

臺南市 113 年中等學校聯合運動會游泳技術手冊

一、比賽日期：中華民國 112 年 12 月 22 日（星期五）至 12 月 24 日（星期日）。

二、比賽場地：臺南市大成國中游泳池

三、游泳競賽項目：

組別	種類	項目	
高男 國男	游泳	1. 50 公尺自由式	2. 100 公尺自由式
		3. 200 公尺自由式	4. 400 公尺自由式
		5. 800 公尺自由式	6. 1500 公尺自由式
		7. 50 公尺蛙式	8. 100 公尺蛙式
		9. 200 公尺蛙式	10. 50 公尺仰式
		11. 100 公尺仰式	12. 200 公尺仰式
		13. 50 公尺蝶式	14. 100 公尺蝶式
		15. 200 公尺蝶式	16. 200 公尺混合式
		17. 400 公尺混合式	18. 4×100 公尺自由式接力
		19. 4×200 公尺自由式接力	20. 4×100 公尺混合式接力
高女 國女	游泳	1. 50 公尺自由式	2. 100 公尺自由式
		3. 200 公尺自由式	4. 400 公尺自由式
		5. 800 公尺自由式	6. 1500 公尺自由式
		7. 50 公尺蛙式	8. 100 公尺蛙式
		9. 200 公尺蛙式	10. 50 公尺仰式
		11. 100 公尺仰式	12. 200 公尺仰式
		13. 50 公尺蝶式	14. 100 公尺蝶式
		15. 200 公尺蝶式	16. 200 公尺混合式
		17. 400 公尺混合式	18. 4×100 公尺自由式接力
		19. 4×200 公尺自由式接力	20. 4×100 公尺混合式接力

四、預定賽程：112 年 12 月 22 日至 12 月 24 日，每日上午 8 時 20 分點名；8 時 30 分比賽。

1. 賽前熱身練習時間 12 月 21 日下午 2 時至 5 時

12 月 22 日至 12 月 24 日上午 6 時 30 分至 8 時 00 分

2. 每日下午賽程視當日賽事進行公告之（大會廣播）

第一天（12 月 22 日）上午 8 時 20 分點名，8 時 30 分比賽				
日期	場次	組別	項目	賽別
12 月 22 日	1	國中女子組	1500 公尺自由式	決賽
12 月 22 日	2	國中男子組	1500 公尺自由式	決賽
12 月 22 日	3	高中女子組	1500 公尺自由式	決賽
12 月 22 日	4	高中男子組	1500 公尺自由式	決賽
12 月 22 日	5	國中女子組	50 公尺蛙式	預賽

12月22日	6	國中男子組	50公尺蛙式	預賽
12月22日	7	高中女子組	50公尺蛙式	預賽
12月22日	8	高中男子組	50公尺蛙式	預賽
12月22日	9	國中女子組	100公尺自由式	預賽
12月22日	10	國中男子組	100公尺自由式	預賽
12月22日	11	高中女子組	100公尺自由式	預賽
12月22日	12	高中男子組	100公尺自由式	預賽
12月22日	13	國中女子組	100公尺蝶式	預賽
12月22日	14	國中男子組	100公尺蝶式	預賽
12月22日	15	高中女子組	100公尺蝶式	預賽
12月22日	16	高中男子組	100公尺蝶式	預賽
12月22日	17	國中女子組	200公尺仰式	決賽
12月22日	18	國中男子組	200公尺仰式	決賽
12月22日	19	高中女子組	200公尺仰式	決賽
12月22日	20	高中男子組	200公尺仰式	決賽
12月22日	21	國中女子組	400公尺混合式	決賽
12月22日	22	國中男子組	400公尺混合式	決賽
12月22日	23	高中女子組	400公尺混合式	決賽
12月22日	24	高中男子組	400公尺混合式	決賽
12月22日	25	國中女子組	100公尺自由式	決賽
12月22日	26	國中男子組	100公尺自由式	決賽
12月22日	27	高中女子組	100公尺自由式	決賽
12月22日	28	高中男子組	100公尺自由式	決賽
12月22日	29	國中女子組	50公尺蛙式	決賽
12月22日	30	國中男子組	50公尺蛙式	決賽
12月22日	31	高中女子組	50公尺蛙式	決賽
12月22日	32	高中男子組	50公尺蛙式	決賽
12月22日	33	國中女子組	100公尺蝶式	決賽
12月22日	34	國中男子組	100公尺蝶式	決賽
12月22日	35	高中女子組	100公尺蝶式	決賽
12月22日	36	高中男子組	100公尺蝶式	決賽
12月22日	37	國中女子組	4x200公尺自由式接力	決賽
12月22日	38	國中男子組	4x200公尺自由式接力	決賽
12月22日	39	高中女子組	4x200公尺自由式接力	決賽
12月22日	40	高中男子組	4x200公尺自由式接力	決賽
第二天(12月23日)上午8時20分點名,8時30分比賽				
12月23日	41	國中女子組	400公尺自由式	決賽
12月23日	42	國中男子組	400公尺自由式	決賽

