

## 中華民國105年全國中等學校運動會水上運動（游泳）技術手冊

### 壹、競賽資訊：

一、 競賽日期：中華民國105年4月24日（星期日）至4月28日（星期四）。

### 二、 競賽場地：

（一）比賽場地：國立臺東大學附屬體育高級中學游泳館

（地址：950臺東市體中路1號，電話：(089)-383629）

（二）練習場地：國立臺東大學附屬體育高級中學游泳館

（地址：950臺東市體中路1號，電話：(089)-383629）

### 三、 競賽項目：

| 組別       | 科目 | 項 目       |              |
|----------|----|-----------|--------------|
| 高男<br>國男 | 游泳 | 50公尺自由式   | 200公尺仰式      |
|          |    | 100公尺自由式  | 50公尺蝶式       |
|          |    | 200公尺自由式  | 100公尺蝶式      |
|          |    | 400公尺自由式  | 200公尺蝶式      |
|          |    | 1500公尺自由式 | 200公尺混合式     |
|          |    | 50公尺蛙式    | 400公尺混合式     |
|          |    | 100公尺蛙式   | 4x100公尺自由式接力 |
|          |    | 200公尺蛙式   | 4x200公尺自由式接力 |
|          |    | 50公尺仰式    | 4x100公尺混合式接力 |
|          |    | 100公尺仰式   |              |
| 高女<br>國女 | 游泳 | 50公尺自由式   | 200公尺仰式      |
|          |    | 100公尺自由式  | 50公尺蝶式       |
|          |    | 200公尺自由式  | 100公尺蝶式      |
|          |    | 400公尺自由式  | 200公尺蝶式      |
|          |    | 800公尺自由式  | 200公尺混合式     |
|          |    | 50公尺蛙式    | 400公尺混合式     |
|          |    | 100公尺蛙式   | 4x100公尺自由式接力 |
|          |    | 200公尺蛙式   | 4x200公尺自由式接力 |
|          |    | 50公尺仰式    | 4x100公尺混合式接力 |
|          |    | 100公尺仰式   |              |

四、 預定賽程表：每日上午08:10點名、08:30比賽；下午1:40點名、2:00比賽。

| 第一天                   |                        |
|-----------------------|------------------------|
| 4月24日（星期日）上午          | 4月24日（星期日）下午           |
| 1. 國女組800公尺自由式計時決賽慢組  | 17. 國女組800公尺自由式計時決賽快組  |
| 2. 國男組1500公尺自由式計時決賽慢組 | 18. 國男組1500公尺自由式計時決賽快組 |
| 3. 國女組 100 公尺蝶式預賽     | 19. 國女組 100 公尺蝶式決賽     |
| 4. 國男組 100 公尺蝶式預賽     | 20. 國男組 100 公尺蝶式決賽     |
| 5. 高女組 100 公尺蝶式預賽     | 17-18 項頒獎              |
| 6. 高男組100公尺蝶式預賽       | 21. 高女組 100 公尺蝶式決賽     |
| 7. 國女組50公尺蛙式預賽        | 22. 高男組 100 公尺蝶式決賽     |

|                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 8. 國男組50公尺蛙式預賽        | 19-20 項頒獎             |
| 9. 高女組50公尺蛙式預賽        | 23. 國女組50公尺蛙式決賽       |
| 10. 高男組50公尺蛙式預賽       | 24. 國男組50公尺蛙式決賽       |
| 11. 國女組 200 公尺仰式預賽    | 21-22 項頒獎             |
| 12. 國男組 200 公尺仰式預賽    | 25. 高女組50公尺蛙式決賽       |
| 13. 高女組 200 公尺仰式預賽    | 26. 高男組50公尺蛙式決賽       |
| 14. 高男組 200 公尺仰式預賽    | 23-24 項頒獎             |
| 15. 國女組4x200公尺自由式接力預賽 | 27. 國女組 200 公尺仰式決賽    |
| 16. 國男組4x200公尺自由式接力預賽 | 28. 國男組 200 公尺仰式決賽    |
|                       | 25-26 項頒獎             |
|                       | 29. 高女組 200 公尺仰式決賽    |
|                       | 30. 高男組 200 公尺仰式決賽    |
|                       | 27-28 項頒獎             |
|                       | 31. 國女組4x200公尺自由式接力決賽 |
|                       | 32. 國男組4x200公尺自由式接力決賽 |
|                       | 29-32 項頒獎             |
| 第二天                   |                       |
| 4 月 25 日 (星期一) 上午     | 4 月 25 日 (星期一) 下午     |
| 33. 國女組100公尺自由式預賽     | 47. 國女組100公尺自由式決賽     |
| 34. 國男組100公尺自由式預賽     | 48. 國男組100公尺自由式決賽     |
| 35. 高女組100公尺自由式預賽     | 49. 高女組100公尺自由式決賽     |
| 36. 高男組100公尺自由式預賽     | 50. 高男組100公尺自由式決賽     |
| 37. 國女組200公尺混合式預賽     | 47-48項頒獎              |
| 38. 國男組200公尺混合式預賽     | 51. 國女組200公尺混合式決賽     |
| 39. 高女組200公尺混合式預賽     | 52. 國男組200公尺混合式決賽     |
| 40. 高男組200公尺混合式預賽     | 49-50項頒獎              |
| 41. 國女組50公尺仰式預賽       | 53. 高女組200公尺混合式決賽     |
| 42. 國男組50公尺仰式預賽       | 54. 高男組200公尺混合式決賽     |
| 43. 高女組50公尺仰式預賽       | 51-52項頒獎              |
| 44. 高男組50公尺仰式預賽       | 55. 國女組50公尺仰式決賽       |
| 45. 高女組4x200公尺自由式接力預賽 | 56. 國男組50公尺仰式決賽       |
| 46. 高男組4x200公尺自由式接力預賽 | 53-54項頒獎              |
|                       | 57. 高女組50公尺仰式決賽       |
|                       | 58. 高男組50公尺仰式決賽       |
|                       | 55-56項頒獎              |
|                       | 59. 高女組4x200公尺自由式接力決賽 |

