

新 北 市 立 土 城 國 民 中 學 校 慶 運 動 會 競 賽 規 程

一、 主 旨：為培養團隊精神，提升體適能，建立正確運動知識，養成終身運動習慣。

二、 承辦單位：學生事務處。

三、 競賽時間：依每年體育活動競賽日程表實施。

四、 參加對象：土城國中 7、8、9 年級學生，以班為單位報名參加。

五、 報名方式：拔河及大隊接力以班為單位無需報名，個人單項需線上報名。

六、 報名日期：依每年體育活動競賽日程表實施。

七、 競賽項目：

(一) 個人項目：100 公尺、200 公尺、400 公尺，分 7、8、9 年級男女生組。

(二) 拔 河：7、8、9 年級。(參閱拔河競賽辦法)

(三) 大隊接力：7、8、9 年級。

八、 競賽辦法：

(一) 個人項目：

(二) 預賽於課間或班週會時間進行。

1. 100 公尺、200 公尺：採蹲踞式起跑，不得搶道。

2. 400 公尺：採站立式起跑，每組 12 人，需穿著號碼衣，起跑後即可搶道。

(三) 預賽採分組計時制，取成績最優前 12 名進入決賽；決賽亦採分組計時，取最優前 8 名為最終成績。

(四) 各年級拔河賽：拔河比賽實施辦法，參閱附件一。

(五) 各年級大隊接力：大隊接力競賽辦法，參閱附件二。

九、 獎 勵：

(一) 拔河及大隊接力獎勵，請參閱各競賽實施辦法。

(二) 精神總錦標，請參閱精神總錦標辦法。

(三) 個人運動項目 100 公尺、200 公尺、400 公尺、取前 8 名頒發成績證明，前三名頒發獎牌。

十、 注意事項：

(一) 請各班導師瞭解選手狀況，如有心臟病、氣喘病、腎臟病或其他不能劇烈運動之症狀者請勿報名參賽。

(二) 各位選手於比賽前應適度進行訓練，下場比賽確實熱身，以增加運動表現及預防運動傷害。

(三) 請導師協助班上排除不適合激烈運動之同學，**鼓勵每班每位同學至少要參加一項團體賽或個人項目**之活動。

(四) 預賽錄取參加決賽者因故無法參賽，不得替換他人，比賽棄權論不得補賽。

(五) 100、200、400、個人項目報名表請 **115 年 10 月 2 日中午前**至學校首頁公佈欄點選土城國中運動會報名系統(團體項目不用)，報名採用網路報名，報名截止後恕不接受更改。

➤ 個人單項線上報名，本報名表導師留存

項 目		座號	姓 名	座號	姓 名
100 公尺	男				
	女				
200 公尺	男				
	女				
400 公尺	男				
	女				