12月23日	43	高中女子組	400公尺自由式	決賽
12月23日	44	高中男子組	400公尺自由式	決賽
12月23日	45	國中女子組	50公尺仰式	預賽
12月23日	46	國中男子組	50公尺仰式	預賽
12月23日	47	高中女子組	50公尺仰式	預賽
12月23日	48	高中男子組	50公尺仰式	預賽
12月23日	49	國中女子組	200公尺蝶式	決賽
12月23日	50	國中男子組	200公尺蝶式	決賽
12月23日	51	高中女子組	200公尺蝶式	決賽
12月23日	52	高中男子組	200公尺蝶式	決賽
12月23日	53	國中女子組	100公尺蛙式	預賽
12月23日	54	國中男子組	100公尺蛙式	預賽
12月23日	55	高中女子組	100公尺蛙式	預賽
12月23日	56	高中男子組	100公尺蛙式	預賽
12月23日	57	國中女子組	50公尺自由式	預賽
12月23日	58	國中男子組	50公尺自由式	預賽
12月23日	59	高中女子組	50公尺自由式	預賽
12月23日	60	高中男子組	50公尺自由式	預賽
12月23日	61	國中女子組	100公尺仰式	預賽
12月23日	62	國中男子組	100公尺仰式	預賽
12月23日	63	高中女子組	100公尺仰式	預賽
12月23日	64	高中男子組	100公尺仰式	預賽
12月23日	65	國中女子組	50公尺蝶式	預賽
12月23日	66	國中男子組	50公尺蝶式	預賽
12月23日	67	高中女子組	50公尺蝶式	預賽
12月23日	68	高中男子組	50公尺蝶式	預賽
12月23日	69	國中女子組	100公尺蛙式	決賽
12月23日	70	國中男子組	100公尺蛙式	決賽
12月23日	71	高中女子組	100公尺蛙式	決賽
12月23日	72	高中男子組	100公尺蛙式	決賽
12月23日	73	國中女子組	4x100公尺自由式接力	決賽
12月23日	74	國中男子組	4x100公尺自由式接力	決賽
12月23日	75	高中女子組	4x100公尺自由式接力	決賽
12月23日	76	高中男子組	4x100公尺自由式接力	決賽
第三天(12月24日)上午8時20分點名,8時30分比賽				
12月24日	77	國中女子組	800公尺自由式	決賽
12月24日	78	國中男子組	800公尺自由式	決賽
12月24日	79	高中女子組	800公尺自由式	決賽

