

國立體育大學 103 年水上運動會競賽規程

一、宗旨：為培養運動專長及良好運動習慣，鼓勵全校參與游泳活動，學習游泳技能，提昇水中自救能力，確保水上運動之安全，特舉辦水上運動會，全面提昇本校之游泳運動風氣。

二、時間：102 年 5 月 27 日(二) 8：30~17：00

三、地點：本校游泳池。

四、主辦單位：體育室。

五、承辦單位：體育推廣學系。

六、協辦單位：教務處教學業務組、學務處健康促進組、學務處生軍組、總務處園區管理組、總務處事務組、總務處駐警小隊及運動保健學系。

七、報名須知：

(一) 以班級為單位報名參加，運技三系則以隊為單位報名參加。

(二) 學士班一二年級及運技三系各單位隊伍為水母組，各單位至少組成一隊參加比賽(個人賽項目至少一人參賽)。

(三) 學士班三四年級、學士在職專班和碩、博士班為海豚組，依個人意願組隊報名參加，碩博班可聯隊參賽。

(四) 於高中就學期間參加全國性游泳比賽，或大學期間參加全國甲組游泳比賽，並獲得個人項目之前八名者，不得參加水母組，

若經檢舉並查證無誤，則成績不予計算。

(五) 一人至多報名兩項個人競賽，團體競賽以及趣味競賽則不在此限制。

(六) 教職員工依個人參加意願選擇個人、團體、趣味競賽項目。

八、項目分組：

(一) 教職員工組。

(二) 水母組：學士班一、二年級以及運技三系各隊。

(三) 海豚組：學士班三、四年級、學士在職專班、碩士班、博士班，

以及於高中參加全國性游泳比賽、大學參加全國甲組游泳比賽，

前八名之選手。

※備註：若參賽人數過於踴躍，將於比賽前一週舉行預賽，詳細比賽資訊公布於本校體育室網站。

比賽項目			參加人數	備註
1	個人項目	水母組女子 100M 蛙式	水母組各單位至少一人參加。	一人限報名兩項比賽(不含團體競賽及趣味競賽)。
2		水母組女子 100M 捷式		
3		水母組女子 50M 蛙式		
4		水母組女子 50M 捷式		
5		水母組女子 50M 蝶式		
6		水母組男子 100M 捷式		
7		水母組男子 100M 蛙式		
8		水母組男子 50M 蛙式		
9		水母組男子 50M 捷式		
10		水母組男子 50M 蝶式		

11		海豚組女子 100M 蛙式		
12		海豚組女子 100M 捷式		
13		海豚組女子 50M 蛙式		
14		海豚組女子 50M 捷式		
15		海豚組女子 50M 蝶式		
16		海豚組男子 100M 蛙式		
17		海豚組男子 100M 捷式		
18		海豚組男子 50M 捷式		
19		海豚組男子 50M 蛙式		
20		海豚組男子 50M 蝶式		
21		教職員女子 50M 捷式		
22		教職員女子組 50M 蛙式		
23		教職員男子 50M 捷式		
24		教職員男子組 50M 蛙式		
25	團體項目	水母組 600M 接力	每單位限 1 組 8 男 4 女	游泳體育保送生可回班上參賽。
26		海豚組 600M 接力	每單位限 1 組 8 男 4 女	
27		教職員 200M 接力	每單位限 1 組 3 男 1 女	
28	趣味競賽	水母組 500M 浮板接力	每單位限 1 組 5 男 5 女	取前 3 名
29		海豚組 500M 浮板接力	每單位限 1 組 5 男 5 女	
30		諾亞方舟	每單位限 1 組	優勝隊頒獎品
31		水中尋寶	男女不拘不限人數	獎品豐富！請踴躍參加

