時前一棒手須觸碰池邊，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. 比賽中 25 公尺返回時，必須手或腳觸碰池邊，才能轉身繼續比賽，違者每人加五秒。
7. 重複下水者要加秒數 10 秒，每人只能重複一次，必須間隔一棒。

六、警告:若有違反運動道德事宜，如罵髒話、挑釁別人、不從裁判指示…等，每警告 1 次加 15 秒，警告 3 次將取消班級比賽資格。

七、獎懲辦法：

1. 依比賽成績錄取前 3 名頒發班級獎狀，並依獎勵辦法敘獎。
2. 前三名班級將代表學校參加臺北市「市長盃」校際游泳大隊接力比賽，如前三名不參加，由四、五、六名班級替補參加比賽。
3. 無故棄權依校規處置。

九、本辦法經行政會議通過後，陳請 校長核可後實施，修正時亦同。

八年級班際 1000 公尺游泳接力比賽報名表

八年級_____班 導師簽名：_____

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