12月24日	80	高中男子組	800公尺自由式	決賽
12月24日	81	國中女子組	200公尺混合式	決賽
12月24日	82	國中男子組	200公尺混合式	決賽
12月24日	83	高中女子組	200公尺混合式	決賽
12月24日	84	高中男子組	200公尺混合式	決賽
12月24日	85	國中女子組	50公尺仰式	決賽
12月24日	86	國中男子組	50公尺仰式	決賽
12月24日	87	高中女子組	50公尺仰式	決賽
12月24日	88	高中男子組	50公尺仰式	決賽
12月24日	89	國中女子組	200公尺自由式	決賽
12月24日	90	國中男子組	200公尺自由式	決賽
12月24日	91	高中女子組	200公尺自由式	決賽
12月24日	92	高中男子組	200公尺自由式	決賽
12月24日	93	國中女子組	50公尺蝶式	決賽
12月24日	94	國中男子組	50公尺蝶式	決賽
12月24日	95	高中女子組	50公尺蝶式	決賽
12月24日	96	高中男子組	50公尺蝶式	決賽
12月24日	97	國中女子組	200公尺蛙式	決賽
12月24日	98	國中男子組	200公尺蛙式	決賽
12月24日	99	高中女子組	200公尺蛙式	決賽
12月24日	100	高中男子組	200公尺蛙式	決賽
12月24日	101	國中女子組	100公尺仰式	決賽
12月24日	102	國中男子組	100公尺仰式	決賽
12月24日	103	高中女子組	100公尺仰式	決賽
12月24日	104	高中男子組	100公尺仰式	決賽
12月24日	105	國中女子組	50公尺自由式	決賽
12月24日	106	國中男子組	50公尺自由式	決賽
12月24日	107	高中女子組	50公尺自由式	決賽
12月24日	108	高中男子組	50公尺自由式	決賽
12月24日	109	國中女子組	4x100公尺混合式接力	決賽
12月24日	110	國中男子組	4x100公尺混合式接力	決賽
12月24日	111	高中女子組	4x100公尺混合式接力	決賽
12月24日	112	高中男子組	4x100公尺混合式接力	決賽

五、參賽資格：

(一)依競賽規程第九條規定辦理。

(二)每隊每項以報名3人為限，接力每項以1隊為限。

(三)每1名選手最多註冊參加3項(接力不在此限)。線上報名時務必填寫個人成績，俾

便查對與分組水道。

六、比賽辦法：

(一)比賽規則：依據中華民國游泳協會審訂公告之最新規則。

(二)競賽制度：依據游泳規則、技術手冊、領隊會議之規定辦理。

(三)比賽細則：

1. 為提昇游泳水準選手報名參賽項目不得以其他姿勢代替所報名參賽之項目，如自由式一律以捷泳，蝶式不得用蛙腳，仰式不得用雙手同時划水及蛙腳，如有違規其成績及名次不計。
2. 國、高中 400 公尺自由式，國高中 400 公尺混合式，國女、國男、高女、高男 800 公尺自由式，國女、國男、高女、高男 1500 公尺自由式，如超過比賽預計時間(國、高中女 400 公尺自由式 7:00 分鐘，國、高男 400 公尺自由式 6:45 分鐘為限，國、高中女 400 公尺混合式 7:45 分鐘，國、高男 400 公尺混合式 7:15 分鐘為限，女子組 800 公尺以 13:30 分鐘，男生為 13 分鐘為限，女子組 1500 公尺以 22 分鐘，男子組以 20 分鐘為限)，為不影響賽程之進行，裁判有權終止該選手繼續比賽，其成績及名次不計。

	400公尺自由式	800公尺自由式	1500公尺自由式	400公尺混合式
國中女子組	07:00.00	13:30.00	22:00.00	07:45.00
國中男子組	06:45.00	13:00.00	20:00.00	07:15.00
高中女子組	07:00.00	13:30.00	22:00.00	07:45.00
高中男子組	06:45.00	13:00.00	20:00.00	07:15.00

3. 預定賽程如有更改或人數不足等，於領隊(技術)會議決定之。

4. 本次賽事列為 113 年全國中等學校運動會參賽選拔依據。

5. 各單位填寫接力棒次表請教練或老師親筆填寫，並正確書寫選手證號，以便系統作業。選手或家長填寫大會一律不受理，亦請於當天接力棒次表於下午開賽前繳交，否則視同放棄賽事。

6. 運動員註冊後無故棄權，不得參加棄權後各項比賽。因身體不適或特殊事故無法參加比賽時，須檢具大會請假文件提出書面申請，於檢錄前 30 分鐘，經裁判長核准後，送交檢錄處，完成請假手續。核准請假之運動員，該請假賽次以後之當天各賽程均不得出賽，但次日賽程可再出賽，棄權者另於本次賽會後提報體育局為明年度賽事禁賽之參考。