九、競賽注意事項：

- (一) 請參賽選手於比賽時間前 20 分鐘到場檢錄。
- (二) 學生組個人賽，各組參加人數達 8 人以上需參加預賽，唱名三次不到，以棄權論。
- (三) 本次比賽，預賽禁止跳水出發，一律採入水出發<附件一>，決賽則可自由選擇入水出發或跳水出發。請選手慎重考慮，並注意自身安全，以避免意外發生。
- (四) 本次比賽出發時，第一次偷跑以加秒 5 秒作為懲罰，第二次偷跑則直接取消比賽資格。
- (五) 100M 游泳比賽項目，採計時決賽取前 6 名。(小數點後兩位)
- (六) 團體項目及趣味競賽規則，請參閱<附件二>與<附件三>。
- (七) 接力賽參加人數若不足時，參賽女生不足不可由男生代替，男生不足可由女生代替，代替名額至多 2 名。
- (八) 團體項目及趣味競賽，每人僅限參賽乙次，不得於單一場次重複參賽。
- (九) 接力賽選手如有抓、抱水道繩之情形，大會一律視同無法完成，並派出救生員救回上岸，下一棒須待救離該水道方能出發。最終總秒數再依停留位置判定加秒(25 公尺前加 120 秒，25 公尺後加 60 秒)。
- (十) 本次比賽採用中華民國游泳協會之最新游泳規則辦理。

(十一) 本次比賽時間若有更動，將另行於本校網站首頁公告。

(十二) 預賽結束後，將於大會紀錄組旁公佈決賽名單；並於比賽結束後，於本校體育室網站公佈比賽成績。

十、報名方式：即日起至 102 年 4 月 30 日(三)17：00 前，可採網路報名或紙本報名方式進行報名。

如有疑問請洽聯絡人—呂靖平(0988198590)
陳厚禎(0911829906)

(一) 網路報名：

1. 個人項目：

<http://www.beclass.com/rid=16351295336c44f7a977>

2. 600M 接力：

<http://www.beclass.com/rid=1635172533c2deb10054>

3. 500M 浮板接力：

<http://www.beclass.com/rid=1635172533c30e366653>

4. 諾亞方舟：

<http://www.beclass.com/rid=16351295336d1a2f163e>

5. 教職員專用：

<http://www.beclass.com/rid=1635173533d490f85904>

(二) 紙本報名：下載並填寫報名表<附件四>，將紙本報名表送至體育推廣學系辦公室。

十一、報名注意事項：

(一) 網路報名系統填寫欄位上方如有範例，請遵照範例格式填寫，如填寫格式有誤，視同報名失敗，選手不得有意。

- (二) 紙本報名與網路報名重複報名，導致個人項目報名超過兩項者，
由大會自行選定兩項，選手不得有意。
- (三) 團體項目若每單位報名超過一組，由大會自行選定報名優先者，
選手不得有意。
- (四) 團體項目之紙本報名與網路報名，若有爭議，皆以紙本報名為
準，選手不得有意。

十二、獎 勵：

(一) 個 人 獎：

1. 水母組、海豚組個人比賽取前 6 名，前 3 名頒發獎狀及獎品，
第 4~6 名頒發獎狀；比賽人數不滿七人取前 3 名頒發獎狀及
獎品，以茲鼓勵。
2. 教職員組個人比賽取前 3 名，頒發獎狀及獎品，以茲鼓勵。

(二) 團 體 獎：各組取前 3 名，頒發獎狀及獎品，以茲鼓勵。

(三) 趣味競賽獎：趣味競賽依其規則頒發獎品，不列入團體總成績 計分。

(四) 團體總錦標：水母組取前 6 名，海豚組取前 3 名，頒發錦旗與 獎品。成績計算方式：以班級(隊)為單位，個人賽取 1~6 名， 第一名得 7 分，第二名得 5 分，第三名得 4 分，第四名得 3 分， 第五名得 2 分，第六名得 1 分；團體項目成績取 1~3 名，第一 名得 10 分，第二名得 8 分，第三名得 6 分。

十三、 本規程未盡事宜，悉依中華民國游泳協會最新游泳規則辦理。

十四、 本規程奉校長核定後實施，修正時亦同。

〈附件一〉 入水出發之預備動作說明：

本次比賽採入水出發者，預備出發時必須一手扶持水道起點橫桿，另一手向前直伸做預備動作，並等待裁判指示出發。



〈附件二〉 團體競賽項目規則——600M 接力、200M 接力：

1. 各棒次接力預備出發動作皆參照〈附件一〉的方式出發，泳姿不限。
2. 接力出發時間為上一棒選手觸牆，即可出發。

〈附件三〉 趣味競賽項目規則：

一、 500M 浮板接力：

- (一) 各棒次出發時，需依照〈附件一〉之出發方式。
- (二) 等待接棒的選手做好預備出發之姿勢後，直到可觸及浮板後，即可出發。
- (三) 不限泳姿，浮板必須碰觸身體，不限制部位。
- (四) 浮板離開身體則需撿回再從掉落處繼續前進。
- (五) 若丟擲浮板則回起點碰牆重新出發。