|                        |                        |
|------------------------|------------------------|
|                        | 60. 高男組4x200公尺自由式接力決賽  |
|                        | 57-60項頒獎               |
| 第三天                    |                        |
| 4月26日（星期二）上午           | 4月26日（星期二）下午           |
| 61. 高女組800公尺自由式計時決賽慢組  | 79. 高女組800公尺自由式計時決賽快組  |
| 62. 高男組1500公尺自由式計時決賽慢組 | 80. 高男組1500公尺自由式計時決賽快組 |
| 63. 國女組200公尺蝶式預賽       | 81. 國女組200公尺蝶式決賽       |
| 64. 國男組200公尺蝶式預賽       | 82. 國男組200公尺蝶式決賽       |
| 65. 高女組200公尺蝶式預賽       | 79-80項頒獎               |
| 66. 高男組200公尺蝶式預賽       | 83. 高女組200公尺蝶式決賽       |
| 67. 國女組100公尺蛙式預賽       | 84. 高男組200公尺蝶式決賽       |
| 68. 國男組100公尺蛙式預賽       | 81-82項頒獎               |
| 69. 高女組100公尺蛙式預賽       | 85. 國女組100公尺蛙式決賽       |
| 70. 高男組100公尺蛙式預賽       | 86. 國男組100公尺蛙式決賽       |
| 71. 國女組100公尺仰式預賽       | 83-84項頒獎               |
| 72. 國男組100公尺仰式預賽       | 87. 高女組100公尺蛙式決賽       |
| 73. 高女組100公尺仰式預賽       | 88. 高男組100公尺蛙式決賽       |
| 74. 高男組100公尺仰式預賽       | 85-86項頒獎               |
| 75. 國女組4x100公尺自由式式接力預賽 | 89. 國女組100公尺仰式決賽       |
| 76. 國男組4x100公尺自由式式接力預賽 | 90. 國男組100公尺仰式決賽       |
| 77. 高女組4x100公尺自由式式接力預賽 | 87-88項頒獎               |
| 78. 高男組4x100公尺自由式式接力預賽 | 91. 高女組100公尺仰式決賽       |
|                        | 92. 高男組100公尺仰式決賽       |
|                        | 89-90項頒獎               |
|                        | 93. 國女組4x100公尺自由式式接力決賽 |
|                        | 94. 國男組4x100公尺自由式式接力決賽 |
|                        | 91-92項頒獎               |
|                        | 95. 高女組4x100公尺自由式式接力決賽 |
|                        | 96. 高男組4x100公尺自由式式接力決賽 |
|                        | 93-96項頒獎               |
| 第四天                    |                        |
| 4月27日（星期三）上午           | 4月27日（星期三）下午           |
| 97. 國女組400公尺混合式計時決賽慢組  | 121. 國女組400公尺混合式計時決賽快組 |
| 98. 國男組400公尺混合式計時決賽慢組  | 122. 國男組400公尺混合式計時決賽快組 |
| 99. 高女組400公尺混合式計時決賽慢組  | 123. 高女組400公尺混合式計時決賽快組 |

