

新竹市東園國小 72 週年校慶運動會大隊接力規則 113.09.13

1. 所謂「大隊接力賽跑」，意指接力比賽，16 人 x 100 公尺，男、女生各 8 人，每人跑 100 公尺，女生須先完成前 8 棒次，9~16 棒次始可安排男生。
 2. 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（超出接力區，加總時間 5 秒）。
 3. 每一接力區的起跑準備位置，等待者須在 20 公尺接力區內，後腳不可踩到後箭頭線（超出接力區，加總時間 5 秒）。
 4. 在接力區內完成接棒的判定是根據接力棒的位置，而不是根據選手的身體位置（超出接力區，加總時間 5 秒）。
 5. 傳接棒過程，如果未完成接棒時已先掉棒，則須由傳棒者撿起接力棒，再交給接棒者；反之自己已持棒而掉棒，則可自行撿起接力棒繼續往前跑。
 6. 在 200 公尺跑道進行之比賽，第一棒必須是分道比賽，第二棒選手通過在彎道轉直道搶道線後即可不再分道，過早搶道視同犯規每次加總時間 5 秒，故意嚴重違規加總時間 20 秒。
 7. 第三棒之接棒選手順序，應在該接力區裁判指揮下，依檢錄單上之順序排列，第四棒(含)以後之接棒順序，則依前一棒跑出接力區之先後順序，由內到外排列接棒順序。接棒選手不可改變在接力區起點處原來排列的順序，（違反此規定每隊加總時間 5 秒）。
 8. 選手在接棒之前和傳棒之後，視情況暫時停留在各自跑道或接力區內，直到跑道通暢方可離開，應避免阻擋其他選手。若離開自己的位置或跑道，以致妨礙他隊選手進行比賽，嚴重者將被判妨礙，違規班級成績加總時間 20 秒。
 9. 每一棒選手傳完棒離開跑道後，應前往該接力區之等待範圍蹲（坐）下等候賽事結束，歸還號碼衣後統一離場，以免造成危險及妨礙裁判判決，（違反此規定每隊加總時間 5 秒）。
 10. 用手推動或用其他方法（如場外陪跑）來協助選手者，該隊加總時間 5 秒，情節嚴重違規者將會被取消資格。
 11. 超越前方跑者，需從外道(右側)超越，除非前方跑者並未跑在最內側道(最左側第一道)，犯規每次該隊加總時間 5 秒，
 12. 違反運動道德者，該選手將送裁判會議討論，嚴重違規該隊加總時間 20 秒，最重可取消該隊資格。
 13. 起跑犯規第一次口頭警告，第二次犯規則該選手取消資格，可立即替換第一棒選手。
- *全市大隊接力比賽領隊會議中特別對於規則第 8 條提出疑慮，大會解釋若班級被其他班級違規擋住，違規班級成績加總時間 20 秒，被擋住之班級並無減秒的規定。煩請體育老師及導師務必告知學生，以免造成孩子與家長不必要的紛爭。

大隊接力比賽規定細則之簡易版如下：

1. 第一棒要分道跑(不搶跑道)，不可跑到其他跑道，跑彎道時不可踩到彎道左側線。
2. 第二棒也要分道跑，跑彎道時不可踩到左側線，過彎到了直線道的搶道線之後，才可以不分道。
3. 第三棒依照抽籤道次排序，排好之後就不能任意換位。
4. 第二棒傳接給第三棒之後，第三棒比較適合切進內道。
5. 第四棒之後的棒次一定要按照前一棒次出接力區領先順序做排序。
(亦即，看第三棒出接力區領先的位置排第四棒，看第四棒出接力區領先的位置排第五棒。)
裁判排定順序後就不可任意換位，因為突然恣意換位會造成選手的危險。
(請參見大隊接力規定細則第 7 條條文)
6. 超越前方跑者，需從外道(右側)超越，除非前方跑者並未跑在最內側道(最左側第一道)。