

新竹市 112 年中小學聯合運動會(草案)

田徑技術手冊

壹、競賽資訊：

一、比賽日期：112 年 3 月 7 日至 9 日 (星期二至星期四)

二、比賽地點：市立田徑場。

三、比賽項目：

組別	種類	項目
高中男子組	田賽	1. 跳高 2. 撐竿跳高 3. 跳遠 4. 三級跳遠 5. 鉛球(6 公斤) 6. 鐵餅(1.75 公斤) 7. 標槍(0.8 公斤、260-270 公分) 8. 鏈球(6 公斤)
	徑賽	1. 一百公尺 2. 二百公尺 3. 四百公尺 4. 八百公尺 5. 一千五百公尺 6. 五千公尺 7. 一萬公尺 8. 一百一十公尺跨欄(高度 99.10 公分) 9. 四百公尺跨欄(高度 91.4 公分) 10. 一萬公尺競走 11. 4x100 公尺接力 12. 三千公尺障礙 13. 4x400 公尺接力 14. 4x400 公尺混合接力 (第 1、3 棒男生；第 2、4 棒女生)
	十項運動	第一日：1. 一百公尺 2. 跳遠 3. 鉛球 4. 跳高 5. 四百公尺 第二日：6. 一百一十公尺跨欄 7. 鐵餅 8. 撐竿跳 9. 標槍 10. 一千五百公尺
高中女子組	田賽	1. 跳高 2. 跳遠 3. 三級跳遠 4. 鉛球(4 公斤) 5. 鐵餅(1 公斤) 6. 標槍(0.6 公斤、220-230 公分) 7. 鏈球(4 公斤) 8. 撐竿跳高
	徑賽	1. 一百公尺 2. 二百公尺 3. 四百公尺 4. 八百公尺 5. 一千五百公尺 6. 五千公尺 7. 一萬公尺 8. 一百公尺跨欄(高度 83.80 公分) 9. 四百公尺跨欄(高度 76.2 公分) 10. 一萬公尺競走 11. 4x100 公尺接力 12. 三千公尺障礙 13. 4x400 公尺接力 14. 4x400 公尺混合接力 (第 1、3 棒男生；第 2、4 棒女生)
	七項運動	第一日：1. 一百公尺跨欄(高度 83.80 公分) 2. 跳高 3. 鉛球(4 公斤) 4. 二百公尺 第二日：5. 跳遠 6. 標槍(0.6 公斤) 7. 八百公尺
國中男子組	田賽	1. 跳高 2. 撐竿跳高 3. 跳遠 4. 鉛球(5 公斤) 5. 鐵餅(1.5 公斤) 6. 標槍(0.7 公斤、220-230 公分) 7. 鏈球 (5 公斤)
	徑賽	1. 一百公尺 2. 二百公尺 3. 四百公尺 4. 八百公尺 5. 一千五百公尺 6. 三千公尺 7. 一百一十公尺跨欄(高度 91.4 公分) 8. 四百公尺跨欄(高度 83.8 公分) 9. 五千公尺競走 10. 4x100 公尺接力 11. 4x400 公尺接力 12. 二千公尺障礙(高度 83.8 公分) 13. 4x400 公尺混合接力 (第 1、3 棒男生；第 2、4 棒女生)

組別	種類	項目
	五項運動	第一日：1. 一百一十公尺跨欄(高度 91.4 公分) 2. 鉛球(5 公斤) 3. 跳高 第二日：4. 跳遠 5. 一千五百公尺
國中女子組	田賽	1. 跳高 2. 撐竿跳高 3. 跳遠 4. 鉛球(3 公斤) 5. 鐵餅(1 公斤) 6. 標槍(0.5 公斤、200-230 公分) 7. 鏈球 (3 公斤)
	徑賽	1. 一百公尺 2. 二百公尺 3. 四百公尺 4. 八百公尺 5. 一千五百公尺 6. 三千公尺 7. 一百公尺跨欄(高度 76.2 公分) 8. 四百公尺跨欄(高度 76.2 公分) 9. 五千公尺競走 10. 4x100 公尺接力 11. 4x400 公尺接力 12. 二千公尺障礙(高度 76.2 公分) 13. 4x400 公尺混合接力 (第 1、3 棒男生；第 2、4 棒女生)
	五項運動	第一日：1. 一百公尺跨欄(高度 76.2 公分) 2. 鉛球(3 公斤) 3. 跳高 第二日：4. 跳遠 5. 八百公尺

