

# 嗇色園主辦可風中學

學生事務通告 2022-2023 年度第 56 號

## 嗇色園主辦可風中學第四十六屆田徑運動會章程

日期：二零二三年四月二十七日(星期四)及二十八日(星期五)

比賽地點：荃灣城門谷運動場

集合時間：上午八時十五分

集合地點：荃灣城門谷運動場

離開時間：約下午四時

組別：男子及女子組

甲組：2006 年 12 月 31 日之前出生者

乙組：2007 年 1 月 1 日至 2008 年 12 月 31 日出生者

丙組：2009 年 1 月 1 日或以後出生者

比賽項目：

項目 \ 組別		男子組			女子組		
		甲組	乙組	丙組	甲組	乙組	丙組
徑 賽	100 米	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	200 米	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	400 米	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	800 米	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	1500 米	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	3000 米*	—	✓	—	—	—	—
	5000 米*	✓	—	—	—	—	—
	100 米欄 (cm)	—	91.4	84	76.2	76.2	76.2
	110 米欄 (cm)	91.4	—	—	—	—	—
	400 米欄 (cm)	84	—	—	—	—	—
	社際 4 X 100 米	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	社際 4 X 400 米	✓			✓		
	班際 4 X 100 米	中一至中五每班各派 2 男 2 女					
田 賽	跳高	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	跳遠	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	三級跳遠	✓	✓	—	—	—	—
	鉛球 (kg)	5	4	4	4	3	3
	標槍 (gm)	700	600	600	600	500	500
	鐵餅 (kg)	1.5	1	—	1	1	—

\*男子甲組 5000 米及男子乙組 3000 米賽事設有時間限制，同學須考慮按能力報名。

## 比賽時間表

\*以下各項目之比賽時間只供參考，確實時間以比賽期間大會宣佈為準。

四月二十七日(星期四)						
時間	男子甲組	男子乙組	男子丙組	女子甲組	女子乙組	女子丙組
09:15	1500 米(決)	1500 米(決)	1500 米(決)	1500 米(決)	1500 米(決)	1500 米(決)
	跳遠(決)					
9:30		跳高(決)	標槍(決)		鉛球(決)	
9:45					跳遠(決)	
10:30	400 米(初)	400 米(初)	400 米(初)	400 米(初)	400 米(初)	400 米(初)
	鉛球(決)				鐵餅(決)	跳高(決)
10:45		三級跳(決)		跳遠(決)		
11:15	200 米(初)	200 米(初)	200 米(初)	200 米(初)	200 米(初)	200 米(初)
		標槍(決)				
午 膳						
2:00	110 米欄(決)	100 米欄(決)	100 米欄(決)	100 米欄(決)	100 米欄(決)	100 米欄(決)
	跳高(決)		跳遠(決)	標槍(決)		
2:15	400 米(決)	400 米(決)	400 米(決)	400 米(決)	400 米(決)	400 米(決)
2:30		鐵餅(決)				鉛球(決)
2:45	200 米(決)	200 米(決)	200 米(決)	200 米(決)	200 米(決)	200 米(決)
					標槍(決)	
3:30	社際 4x400 接力賽(男子組及女子組)					

四月二十八日(星期五)						
時間	男子甲組	男子乙組	男子丙組	女子甲組	女子乙組	女子丙組
09:00	400 米欄(決)					
	標槍(決)		鉛球(決)	跳高(決)		跳遠(決)
09:10		3000 米(決)				
09:30	5000 米(決)					
10:00	100 米(初)	100 米(初)	100 米(初)	100 米(初)	100 米(初)	100 米(初)
		跳遠(決)	跳高(決)	鉛球(決)		標槍(決)
10:30	三級跳(決)					
11:00				鐵餅(決)	跳高(決)	
11:15	800 米(決)	800 米(決)	800 米(決)	800 米(決)	800 米(決)	800 米(決)
11:45	中一至中五級班際 4x100 男女子混合接力賽 (每班 2 男 2 女)					
午 膳						
2:00	100 米(決)	100 米(決)	100 米(決)	100 米(決)	100 米(決)	100 米(決)
	鐵餅(決)	鉛球(決)				
2:45	社際 4x100 接力賽(男子甲乙丙組、女子甲乙丙組)					

報名方法：1. **中一至中三**同學須參加最少一項比賽；

2. 每位同學只准參加一個組別的比賽；
3. 個人最多可參加三項個人賽事。如參加三項者，其項目必須包括田賽及徑賽，即兩田一徑或兩徑一田。所有接力賽均由各社及各班自行挑選運動員；
4. 報名截止日期：19/2/2023（日），同學請利用以下的網上報名表格完成報名程序；



<https://forms.gle/fO9QAz4RwpZGTJeC9>

6. 中一至中三之同學如因傷、病而未能參加比賽，須呈上家長信予朱加俊老師解釋原因。

比賽規則：1. 徑賽—由初賽進入決賽均採用計時方法取錄，由時間最佳之首八名進入決賽。

（直接進行決賽項目除外）

田賽—以初賽成績最好之八名進行決賽；

2. 除了學校所定的規則外，其餘一切規則均以國際業餘田徑協會之比賽規則為依據；
3. 同學如被證實違反比賽規則或章則將被取消比賽資格或已獲得的獎項和名次。

計分方法：1. 參與分：同學完成每一項比賽可得參與分 1 分，棄權者則扣 1 分；

2. 每項決賽首八名得分如下：

名次	1	2	3	4	5	6	7	8
個人項目分數	9	7	6	5	4	3	2	1
接力項目分數	18	14	12	10				

獎 項：1. 個人項目獎，每一項目均設冠、亞、季及殿軍；

2. 社際男子組及女子組全場冠軍獎；
3. 社際全場總冠軍獎；
4. 每一組別均設個人全場冠軍、亞軍、季軍；
5. 全場最佳男女子運動員獎。

**\*第4及5項如出現分數相同的情況，則以其取得金牌及破記錄之多少而決定名次。**

注意事項：1. 所有同學均須出席上述兩天的田徑運動會，無故缺席者將被視作曠課論；

2. 同學必須穿著整齊冬季運動服或校隊外套出席田徑運動會；
3. 比賽時必須穿著運動服或田徑隊制服。

2023 年 2 月 13 日