

新北市立鶯歌國民中學「鶯躍 80，智創未來」

80 週年校慶班際大隊接力競賽辦法

一、目的：為慶祝本校 80 週年校慶暨推展班際團結運動，帶動校內青少年正當運動習慣之風氣，特舉辦此比賽。

二、參加對象：七、八、九年級同學。

三、比賽項目：1600 公尺大隊接力。

四、比賽日期：

(一)預賽:115 年 10 月 23 日(星期五)八、九年級大隊接力

115 年 10 月 30 日(星期五)七年級大隊接力

(二)決賽:115 年 11 月 14 日(星期六)七、八、九年級 1600 公尺大隊接力計時決賽。

五、報名辦法：

(一)報名日期：即日起由各班填寫報名表（各班自行影印乙份留存）並於 9 月 23 日(星期三)

12:20 止完成線上報名，紙本報名表經體育股長及導師簽名後送交體育組備查。

(二)抽籤日期：9 月 24 日（星期四）中午 12：20，未到者由體育組代抽不得異議。

六、競賽規定：

(一)各年級預賽分為三組，計時擇優取八名晉級決賽。校慶當天各年級採計時決賽排名。

(二)以班級為單位，參賽人數男生 8 名、女生 8 名，於報名表依序填寫棒次，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，如班級人員編制單一性別人數不足 8 名者，不足人數可由該班同一性別同學替補為第 8 名選手，替補以一次為限。

(三)參加大隊接力賽跑的選手服裝，請各選手按照棒次穿上指定顏色背心，並依規定範圍內完成傳接棒。全隊的樣式、顏色必須一致，褲子穿著應以學校短褲為限(內搭緊身長褲不受此限制)。違犯者，如未能於最後一次檢錄前改善，不准出場比賽。跑鞋一律為平底運動鞋、不得穿釘鞋。並且不可赤足參加比賽。

(四)接力區為 20 公尺，選手必須在接力區內完成傳接棒。每一接力區的起跑準備位置，為接力區入口線後。

(五)在 200 公尺跑道進行之比賽，前二棒必須是分道比賽（選手在彎道跑道時，若踩內線，則每次加總時間 3 秒），第三棒選手通過終點線後始可搶跑道。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。

(六)接力棒之傳接須一律採「左手接、右手傳」方式進行；凡未依「左接右傳」方式完成傳接棒者，均列為違規（違反此規定每次加總時間 3 秒）。

(七)第四棒之接棒選手順序，應在該接力區裁判指揮下，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。

(八)在整個比賽過程中，接力棒必須拿在手上。若未完成接棒程序掉棒時，必須由傳棒者拾回。掉棒選手可以離開自己的跑道去拾棒，但不可因此而減少應跑距離及妨礙其他跑道選手（違反此規定每隊加總時間 3 秒）。

(九)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即為犯規（違反此規定每隊加總時間 3 秒）。

(十)選手在接棒之前，應留在各自跑道或接力區內，傳完棒的同學如明顯阻擋並影響到他人行進者為犯規（違反此規定每隊加總時間 3 秒）。

(十一)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。

(十二)違反運動道德者，該隊則取消資格。

七、獎勵辦法：各年級取前六名敘獎，前四名頒發錦旗乙面及獎狀乙祯，五至六名各頒發獎狀乙祯，並依本校學生獎懲辦法予以敘獎。依本校便服管理辦法辦理前三名班級登記1點，以茲鼓勵。

