

臺北市立南湖高中 112 學年度水上運動會競賽規程

一、主 旨：推展全校游泳運動風氣，提昇學生游泳能力，培養團體合作精神。

二、主辦單位：本校學務處體育組。

三、比賽日期：113 年 5 月 24 日(星期五)下午 16:30~18:00

四、比賽地點：本校游泳池。

五、競賽分組：年級混合(分男生組、女生組)

六、比賽項目：

(一) 50 公尺自由泳、50 公尺蛙泳。

(二) 道次公告時間 113 年 05 月 22 日(星期三)下午 4 時前於學校網站最新消息。

七、參加資格：凡就讀本校高一、高二學生，以就讀班級組隊採自由報名參加。

八、報 名：(一) 日期：自即日起至 113 年 5 月 17 日(星期五)下午 4 時截止。

(二) 地點：本校學務處體育組。

(三) 手續：繳交報名表，表上各欄應詳加填寫。

(四) 報名：每人限報一項。

九、競賽制度：計時決賽，依參賽人數錄取名次(參賽 8 名內取前 3 名、9~12 名取前 4 名、13~15 名取前 6 名、16 名以上取前 8 名)。

十、競賽規則：(一) 50 公尺自由泳、50 公尺蛙泳：

1. 鳴槍出發踩蹬牆不跳水。

2. 參加 50 公尺自由泳，至 25 公尺可採翻轉觸牆或單手觸牆轉身。

3. 參加 50 公尺蛙泳，至 25 公尺需採雙手觸牆轉身。

4. 參賽者必須游在自己水道內，自由泳進終點處需單手處牆、蛙泳進終點處需雙手處牆，違者得取消資格。

(二) 除以上規則外，參考中華民國游泳協會審定之最新游泳規則並以大會競賽委員會之判決為最終判決。

十一、獎 勵：(一) 依參賽人數錄取名次並頒發獎狀以資鼓勵。。

十二、附 則：(一) 身體不適宜從事較劇烈運動者(例如：患有痼疾、心臟病、氣喘癲癇、皮膚病等)請勿參加。

(二) 報名參加班級不得隨意棄權，比賽當天如遇身體不適，得向大會請假辦理，不可逞強參加比賽。

(三) 參賽人員上體育課時應加強體能訓練，放學後游泳池開放時間亦可供同學練習，場上有救生員巡場注意同學安全。

(四) 各班參賽人員最遲應於比賽開始 10 分鐘前著游泳裝完畢，出場參加檢錄。

十三、本規程陳校長核可後實施，修正亦同。

臺北市立南湖高中 112 學年度水上運動會競賽報名表

班級：

體育股長：

順序	座號	姓名	參賽項目
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

體育教師：

導師：