|                          |                        |
|--------------------------|------------------------|
| 100. 高男組400公尺混合式計時決賽慢組   | 124. 高男組400公尺混合式計時決賽快組 |
| 101. 國女組50公尺蝶式預賽         | 121-122項頒獎             |
| 102. 國男組50公尺蝶式預賽         | 125. 國女組50公尺蝶式決賽       |
| 103. 高女組50公尺蝶式預賽         | 126. 國男組50公尺蝶式決賽       |
| 104. 高男組50公尺蝶式預賽         | 123-124項頒獎             |
| 105. 國女組200公尺自由式預賽       | 127. 高女組50公尺蝶式決賽       |
| 106. 國男組200公尺自由式預賽       | 128. 高男組50公尺蝶式決賽       |
| 107. 高女組200公尺自由式預賽       | 125-126項頒獎             |
| 108. 高男組200公尺自由式預賽       | 129. 國女組200公尺自由式決賽     |
| 109. 國女組200公尺蛙式預賽        | 130. 國男組200公尺自由式決賽     |
| 110. 國男組200公尺蛙式預賽        | 127-128項頒獎             |
| 111. 高女組200公尺蛙式預賽        | 131. 高女組200公尺自由式決賽     |
| 112. 高男組200公尺蛙式預賽        | 132. 高男組200公尺自由式決賽     |
| 113. 國女組 50 公尺自由式預賽      | 129-130項頒獎             |
| 114. 國男組 50 公尺自由式預賽      | 133. 國女組200公尺蛙式決賽      |
| 115. 高女組 50 公尺自由式預賽      | 134. 國男組200公尺蛙式決賽      |
| 116. 高男組 50 公尺自由式預賽      | 131-132項頒獎             |
| 117. 國女組 4x100公尺混合式接力預賽  | 135. 高女組200公尺蛙式決賽      |
| 118. 國男組 4x100公尺混合式接力預賽  | 136. 高男組200公尺蛙式決賽      |
| 119. 高女組 4x100 公尺混合式接力預賽 | 133-134項頒獎             |
| 120. 高男組 4x100 公尺混合式接力預賽 | 137. 國女組 50 公尺自由式決賽    |
|                          | 138. 國男組 50 公尺自由式決賽    |
|                          | 139. 高女組 50 公尺自由式決賽    |
|                          | 140. 高男組 50 公尺自由式決賽    |
|                          | 135-140 項頒獎            |
| 第五天                      |                        |
| 4月28日(星期四)上午             |                        |
| 141. 國女組 400 公尺自由式計時決賽   |                        |
| 142. 國男組 400 公尺自由式計時決賽   |                        |
| 143. 高女組400公尺自由式計時決賽     |                        |
| 144. 高男組400公尺自由式計時決賽     |                        |
| 141-144項頒獎               |                        |
| 145. 國女組 4x100公尺混合式接力決賽  |                        |
| 146. 國男組 4x100公尺混合式接力決賽  |                        |
| 147. 高女組 4x100 公尺混合式接力決賽 |                        |
| 148. 高男組 4x100 公尺混合式接力決賽 |                        |

五、參加辦法

- (一) 學籍規定：依據競賽規程第九條第一款規定辦理。
- (二) 年齡規定：依據競賽規程第九條第二款規定辦理。
- (三) 身體狀況：依據競賽規程第九條第三款規定辦理。
- (四) 參賽資格：

1. 成績認定之賽會：

- (1) 各組團直轄市及縣市政府（以下簡稱各縣市）指定一次賽會做為選拔賽。
- (2) 104（5月）年全國分齡游泳錦標賽。
- (3) 104（9月）年全國總統盃分齡游泳錦標賽。
- (4) 104（11月）年全國北區分齡游泳錦標賽。
- (5) 104（11月）年全國中區分齡游泳錦標賽。
- (6) 104（11月）年全國南區分齡游泳錦標賽。
- (7) 104（12月）年全國冬季長水道分齡游泳錦標賽。
- (8) 105（1月）年全國北區分齡游泳錦標賽。
- (9) 105（1月）年全國中區分齡游泳錦標賽。
- (10) 105（1月）年全國南區分齡游泳錦標賽。

註：上項2-10目成績認定以中華民國游泳協會（以下簡稱游泳協會）公布之成績為主，無公布賽次之達標成績者，須取得游泳協會之證明文件。

- 2. 各縣市運動員參加上述賽會達到各組各項參賽標準者，始得正式向大會報名參賽，惟參賽資格各組各項參賽名額以6人（隊）為限，各參賽學校每項至多報名3人，接力項目各參賽學校以1隊為限（由各縣市政府自行初核，選拔賽決賽成績總表備文寄達執委會競賽部競賽紀錄組）。