國 小 男 甲 組	田 賽	1. 跳高 2. 跳遠 3. 壘球擲遠 4. 鉛球(6 磅)
	徑 賽	1. 六十公尺 2. 一百公尺 3. 二百公尺 4. 三千公尺競走 5. 4x100 公尺接力 6. 4x200 公尺接力
	三 項 運 動	第一日：1. 一百公尺 2. 跳高 第二日：3. 鉛球(6 磅)
國 小 女 甲 組	田 賽	1. 跳高 2. 跳遠 3. 壘球擲遠 4. 鉛球(6 磅)
	徑 賽	1. 六十公尺 2. 一百公尺 3. 二百公尺 4. 三千公尺競走 5. 4x100 公尺接力 6. 4x200 公尺接力
	三 項 運 動	第一日：1. 一百公尺 2. 鉛球(6 磅) 第二日：3. 跳高
國 小 男 乙 組	田 賽	1. 跳高 2. 跳遠 3. 壘球擲遠 4. 鉛球(6 磅)
	徑 賽	1. 六十公尺 2. 一百公尺 3. 二百公尺 4. 三千公尺競走 5. 4x100 公尺接力 6. 4x200 公尺接力
	三 項 運 動	第一日：1. 一百公尺 2. 跳高 第二日：3. 鉛球(6 磅)
國 小 女 乙 組	田 賽	1. 跳高 2. 跳遠 3. 壘球擲遠 4. 鉛球(6 磅)
	徑 賽	1. 六十公尺 2. 一百公尺 3. 二百公尺 4. 三千公尺競走 5. 4x100 公尺接力 6. 4x200 公尺接力
	三 項 運 動	第一日：1. 一百公尺 2. 鉛球(6 磅) 第二日：3. 跳高

四、獎勵金發放標準：〔經由預賽產生決賽不在此列〕

111.11.23 修訂

項目 \ 組別		高中	高中	國中	國中	國小	國小	國小	國小
		男子組	女子組	男子組	女子組	男甲組	女甲組	男乙組	女乙組
田 賽	跳高	1.60m	1.30m	1.45m	1.20m	1.15m	1.05m	1.15m	1.10m
	撐竿跳高	2.70m	2.40m	2.60m	2.30m	—	—	—	—
	跳遠	5.60m	3.80m	4.80m	3.50m	3.80m	3.50m	3.60m	3.20m
	三級跳遠	10.50m	8.00m	—	—	—	—	—	—
	鉛球	10.00m	8.00m	9.00m	7.00m	8.50m	6.50m	7.80m	6.00m
	鐵餅	21.30m	16.00m	18.00m	15.00m	—	—	—	—
	標槍	33.00m	19.00m	25.00m	18.00m	—	—	—	—
	鏈球	20.00m	20.00m	18.00m	16.00m	—	—	—	—
	壘球擲遠	—	—	—	—	43.00m	32.00m	38.00m	28.00m
徑 賽	60m	—	—	—	—	9.20	9.80	9.50	10.00
	100m	12.70	14.20	13.20	15.20	15.10	15.80	15.60	16.00
	200m	25.00	30.00	27.00	33.50	31.50	33.50	32.50	35.00
	400m	58.00	75.00	60.00	78.00	—	—	—	—
	800m	2:28.00	2:50.00	2:35.00	3:00.00	—	—	—	—
	1500m	4:45.00	6:00.00	5:15.00	6:30.00	—	—	—	—
	3000m	—	—	13:00.00	14:00.00	—	—	—	—
	5000m	22:00.00	24:30.00	—	—	—	—	—	—
	10000m	45:00.00	52:00.00	—	—	—	—	—	—
	100m 跨欄	—	20.50	—	21.00	—	—	—	—
	110m 跨欄	20.00	—	23.00	—	—	—	—	—
	400m 跨欄	75.00	80.00	80.00	90.00	—	—	—	—
	4×100m 接力	51.00	58.00	52.00	60.00	—	—	—	—
	4×200m 接力	—	—	—	—	—	—	—	—
	4×400m 接力	4:00.00	4:40.00	4:25.00	5:20.00	—	—	—	—
	4×400m 混合接力	4:20.00		4:50.00		—	—	—	—
	3000m 競走	—	—	—	—	25:00.00	25:00.00	25:00.00	25:00.00
	5000m 競走	—	—	36:00.00	38:00.00	—	—	—	—
	10000m 競走	1:15:00	1:20:00	—	—	—	—	—	—
	2000m 障礙	—	—	09:00.00	11:00.00	—	—	—	—
3000m 障礙	14:00.00	18:00.00	—	—	—	—	—	—	
全 能 運 動	三項運動	—	—	—	—	800分	550分	530分	530分
	五項運動	—	—	1700分	1450分	—	—	—	—
	七項運動	—	2600分	—	—	—	—	—	—
	十項運動	3800分	—	—	—	—	—	—	—