八、附則：

(一)身體如有疾病，不適合參加劇烈運動之同學不得報名參加比賽，避免發生意外。

(二)比賽開始點名後，未到達接受點名者一律以棄權論。

(三)比賽期間，因雨或其他因素需暫停時，由體育組公告，另行通知比賽時間。

(四)本辦法如未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂公佈之。

(五)本辦法經體育發展委員會通過後公佈實施，修正時亦同。

新北市立鶯歌國民中學「鶯躍 80，智創未來」

80 週年校慶班際游泳接力競賽辦法

- 一、宗旨：推行全民體育，增進國民身心健康，培養奮鬥進取的精神。推展游泳運動，提升學生游泳能力，並增進各班級間之情誼。
- 二、主辦單位：鶯歌國中學務處體育組
- 三、協辦單位：頂尖運動行銷股份有限公司
- 四、參加對象：本校八、九年級學生。
- 五、比賽項目：250M 接力賽(5 女 5 男)
- 六、比賽地點：本校游泳池
- 七、比賽日期：10/2(五)(5)九年級游泳競賽、(6)八年級游泳競賽
- 八、報名辦法：即日起由各班填寫報名表（各班自行影印乙份留存）並於 9 月 23 日（星期三）前完成線上報名，紙本報名表單經體育股長及導師簽名後送交體育組備查。
- 九、競賽規定：
 - (一)接力項目每班應報名一隊，採分組計時決賽。
 - (二)250 公尺自由式接力賽（25M×10），每隊十人限同班級同學，女生為前五棒，男生為後五棒。（自由式：捷、仰、蛙、蝶式，任選一式進行競賽，即所謂自由式）
 - (三)每人 25 公尺，姿勢不拘，比賽時可利用浮板當輔具，可站立於地面，但不得拉水道繩前進，若有違規者於總成績加 3 秒，以此類推。
 - (四)本次比賽禁止跳水、採水中出發，出發時需以任一手碰觸池壁。待隊友游完 25M 時，以任一手碰觸池壁後，下一名選手始可離手出發，若有違規者於總成績加 3 秒，以此類推。
 - (五)在抵達終點時，選手需以任一手碰觸池壁始完成比賽。
 - (六)最後一位選手須配戴大會所發泳帽，以作為棒次區隔。
- 十、獎勵：各年級取前六名，前四名頒發錦旗乙面及獎狀乙祯，五至六名各頒發獎狀乙祯，並依本校學生獎懲辦法予以敘獎。依本校便服管理辦法前三名班級登記一點，以茲鼓勵。
- 十一、比賽規則：採用中華民國游泳協會審定之游泳規則。
- 十二、附註：
 - (一)患有心臟病及其他不適於游泳症狀或疾病者請勿報名參加。
 - (二)比賽開始點名後，未到達接受點名者一律以棄權論。
 - (三)比賽期間，因其他因素需暫停時，由體育組公告，另行通知比賽時間。
 - (四)本辦法如未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂公佈之。
- 十三、本辦法經體育發展委員會通過後公佈實施，修正時亦同。

新北市立鶯歌國民中學「鶯躍 80，智創未來」

80 週年校慶田徑競賽辦法

一、宗旨：落實學校體育教學活動，發展班際體育競賽，培養學生運動興趣及增進學生體適能，帶動校園運動風氣，培養終生運動習慣。

二、主辦單位：學務處體育組。

三、參加對象：本校七、八、九年級學生。

四、比賽日期：

(一)10/23(五)第三節-九年級田徑個人競賽(女男 100M、女鉛球)

第四節-七年級田徑個人競賽(女男 100M、女鉛球)

第六節-七年級田徑個人競賽(女男 400M、男鉛球)

(二)10/30(五)第三節-八年級田徑個人競賽(女男 100M、女鉛球)

第四節-九年級田徑個人競賽(女男 800M、男鉛球)

第六節-八年級田徑個人競賽(女男 800M、男鉛球)

五、比賽地點：本校外操場。

六、比賽項目：

(一)七年級項目：

1. 女生組 100 公尺 2. 男生組 100 公尺 3. 女生組 400 公尺 4. 男生組 400 公尺 5. 女子鉛球
6. 男子鉛球

(二)八、九年項目：

1. 女生組 100 公尺 2. 男生組 100 公尺 3. 女生組 800 公尺 4. 男生組 800 公尺 5. 女子鉛球
6. 男子鉛球

七、比賽制度：100、400、800、鉛球四項直接決賽，組別、道次及順序均由體育組隨機編排之。

八、報名辦法：

(一)七年級 100 公尺、400 公尺、鉛球，每班男、女單一項目最少各報 1 人，最多各報 2 人，每人限報 1 項參賽。

(二)八、九年級 100 公尺、800 公尺、鉛球，每班男、女單一項目最少各報 1 人，最多各報 2 人，每人限報 1 項參賽。

(三)即日起由各班填寫報名表(各班自行影印乙份留存)並於 9 月 23 日(星期三)12:20 止完成線上報名，紙本報名表單經體育股長及導師簽名後送交體育組備查。

九、競賽規定：

(一)檢錄時，若唱名 3 次未到，則以棄權論。

(二)100M、400M 參賽選手一律採蹲踞式起跑(無起跑架)，800M 參賽選手採站立式起跑，皆不得穿著釘鞋。

(三)該組第一次起跑犯規予以警告；同組任一選手再次起跑犯規者，取消其比賽資格。

(四)100 公尺選手全程不得搶跑道，400 公尺參賽選手出發不得搶跑道，通過角錐才可搶跑道

(五)800 公尺由起跑點彎道弧線出發，出發後始可搶跑道。

(六)鉛球比賽應用單手將鉛球從肩部推出。當運動員進入圈內開始試擲時，鉛球應貼著或靠近頸部或下顎，在推球過程中手部不得降到此部位以下，不得將鉛球置於肩軸線後方。離開時應於投擲圈的後半圓離開。

