

輔仁中學 106 學年度班際游泳接力比賽辦法

一、宗旨：為提高本校學生游泳技術及促進同學間之團隊精神及友誼。

二、日期：106 年 7 月 31 日~8 月 7 日。

三、地點：本校游泳池。

四、組別：

(一)團體賽：同年段各班為一組，共六組。

(二)個人賽：

1. 自由式男子 100 公尺、自由式女子 50 公尺。

2. 仰式男子 50 公尺、仰式女子 50 公尺。

3. 蛙式男子 50 公尺、蛙式女子 50 公尺。

五、比賽辦法：

(一)團體賽：採任意泳姿（不會游的可持浮板漂浮打水），用接力方式（以觸壁為接棒方式），每人游 21 公尺。

(二)個人賽：各班每項男女最多推派 3 人，個人最多報 2 項，報名達 2 班 3 人成賽。

六、比賽時間：

(一)團體賽：

高二:7/31 第七節 15:20	高一:8/2 第七節 15:20	
國二:8/03 第七節 15:20	國三:8/4 第七節 15:20	國一:8/7 第七節 15:20

(二)個人賽：

國二:7/31 早自修 7:35	國三:8/1 早自修 7:35	國一:8/2 早自修 7:35
高二:8/03 早自修 7:35	高一:8/7 早自修 7:35	

七、比賽人數：

(一)團體賽：

1. 高二組，每班 30 人，女生至少 08 人，預備選手 4 人，共 34 人。

2. 高一組，每班 25 人，女生至少 06 人，預備選手 4 人，共 29 人。

3. 國三組，每班 30 人，女生至少 11 人，預備選手 4 人，共 34 人。

4. 國二組，每班 30 人，女生至少 10 人，預備選手 4 人，共 34 人。

5. 國一組，每班 30 人，女生至少 10 人，預備選手 4 人，共 34 人。

(二)個人賽：各班每項男女最多推派 3 人，每班男女最多共 18 人。

八、報名方式：填寫報名表後，於 7 月 27 日（四）12：30 以前送至學務處體衛組。

九、獎勵：

(一)團體、個人賽各年級取前三名。

(二)團體得獎班級各頒發錦旗乙面，個人得獎頒發獎狀及酌以行政獎勵。

十、本辦法經校長核示後實施，未盡事宜，得隨時修正公佈之。

輔仁中學 106 學年度班際游泳接力比賽規則

- 一、比賽過程中，半途腳可著地休息但不可行走，若走超過三步以上加時 10 秒。
- 二、比賽時女生安排在前方棒次，男生在後方棒次。
- 三、泳技不佳的選手，可以選擇持浮板漂浮打水前進，但仍不可以行走方式進行。
- 四、為鼓勵多數同學參加，比賽選手不可重複，若重複者，每一位加時 10 秒。
- 五、以男選手代替女選手參賽，每一位加時 10 秒，女選手(不重複)代替男選手不加秒。
- 六、接力方式以觸壁方式進行，若違例將加時處罰，一公尺內加時 10 秒，超過一公尺以上加時 30 秒。