五、比賽規則：採用中華民國田徑協會公佈田徑規則（含三項、五項、七項、十項運動）。

六、獎勵：

（一）依據競賽規程總則第 10 條規定辦理。

（二）決賽後立即頒獎，未能領獎者請派代表領獎（視疫情滾動式調整辦理頒獎）。對領獎有任何問題請當日提出申請，非經仲裁委員一致同意事項者不接受更動。

七、各項檢錄時間：

項目	檢錄開始時間	檢錄結束時間
徑賽項目	比賽前 30 分	比賽前 15 分
田賽項目	比賽前 40 分	比賽前 30 分
撐竿跳高	比賽前 60 分	比賽前 50 分

（一）全能項目每天第一項按該項目點名時間至檢錄處點名，其他徑賽項目於賽前 20 分鐘，田賽項目於賽前 30 分鐘，撐竿跳高於賽前 40 分鐘，逕至比賽場地點名。

（二）檢錄時間一到即不再受理點名檢錄，遲到者視同放棄比賽，不得參加該場次的比賽，並取消後續所有項目的比賽資格。

八、參加接力比賽各隊棒次表須於比賽時間 90 分鐘前，繳至檢錄組（預、決賽都要交）。

九、請假規定：

（一）申請時間：該項比賽檢錄前 30 分鐘，將請假單經**競賽組組長核備後，留存競賽組登錄備查。**

（二）完成請假手續後，該請假場次以後之當日各賽程均不得出賽，次日之後的賽程可再出賽，惟兼項情形依田徑規則辦理。

貳、本技術手冊依據新竹市 **112 年**中小學聯合運動會競賽總則辦理。

田賽起跳高度晉升表標準

一、跳高（單位：公尺）

組別	開始起跳	每次晉升高度									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
高中男子組	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	1.85	1.88	1.91	1.94	1.97	2.00
高中女子組	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.58	1.61	1.64	1.67	1.70
國中男子組	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.73	1.75	1.78	1.81	1.84
國中女子組	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.48	1.51	1.54	1.57	1.60	1.63
國小男甲組	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.43	1.46	1.51	1.54	1.57
國小男乙組	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.38	1.41	1.44	1.47	1.50
國小女甲組	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.38	1.41	1.44	1.47	1.50
國小女乙組	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.33	1.36	1.39	1.42	1.45
高中男十項	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.73	1.75	1.78	1.81	1.84
高中女七項	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.48	1.51	1.54	1.57	1.60
國中男五項	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.63	1.66	1.69	1.71	1.74
國中女五項	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.43	1.46	1.51	1.54	1.57	1.60
國小男三項	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.38	1.41	1.44	1.47	1.50
國小女三項	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.33	1.36	1.39	1.42	1.45

二、撐竿跳高（單位：公尺）

組別	開始起跳	每次晉升高度									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
高中男子組十項	2.20	2.40	2.60	2.80	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	3.70
高中男子組	2.40	2.60	2.80	3.00	3.20	3.40	3.50	3.60	3.70	3.80	3.90
高中女子組	2.00	2.20	2.40	2.60	2.80	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50
國中男子組	2.00	2.20	2.40	2.60	2.80	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50
國中女子組	1.60	1.80	2.00	2.20	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90