

新竹市東區東門國民小學 129 週年校慶運動會

1600 公尺大隊接力競賽規程 1151012 公告

一、比賽宗旨：提倡校園運動風氣，建立持續運動習慣，促進身心健康，培養團隊合作的精神。

二、比賽日期：

(一) 六年級組預賽：115 年 11 月 10 日 (二) 第五節，下午 13：30 集合點名，13：40 開賽。

(二) 四年級組預賽：115 年 11 月 10 日 (二) 第六節，下午 14：20 集合點名，14：30 開賽。

(三) 五年級組預賽：115 年 11 月 10 日 (二) 第七節，下午 15：10 集合點名，15：20 開賽。

(四) 兩備時間：延後一週同一時間。

(五) 決賽時間：115 年 11 月 21 日 (六) 校慶運動會當天。

【取預賽成績 (5、6 年級) 前六名；(4 年級) 前四名之班級進入決賽】

(六) 全市普及化大隊接力比賽：115 年 12 月 11 日 (五)。【六年級組決賽第一名班級代表參賽】

★參賽班級請務必於點名前自行操作熱身完畢★

三、比賽地點：本校操場。

四、比賽規則：(詳如附件)

(一) 下場比賽人數為 16 人，男女生各 8 人，每棒次跑 100 公尺。

(二) 棒次安排：男女混合競賽隊伍，女生須先完成前 8 棒，男生後 8 棒。

(三) 比賽時一律不能穿釘鞋 (含足、棒球鞋) 下場比賽，一律穿著平底運動鞋出賽 (已卸除鞋釘之釘鞋亦不得穿著)；同時亦不得赤足出賽。

(四) 採用「教育部 114 學年度第十七屆中小學學生普及化運動大隊接力比賽規則」為輔。

五、組別及道次抽籤時間：115 年 10 月 13 日 (二) 早自習 08：10 於學務處旁川廊集合，每班請派一位代表公開抽籤，未到者由體育組代抽。

第一組

道次	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道	第六道
號碼衣	紅	橘	綠	藍	紫	
六年級組					X	
五年級組						
四年級組					X	

第二組

道次	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道	第六道
號碼衣	粉	灰	綠	藍	白	
六年級組					X	
五年級組						
四年級組					X	

第三組

道次	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道	第六道
號碼衣	紅	橘	綠	藍		
六年級組				X		
五年級組	X	X	X	X		
四年級組	X	X	X	X		

六、獎勵：依據 129 週年校慶運動會實施計畫之獎勵辦法辦理。

七、本規程如有未盡事宜，得由主辦單位 (學務處) 修正後公布之。

八、本規程呈主管單位核可後實施，修正時亦同。



新竹市東區東門國民小學 129 週年校慶運動會

1600 公尺大隊接力比賽規定細則 (4x100 公尺接力亦使用此規則)

1. 所謂「大隊接力賽跑」，意指接力比賽，16 人 x100 公尺，男女生各 8 人，每人跑 100 公尺，女生須先完成前 8 棒次，9~16 棒次始可安排男生。
2. 接力區為 20 公尺。只有在接力區內，才能進行起跑、助跑、接力棒傳接 (超出接力區，則每次加總時間 5 秒)。每一接力區的起跑準備位置，為接力區入口線後。
3. 在 200 公尺跑道進行之比賽，**第一棒**必須是分道比賽 (選手在彎道跑道時，若踩線，則每次加總時間 5 秒)，**第二棒**選手通過在彎道轉直道搶道線後即可不再分道，過早搶道視同犯規每次加總時間 5 秒。分道比賽時，選手可以在自己的跑道上標示記號，如使用自粘膠帶，最大面積為 5 公分*40 公分，而且色彩不可混淆跑道上其他永久記號。不分道比賽時，不可在跑道上標示記號。
4. **第三棒之接棒選手順序，應在該接力區裁判指揮下，依檢錄單上之順序排列，第四棒(含)以後之接棒順序，則依前一棒跑出接力區之先後順序，由內到外排列接棒順序。接棒選手不可改變在接力區起點處原來排列的順序，(違反此規定每隊加總時間 5 秒)。**
5. 在整個比賽過程中，接力棒必須拿在手上。若掉棒時，必須由掉棒者拾回。掉棒選手可以離開自己的跑道去拾棒，但不可由此而減少應跑距離，也不可因此而妨礙其他跑道選手，(違反此規定每隊加總時間 5 秒)。
6. 接力棒的傳接，**開始於**接力棒傳交於次一接棒者手中為完成。選手不可穿戴手套或在手中放置物質，已獲得較佳接棒抓力。在接力區內的判定是根據接力棒的位置，而不是根據選手的身體位置。如在接力區外傳接棒，(違反此規定每隊加總時間 5 秒)。
7. 選手在接棒之前和傳棒之後，應留在各自跑道或接力區內，直到跑道通暢，以免阻擋其他選手。若離開自己的位置或跑道，以致妨礙他隊選手進行比賽時，**每隊加總時間 5 秒**。
8. 每一棒選手傳完棒離開跑道後，應前往該接力區之等待範圍蹲 (坐) 下等候賽事結束，歸還號碼衣後統一離場，以免造成危險及妨礙裁判判決，(違反此規定每隊加總時間 5 秒)。
9. 用手推動或用其他方法 (如場外陪跑) 來協助選手者，**該隊將會被取消資格。**
10. **違反運動道德者，該選手將送裁判會議討論，最重可取消資格。**
11. 起跑犯規第一次口頭警告，第二次以後犯規則**每隊每次加總時間 5 秒**。

* **全市大隊接力比賽領隊會議**中特別對於規則第七條提出疑慮，大會解釋若班級被其他班級違規擋住，違規班級成績加總 5 秒，被擋住之班級只能自認倒楣，並無減秒的規定。煩請體育老師及導師務必告知學生，以免造成孩子與家長不必要的紛爭。



大隊接力比賽規定細則之簡易版(亦可稱為懶人包)如下表

編號	懶人包簡易說明
1	第一棒要分道跑，不可跑到其他跑道，也不可踩線。
2	第二棒也要分道跑，第二棒過彎到了搶道線之後，才可以不分道。 但是第三棒依照抽籤道次排序，排好之後就不能任意換位了。
3	第二棒傳接給第三棒之後，第三棒比較適合切進內道。
4	第四棒之後的棒次一定要按照領先順序做排序。 亦即，看第三棒領先的位置排第四棒。 看第四棒領先的位置排第五棒。 裁判排定順序後就不可任意換位，因為突然恣意換位會造成選手的危險。 (請參見大隊接力規定細則第四條條文)

*以上簡易表格提供老師及家長參考，然而最精準的大隊接力比賽規定細則，仍需以前一頁所載之詳細規則內文為準則，請老師及家長自行詳加閱讀。

