

臺北市立麗山高級中學 115 學年度校慶運動會(田徑)競賽規程

- 一、主 旨：為提倡本校運動風氣，增進學生身心健康，奠定運動能力基礎，特舉辦此活動。
- 二、主辦單位：學務處
- 三、承辦單位：體育組
- 四、比賽日期：(一) 個人賽 – 115 年 11 月 6 日(星期五)
(二) 大隊接力 – 115 年 11 月 7 日(星期六)
- 五、比賽地點：本校操場 (遇雨取消，不予重賽)
- 六、參加資格：本校全校同學
- 七、比賽分組：男子個人 (不分年級)、女子個人 (不分年級)、大隊接力
- 八、比賽項目：
 - (一) 男子個人：100 公尺、200 公尺、400 公尺、800 公尺、1500 公尺、跳遠、4x100 公尺接力
 - (二) 女子個人：100 公尺、200 公尺、400 公尺、800 公尺、跳遠、4x100 公尺接力
 - (三) 大隊接力：16x 100 公尺接力

說明：每班推派女生 6 人、男生 10 人
前 6 棒次為女生，後 10 棒次為男生
起跑採用 400 公尺前伸數，第 5 棒過終點線後得搶跑道
若班級內某性別人數不足，可向同年級班級借將，或由班上同性別同學 (女生可跑男生棒次) 重複跑，但棒次安排不得連續
- 九、比賽獎勵：
 - (一) 個人項目皆採計時決賽，取該項目報名人數之二分之一 (至多六名) 頒發獎狀。
 - (二) 跳遠項目每人得試跳三次，以其中最遠距離計算成績，取該項目報名人數之二分之一 (至多六名) 頒發獎狀。
 - (三) 大隊接力採計時決賽，取該年級前三名頒發錦旗。
- 十、運動員報名及其他規定：
 - (一) 比賽採自由報名參加，每班每個單項以報名男、女各 2 人參加為原則。
 - (二) 因比賽皆採計時決賽，故除接力項目外，同 1 人以報名 1 項為原則；例如同一人可同時報名 100 公尺和 4x100 公尺接力，但避免同時報名 100 公尺和跳遠。
 - (三) 4x100 公尺接力得報名六人，檢錄時擇四人下場參加比賽 (獎狀依實際參賽名單發給)。
 - (四) 請於報名時間截止前，至指定網頁 (<https://tally.so/r/xX8K4o>) 填寫報名資料，並將導師簽章後的紙本報名表繳交至學務處體育組，始完成報

名手續。

(五) 報名時間自公告日起至 **10 月 23 日 (星期五)** 下午 **13 時止**，逾期末報名或因字跡不工整，而影響權益時後果自行負責。

(六) 報名後不得任意更改，競賽組別及道次預計於 10 月 27 日 (星期二) 放學前公佈於學校網頁 (道次編配依據道次編配順序表，各班分配順位請參考下方附表)。

(七) 請密切注意各項預賽之時間，並提前到場檢錄，三次點名不到者，以棄權論 (預定賽程表時間僅供參考，實際時間以當天現場情形為準)。

(八) 比賽時一律穿著整齊的學校運動服裝及運動鞋，不得穿著釘鞋或赤足。

(九) 報名人數未達 6 人項目，則視情況併項或與報名參賽人員討論後取消。

十一、 本競賽規程經體育委員會會議通過，陳校長核示後實施。



線上報名連結

附表、道次編配順序

班級	分配順位	班級	分配順位	班級	分配順位
101	4	201	10	301	15
102	31	202	28	302	22
103	33	203	27	303	25
104	24	204	9	304	19
105	12	205	26	305	17
106	3	206	11	306	20
107	7	207	30	307	1
108	2	208	16	308	8
109	18	209	29	309	6
110	23	210	5	310	13
111	14	211	32	311	21

說明：

以上分配順位由 EXCEL 軟體亂數產生，以作為運動會道次編配的依據。

舉例來說，如果報名選手分別為 A (101)、B (202)、C (303) 三位同學，那麼道次安排會按照其班級的分配順位，自最內側跑道開始排序，所以會是第一道-A、第二道-C 跟第三道-B；以此類推。

臺北市立麗山高級中學 115 學年度校慶運動會(田徑)賽程表

比賽預定賽程表

(本表時間僅供參考，實際時間以當天現場情形為準)

11 月 6 日 (星期五)

當日慶祝大會預演結束後開始依序檢錄；請提前 15 分鐘到場檢錄，
各項目檢錄時間以檢錄處現場廣播公告為準 (以下時間僅供參考)，
請參賽同學自行注意。無故未到者以棄權論，並追究後續責任。

1. 女子組跳遠決賽	14:00
2. 女子組 100 公尺計時決賽	14:00
3. 男子組 100 公尺計時決賽	14:05
4. 女子組 200 公尺計時決賽	14:10
5. 男子組 200 公尺計時決賽	14:15
6. 女子組 400 公尺計時決賽	14:20
7. 男子組 400 公尺計時決賽	14:30
8. 男子組跳遠決賽	14:40
9. 女子組 800 公尺計時決賽	14:40
10. 男子組 800 公尺計時決賽	14:50
11. 男子組 1500 公尺計時決賽	15:00
12. 女生組 4x100 公尺接力計時決賽	15:20
13. 男生組 4x100 公尺接力計時決賽	15:30

11 月 7 日 (星期六)

上午 07：50 開始檢錄，請各班康樂/體育股長協助集合同學，並帶往檢錄處

1. 高一混合組 16x100 公尺接力決賽	08:00
2. 高二混合組 16x100 公尺接力決賽	08:20
3. 高三混合組 16x100 公尺接力決賽	08:40

備註：

1. 個人項目檢錄處及醫護站位於體育館桌球室出口處。
2. 大隊接力檢錄處在 100 公尺終點處。
3. 請自備水壺並穿著本校運動服及運動鞋 (不得穿著釘鞋或赤足)。

臺北市立麗山高級中學 115 學年度校慶運動會(田徑)報名表

班級：_____

導師：_____

男子組				
項目	座號	姓名	座號	姓名
100 公尺				
200 公尺				
400 公尺				
800 公尺				
1500 公尺				
跳遠				
4x100 公尺接力				
女子組				
項目	座號	姓名	座號	姓名
100 公尺				
200 公尺				
400 公尺				
800 公尺				
跳遠				
4x100 公尺接力				

負責同學簽名：_____

導師簽名：_____

請於 10 月 23 日 (星期五) 中午 12 時前，至指定網頁填寫報名資料，
並將導師簽章後的紙本報名表繳交至學務處體育組，始完成報名手續。