7. 本次賽事規則將依照中華民國游泳協會即時公佈之最新規則執行；如遇游泳規則修改，應由各單位相關人員自行負責注意最新規則修訂內容。

七、獎勵：

(一)依競賽規程第十條規定辦理。

(二)團體總錦標：設以下各組錦標，錄取名額依競賽規程第十條規定辦理，頒發獎盃。

1. 高中男子組游泳錦標
2. 高中女子組游泳錦標
3. 國中男子組游泳錦標
4. 國中女子組游泳錦標

(三)團體總錦標計分方式如下：依實際報名人數計算，參賽 10 人(組)以上時錄取 8

名，9 人(組)錄取 7 名，8 人(組)取 6 名，7 人(組)取 5 名，6 人(組)取 4 名，5

人(組)取 3 名, 4 人(組)取 2 名, 3 人(組)取 1 名。

1. 錄取 8 名時, 每項按 9、7、6、5、4、3、2、1 計分。

2. 錄取 7 名時, 每項按 8、6、5、4、3、2、1 計分。

3. 錄取 6 名時, 每項按 7、5、4、3、2、1 計分。

4. 錄取 5 名時, 每項按 6、4、3、2、1 計分

5. 錄取 4 名時, 每項按 5、3、2、1 計分。

6. 錄取 3 名時, 每項按 4、2、1 計分

7. 錄取 2 名時, 每項按 3、1 計分。

5. 錄取 1 名時, 每項按 2 計分。

6. 接力賽視同單項計分, 不加倍計分。

7. 累積總分最多之單位為第 1 名, 得分次多之單位, 按所得分數之多寡, 依次列為第 2 名、第 3 名, 依此類推至第 6 名。如遇總分相同時, 以各單位在比賽獲得第 1 名之多寡判定之。如第 1 名數目亦相同時, 則以第 2 名之多寡判定, 依此類推。如仍不能判分時, 其名次並列。

八、會議：

(一)領隊暨技術會議：112 年 12 月 22 日上午 7 時 30 分於游泳池檢錄組召開。

(二)裁判會議：112 年 12 月 22 日上午 8 時 00 分於游泳池檢錄組召開。

九、113 年全國中等學校運動會臺南市代表隊出賽規章

(一)參賽資格：

1. 成績認定之賽會：

(1) 各組團直轄市及縣市政府（以下簡稱各縣市）指定一次賽會做為選拔賽。

(2) 112 年（9 月）全國總統盃季美津濃分齡游泳錦標賽。

(3) 112 年（11 月）全國冬季短水道游泳錦標賽。

(4) 112 年（11 月）全國南區分齡游泳錦標賽。

(5) 113 年（1 月）全國南區分齡游泳錦標賽。

(6) 113 年（3 月）春季短水道分齡游泳錦標賽。

註：上項 1-6 目成績認定以中華民國游泳協會（以下簡稱游泳協會）公布之成績為主，無公布賽次之達標成績者，須取得游泳協會之證明文件。各縣市運動員參加上述賽會達到各組各項參賽標準者，始得正式向大會報名參賽，惟參賽資格各組各項參賽名額以 6 人（隊）為限，各參賽學校每項至多報名 3 人，接力項目各參賽學校以 1 隊為限。

參賽組別 參賽標準 項目	泳池 規 格	高中男生組	高中女生組	國中男生組	國中女生組
50 自由式	50m	26.62	30.50	27.86	30.76
	25m	26.12	30.00	27.36	30.26
100 自由式	50m	58.83	01:05.50	01:01.30	01:06.80
	25m	58.23	01:04.90	01:00.60	01:06.15
200 自由式	50m	02:07.64	02:26.50	02:13.63	02:29.32
	25m	02:06.64	02:25.50	02:12.63	02:28.82
400 自由式	50m	04:32.00	05:07.00	04:44.38	05:09.79
	25m	04:30.00	05:05.00	04:42.38	05:07.79