(七)所有個人競賽一人只允許參加一個項目。

(八)比賽時均需穿著運動服裝及運動鞋，均繫好鞋帶方能下場比賽。

(九)比賽成績皆在統一彙整由裁判老師簽名後，公佈於學務處體育組公佈欄。

十、獎勵：各項比賽前三名之選手，由大會頒發金、銀、銅獎牌、獎狀，四至八名頒發獎狀，依本校學生獎懲規定辦理敘獎。

十一、本比賽之規則參考中華民國田徑協會最新公佈之規則。

十二、本辦法如未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂公佈之。

十三、本辦法經體育發展委員會通過後公佈實施，修正時亦同。

班級：_____年_____班 導師簽章：_____

新北市立鶯歌國民中學 80 週年校慶班際大隊接力賽報名表

棒次	1 女	2 女	3 女	4 女	5 女	6 女
姓名						
棒次	7 女	8 女	預備 1 女	預備 2 女	預備 3 女	預備 4 女
姓名						
棒次	9 男	10 男	11 男	12 男	13 男	14 男
姓名						
棒次	15 男	16 男	預備 1 男	預備 2 男	預備 3 男	預備 4 男
姓名						

新北市立鶯歌國民中學 80 週年校慶個人競賽報名表

比賽項目	姓 名	姓 名	比賽項目	姓 名	姓 名
100 公尺(女)			100 公尺(男)		
400 公尺(女)	七年級	七年級	400 公尺(男)	七年級	七年級
800 公尺(女)	八、九年級	八、九年級	800 公尺(男)	八、九年級	八、九年級
鉛球(女)			鉛球(男)		

新北市立鶯歌國民中學 80 週年校慶班際游泳競賽報名表

棒次	1 女	2 女	3 女	4 女	5 女	預備 1 女	預備 2 女	預備 3 女
姓名								
棒次	6 男	7 男	8 男	9 男	10 男	預備 1 男	預備 2 男	預備 3 男
姓名								

報名窗口資料存放於:校網首頁>運動專區。各項競賽請由線上表單完成線上報名。報名完成後，將此張報名表交由導師簽名確認後繳回體育組存查。

鶯歌國中校慶運動會最佳成績紀錄(106 年開始)

100M				
年級	班級	姓名	成績	週年/年
七 女生	706	陳翊鍵	13" 90	78/113
八 女生	814	翁立翎	14" 30	78/113
九 女生	916	伍喜恩	14" 81	79/114
七 男生	715	陳康豪	13" 32	74/109
八 男生	819	潘宥昕	12" 74	79/114
九 男生	915	葉士霆	12" 72	79/114
400M				
年級	班級	姓名	成績	週年/年
七 女生	714	翁立翎	1' 14" 92	77/112
七 男生	703	王宇皓	1' 05" 78	79/114
800M				
年級	班級	姓名	成績	週年/年
八 女生	814	劉宇珊	2' 51" 94	71/106
九 女生	916	郭小媛	2' 49" 94	79/114
八 男生	819	江祖恩	2' 22" 00	73/108
九 男生	913	林庭淵	2' 22" 05	74/109
鉛球				
項目	班級	姓名	成績	週年/年
七 女生	715	張潑珊	7.56M	73/108
八 女生	820	古知頤	9.20M	71/106
九 女生	920	古知頤	9.31M	72/107
七 男生	711	邱志豪	9.54M	72/107
八 男生	811	邱志豪	9.87M	73/108
九 男生	916	李宸漾	10.07M	78/113

鶯歌國中校慶運動會最佳成績紀錄(106 年開始)

大隊接力 (16 人)	719(體)	4 ' 00" 24	71/106	導師 朱文夔
	714	4 ' 06" 43	77/112	導師 王凱萱
	820(體)	3 ' 50" 13	74/109	導師 朱念伶
	813	3 ' 58" 53	71/106	導師 胡芷寧
	919(體)	3 ' 55" 03	73/108	導師 朱文夔
	902	3 ' 51" 21	74/109	導師 沈容辰
游泳接力 (10 人)	808	4 ' 17" 73	72/107	導師 盧宣勳
	909	3 ' 37" 13	71/106	導師 王富永