二、 諾亞方舟：

- (一) 比賽器材：律波墊、黑色氣墊、浮板。
- (二) 比賽人員：每隊 16 人(4 名男選手 4 名女選手 8 名保護員)。
- (三) 比賽規則：
 - 1. 以十六人為一隊，八人(四男四女)為參賽選手依序進行比賽，八人為保護員(男女不拘)。
 - 2. 保護員負責維護安全及修補律波墊。
 - 3. 發令後，八人依照棒次出發。
 - 4. 每一水道有十五塊律波墊和一塊黑色氣墊及八塊浮板。
 - 5. 比賽開始，裁判舉起白旗時，選手才能出發。選手行進間保護員不得碰觸律波墊，直到選手抵達黑色氣墊後就可以直接進行修補律波墊的動作。

6. 保護員修補完成後須將手離開律波墊裁判才會舉起白旗以示下一位選手出發。
7. 選手起跑時，若突然發現尚有未修補或突然分離之律波墊，可依需求向裁判請示修補律波墊，經裁判允許後由保護員再次進行修補。保護員完成修補後，須經裁判再次舉旗後，下一位選手才能出發。
8. 落水無法抵達黑色氣墊者，必須經由 25 公尺處(泳池正中間)兩側樓梯上岸後，排至隊伍最後等待出發。
9. 待所有人員上至黑色氣墊後，開始利用浮板滑行至 50 公尺終點
10. 比賽時間結束後，採計時決賽以時間較少者獲勝，取前六名。

(四) 犯規情形：

1. 保護員若在選手行進中碰觸律波墊，此時裁判會舉起紅旗，則該選手判定失敗，參賽選手須回起點等待重新出發。
2. 不可利用手划水或腳打水前進，一律只能利用浮板滑行，若用手或腳滑行者，裁判鳴哨，第一次為警告，第二次則每次加五秒

(五) 獎勵辦法：取前六名優勝隊伍進行頒獎。

〈附件四〉 紙本報名表：

國立體育大學 103 年水上運動會

學生組 報名表

系級：_____

組別：☐ 水母組 ☐ 海豚組

個人項目女子組：

項目	學號	姓名	備註	學號	姓名	備註
50M 捷式						
50M 蛙式						
50M 蝶式						
100M 捷式						
100M 蛙式						

個人項目男子組：

項目	學號	姓名	備註	學號	姓名	備註
50M 捷式						
50M 蛙式						
50M 蝶式						
100M 捷式						
100M 蛙式						

團體項目：

600M 接力：

	學號	姓名	學號	姓名
男生				
男生				
男生				
男生				
女生				
女生				

500M 浮板接力：

	學號	姓名	學號	姓名
男生				
男生				
男生				
女生				
女生				
女生				

諾亞方舟：

參賽人員

	姓名	姓名	姓名	姓名
男生				
女生				

保護員

姓名	姓名	姓名	姓名

備註：

1. 即日起至 102 年 4 月 14 日(星期日)17:00 前，下載並填寫報名表<附件四>，
將紙本報名表送至體育推廣學系系辦公室。
2. 參與水母組之班級請勾選水母組，若有參加個人項目者因身份關係須參與海豚
組請於個人姓名後勾選備註欄，其個人賽成績不列入團體總成績計算。

班級負責人：

連絡電話：

國立體育大學 103 年水上運動會

教職員組 報名表

單位：_____

組別：教職員組

個人項目女子組：

項目	姓名	姓名
50M 捷式		
50M 蛙式		

個人項目男子組：

項目	姓名	姓名
50M 捷式		
50M 蛙式		

團體項目：

200 接力

	姓名
男生	
男生	
男生	
女生	

備註：

1. 即日起至 102 年 4 月 14 日(星期日)17:00 前，下載並填寫報名表〈附件四〉，將紙本報名表送至體育推廣學系系辦公室。

負責人：

連絡電話：