【109 運動會活動-個人賽 50M、100M 規則說明】

1. 按抽籤安排道次，不得搶跑道。
2. 比賽中越線者，跨道與踩到白線即為越線，判罰取消資格。
3. 參賽選手務必穿著運動服、運動鞋參賽。
4. 以裁判判決為主，若有爭議請當日立即向體育老師提出異議，請求複決。
5. 其餘規則採用相關田徑規則。
6. **違反以上規則者，以取消資格，直接判為最後一名。**

【109 運動會活動-大隊接力規則說明】

1. 五、六年級分道次比賽，第一棒不得搶跑道，第二棒過接棒區入彎道前，過終點線開始搶跑道。
2. 一~四年級分道次比賽，第一棒不得搶跑道，第二棒過接棒區入彎道前，過終點線開始搶跑道，選到位置 5 的同學請站位在第一道右側，不受搶跑道、越線犯規約束。如示意圖
3. 第一棒分道次比賽時，不得越線(踩到白線)，則判罰取消資格。
4. 起跑犯規(偷跑)，以第二次犯規者取消資格。
5. 接棒位置：開始搶跑道後，速度最快的隊伍，站在最內道，其他隊伍依先後順序由內排列至外道。
6. 完成傳接棒後，留原道、立即離開跑道或至外側等待後方選手通過，隨時注意後方跑者，以不妨礙他隊比賽為原則。
7. **超越他隊，須從跑道外側超越，**不得硬擠以免發生危險。若領先者未使用最內側跑道時，則不在此限制。
8. **禁止內側超越、跑出跑道(踩水溝蓋、綠區等)、故意推擠其他選手，取消資格為罰則。**
9. 掉棒的處理：由掉棒人撿起棒子，重新完成接棒。可以離開自己的跑道撿棒，但不能妨礙他隊的比賽為主。
10. 掉鞋的處理：不左顧右盼，以免影響行進速度，等完成接棒後再拾回。
11. 接力區為 20 公尺。只有在接力區內，才能進行起跑、助跑、接力棒傳接。每一接力區的起跑準備位置，為接力區入口線後。如示意圖
12. 必須在接力區完成接棒(以接力棒位置判定)，則取消資格。
13. 班級導師與裁判以外之人員，禁止進入跑道內觸碰選手。
14. **用手推動或用其他方法(如場外陪跑)來協助選手，將以違反規定，取消資格為罰則。**
15. 競賽中犯規情形由裁判人員認定為主。
16. 小朋友跑完後，請到籃球架旁的綠色地墊區，按照班級位置依序排好蹲下，不准於操場內亂跑，影響比賽進行者，取消資格。
17. 其餘規則採用相關田徑規則。
18. **違反以上規則者，以取消資格，直接判為最後一名。**

109.11.05 修訂

起跑位置示意圖