800 自由式	50m	09:45.00	10:20.00	09:55.00	10:29.00
	25m	09:35.00	10:10.70	09:45.00	10:19.00
1500 自由式	50m	17:58.00	19:00.00	18:48.00	19:20.00
	25m	17:38.00	18:43.00	18:28.00	19:05.00
50 仰式	50m	31.67	36.59	33.07	36.02
	25m	31.17	36.09	32.57	35.52
100 仰式	50m	01:08.43	01:17.00	01:10.74	01:17.62
	25m	01:07.43	01:16.50	01:09.74	01:16.62
200 仰式	50m	02:28.33	02:47.00	02:33.83	02:48.92
	25m	02:26.33	02:45.00	02:31.83	02:46.92
50 蛙式	50m	34.11	40.00	34.73	39.50
	25m	33.61	39.50	34.23	39.00
100 蛙式	50m	01:14.49	01:27.17	01:17.50	01:28.72
	25m	01:13.99	01:26.67	01:16.50	01:27.72
200 蛙式	50m	02:49.36	03:05.00	02:50.52	03:07.00
	25m	02:47.86	03:03.50	02:48.02	03:05.00
50 蝶式	50m	29.40	35.38	30.38	35.98
	25m	28.90	35.08	29.88	35.68
100 蝶式	50m	01:04.60	01:14.50	01:07.83	01:15.50
	25m	01:03.30	01:13.40	01:06.63	01:14.80
200 蝶式	50m	02:24.92	02:45.50	02:33.13	02:52.00
	25m	02:23.02	02:43.00	02:31.03	02:50.00
200 混合式	50m	02:27.00	02:42.00	02:33.96	02:45.00
	25m	02:24.80	02:40.10	02:30.96	02:43.00
400 混合式	50m	05:08.00	05:43.41	05:13.05	05:57.16
	25m	05:01.90	05:38.11	05:07.15	05:51.56

十、以下注意事項及遵守事項

(一)場地開放練習時間 12 月 21 日下午 2 時至 5 時，12 月 22 日至 24 日每日上午 6 時 30 分至 8 時 00 分。

(二)賽事中如有參加資格不符合者，立即取消比賽資格，後續賽事將不得再參賽，已賽完之獎勵也不予計算，獎狀一律繳回。違規者提報體育局及相關單位及本市游泳委員會紀律委員會議處。

(三)本賽事選手應自行至檢錄處報到，現場不再唱名。報到時，各位選手必需攜帶學生證、健保卡或身分證件以供查驗，無法查驗時將不予參賽。

(四)本規程如有未盡事宜，得由主辦單位修訂後宣佈之。

(五)申訴應以書面方式由單位領隊或教練簽名後，並在該項比賽結束後 30 分鐘內附保證金 5,000 元，向大會裁判長正式提出。如對裁判長之裁決有疑義

者，可向技術委員會提出再申訴，並以技術委員會之裁決為最終判決；如技術委員會認為申訴成立則保證金發回；申訴理由不成立時則保證金沒入。

- (六)大會有權合併組別共同競賽，比賽當天如遇天災不可抗拒之情事，依大會公告事項為準。
- (七)第 1 及第 8 水道為跳水衝刺水道，為保護選手安全，主泳池各水道、跳水池及暖身池禁用划手板、蛙鞋練習。且各隊練習時禁止使用哨子及電子哨，場內濕滑禁止奔跑，請遵守規定並注意安全。如規勸後仍不遵守將取消該名選手參賽資格。
- (八)凡參賽之隊職員、選手或家長有違反運動精神、辱罵毆打裁判、未遵守賽場內指示致妨礙或延誤比賽進行、未依照程序提出申訴者，大會得由裁判長給予選手警告，警告後仍未從者，得由裁判長取消選手該項目之比賽，並呈請技術委員會議決終止其後之所有參賽項目；賽後另行提報本市體育總會游泳紀律委員會議處後，呈請體育局執行。
- (九)本規程如有未盡事宜，得於領隊會議修定，並在賽事大會中公告之。各單位未按時參與領隊會議者，不得於比賽現場提出不知情領隊會議決議事項之申訴。
- (十)本競賽泳池水深不足，如不熟悉跳水技術可於水中出發；倘選拔為 113 年全國中等學校運動會本市代表隊之選手，須符合游泳規則以岸上出發。
- (十一)依個人資料保護法，所有註冊及報名資料僅供體育局及游泳委員會舉辦賽事使用，不另作其他用途。
- (十二)競賽場區只允許參賽選手及裁判工作人員進入，家長及帶隊教練必須於賽場外觀看，配合裁判執法工作，違反者依照第(八)點處理。