

## 臺北市立萬芳高級中學

### 113 學年度第 2 學期【高一、高二】水上運動會實施計畫

一、宗旨：鍛鍊強健體魄，發揚團隊精神。

二、比賽日期：114 年 05 月 14 日（三）至 05 月 16 日（五）

個人賽中午 12：10-13：00 團體趣味競賽下午 16：10-18：00。

三、比賽地點：游泳池。

四、參加對象：本校高中部一、二年級男女生。

五、參加辦法：

（一）報名日期：即日起至 05 月 02 日（五）下午 5 時止。

（二）各班填妥報名表後請導師簽章，甲聯班級自存，乙聯送交體育組。

六、比賽分組：分高男組、高女組。

七、比賽項目：

（一）個人賽(每個人個人賽限報兩項)

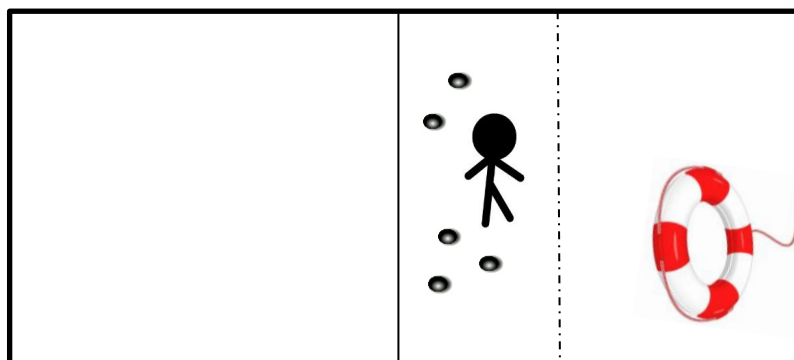
1. 25 公尺：1. 捷式 2. 蛙式 3. 仰式 4. 蝶式。

2. 50 公尺：1. 捷式 2. 蛙式。

（二）接力賽及趣味競賽（至少報名一項）

1. 200 公尺男女混合自由式接力（男生 4 人、女生 4 人，每人游 25 公尺）。

2. 拋圈拾物接力（計時賽，分男子組、女子組，每組各 5 人，第一棒岸邊出發下水，找尋正確救溺五步驟的棋子，各棒需按照正確救溺五步驟順序拿棋子，找到後出水面於拋圈範圍，由第二棒拋救生圈至第一棒的位置將第一棒拉回，確定棋子為正確順序，下一棒再出發，時間最快完成的獲勝。）



#### 八、報名方式：

- (一) 各班康樂股長及班長自行選拔組隊參加。報名表共兩聯，填妥後，甲聯班級自存乙聯送交體育組。
- (二) 每一單項男、女生最多 2 人參加（男 2 人、女 2 人）。每人最多報名參加 2 項（不含接力及趣味競賽項目）。

#### 九、比賽規則：

- (一) 所有比賽皆不得跳水。
- (二) 採用中華民國游泳協會公佈之最新規則。
- (三) 接力賽，犯規一次則加 5 秒。例如未游完全程、在池底走等。
- (四) 接力賽交接棒時，由裁判員按住出發選手右手，等另一選手抵達後以手觸牆，裁判員即放開手後完成交棒使得出發，如未交接成功者而出發者，則喪失參賽資格。
- (五) 接力賽人數不足，取消參賽資格。
- (六) 參賽選手檢錄時，請攜帶學生證進行身分驗證。
- (七) 冒名頂替出場比賽之參賽者，經查明屬實，取消其冒名者及該班級比賽資格和已得或應得之名次及分數，並收回已發給之獎牌、獎狀。

十、賽程公佈：05 月 09 日（三）放學前，體育組製作秩序冊發放給各班康樂股長及學校網頁公告。

#### 十一、獎 勵：

- (一) 各項成績優良之運動員，取前三名頒發獎狀。
- (二) 成績優異者，得代表本校參加臺北市市長盃游泳大隊接力比賽。

十二、本實施計畫經相關會議討論，陳 校長核定後實施，如有未盡事宜，由大會宣佈規定之。