台南市立南寧高中62屆校慶運動會競賽規程暨實施計畫

一、個人賽

1.包含100m、200m、壘球擲遠、跳遠，每人限參加田賽、徑賽各1項，每項最多2人。

2.壘球擲遠、跳遠每人共有3次投擲、起跳機會。

二、接力賽

1.包含400m接力(每人100m)、1200m接力(每人300m)大隊接力(每人150m)三

項，高中2700公尺男生10人女生8人，國中2100公尺大隊接力前6人女生、後

8人男生。大隊接力每班一隊，400m接力每班男女各一隊(體育班女生人數如

不足可聯隊參加)。

2.體育班人數不足可聯隊參加大隊接力，其餘項目均併入高中部賽程。

3.未在接力區完成接棒則每次加5秒。(接力區：定點前後各10m，共20m)

三、個人賽

(國三) 100m先進行預賽，取8名進行決賽。200m、壘球擲遠、跳遠直接進行決賽取6名、高中決賽取3名。

四、大隊接力高中部抽籤分成二組比賽採計時賽，國中部各年級為一組。

五、趣味競賽

國中男生8人、女生6人，高中男女生各8 人。

(一)趕豬回家：以踢靶趕擊橄欖球前進至正前方標誌物，趕球繞過標誌物後

折返回起點，把踢靶及橄欖球交由下一棒接續，國中部1—6棒為女

生，7—14棒為男生。高中部1-8棒為女生，9—16棒為男生。體育班男

女生各派8人參加，女生不足8人可重複下場比賽。計時決賽，每違規一

次（故意揮大棒、踢球、干擾他人或經裁判認定等）加總成績10秒。

(二) 護蛋大作戰：每個人持球拍拍面放一顆球前進，不讓球落地前進，繞過正

前方標誌物後，折返回起點交由下一棒接續直到結束。

計時決賽，每違規一次（故意干擾他人或經裁判認定等）加總成績10秒。

六、報名方式

(一)各班報名單於即日起11月8日中午前，將全部參加競賽運動員及參加

項目經導師確認後，將報名表電子檔傳送至23020-10@nnjh.tn.edu.tw。

將報名表電子檔印出請導師簽名後一份留存一份送至體育組,完成報名程

序。

(二)報名表經註冊後，概不接受增刪更改。

七、未詳列之部分依國際最新田徑規則為準。

八、如對競賽成績有疑問，可至裁判組提出申訴，經裁判組開會決議後公告。