- 3. 各組各項參賽成績標準如下（參賽標準分長池50m、短池25m）：

| 參賽組別<br>參賽標準<br>項目 | 泳池<br>規格 | 高中<br>男生組 | 高中<br>女生組 | 國中<br>男生組 | 國中<br>女生組 |
|--------------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 50公尺自由式            | 50m      | 26.12     | 30.00     | 27.36     | 30.26     |
|                    | 25m      | 25.62     | 29.50     | 26.86     | 29.76     |
| 100公尺自由式           | 50m      | 58.33     | 01:05.00  | 01:00.80  | 01:06.30  |
|                    | 25m      | 57.43     | 01:04.10  | 59.90     | 01:05.40  |
| 200公尺自由式           | 50m      | 02:06.24  | 02:25.00  | 02:12.13  | 02:27.82  |
|                    | 25m      | 02:05.24  | 02:24.00  | 02:11.13  | 02:26.82  |
| 400公尺自由式           | 50m      | 04:30.00  | 05:05.00  | 04:42.38  | 05:06.79  |
|                    | 25m      | 04:26.20  | 05:01.20  | 04:38.58  | 05:02.99  |
| 800公尺自由式           | 50m      | -----     | 10:15.00  | -----     | 10:24.38  |
|                    | 25m      | -----     | 10:03.70  | -----     | 10:13.08  |
| 1500公尺自由式          | 50m      | 17:45.00  | -----     | 18:28.06  | -----     |
|                    | 25m      | 17:25.00  | -----     | 18:08.06  | -----     |
| 50公尺仰式             | 50m      | 31.17     | 36.09     | 32.57     | 35.52     |
|                    | 25m      | 30.47     | 35.39     | 31.87     | 34.82     |
| 100公尺仰式            | 50m      | 01:07.43  | 01:16.00  | 01:09.74  | 01:16.62  |
|                    | 25m      | 01:05.93  | 01:14.50  | 01:08.24  | 01:15.12  |
| 200公尺仰式            | 50m      | 02:26.33  | 02:45.00  | 02:31.83  | 02:46.92  |

|          |     |          |          |          |          |
|----------|-----|----------|----------|----------|----------|
|          | 25m | 02:23.33 | 02:42.00 | 02:28.83 | 02:43.92 |
| 50公尺蛙式   | 50m | 33.61    | 39.00    | 34.23    | 39.39    |
|          | 25m | 33.01    | 38.40    | 33.63    | 38.79    |
| 100公尺蛙式  | 50m | 01:13.49 | 01:26.17 | 01:16.50 | 01:27.72 |
|          | 25m | 01:11.99 | 01:24.67 | 01:15.00 | 01:26.22 |
| 200公尺蛙式  | 50m | 02:47.36 | 03:03.00 | 02:48.52 | 03:03.65 |
|          | 25m | 02:43.86 | 02:59.50 | 02:45.02 | 03:00.15 |
| 50公尺蝶式   | 50m | 28.90    | 34.88    | 29.88    | 34.48    |
|          | 25m | 28.30    | 34.28    | 29.28    | 33.88    |
| 100公尺蝶式  | 50m | 01:03.60 | 01:13.50 | 01:06.83 | 01:14.50 |
|          | 25m | 01:02.30 | 01:12.20 | 01:05.53 | 01:13.20 |
| 200公尺蝶式  | 50m | 02:22.92 | 02:43.50 | 02:31.13 | 02:50.00 |
|          | 25m | 02:19.62 | 02:40.20 | 02:27.83 | 02:46.70 |
| 200公尺混合式 | 50m | 02:25.00 | 02:40.00 | 02:31.96 | 02:42.00 |
|          | 25m | 02:21.40 | 02:36.40 | 02:28.36 | 02:38.40 |
| 400公尺混合式 | 50m | 05:05.00 | 05:39.41 | 05:09.05 | 05:51.16 |
|          | 25m | 04:56.90 | 05:31.31 | 05:00.95 | 05:43.06 |

註：以上成績均以電動計時；如未採電動計時，每項成績須再加0.2秒採計成績。

4. 參賽運動員可跨競賽種類，但如遇賽程衝突時由運動員自行決定參賽項目，不得以任何理由要求變更賽程，未能依規定時間出場比賽，依競賽規程第十一條競賽秩序之規定請假，否則該項目以棄權論。

六、報名：（一）參加競賽各單位依據競賽規程第十二條規定辦理

（二）每位運動員最多註冊報名3項（接力不在此限），參加接力賽項目，須為單位註冊內之運動員，且成績應達上表中任何一項個人項目參賽標準，並完成報名手續，但每校每項接力得再註冊至多2位後補運動員，且成績須達個人參賽標準者。

七、比賽辦法：

（一）比賽規則：依據游泳協會審訂之最新游泳規則（2014-2017年）及其補充公告。

（二）競賽制度：依據游泳規則及技術手冊中之規定辦理。

（三）比賽細則：

- 各項預賽均採用時間制，不舉行複賽；錄取預賽中成績最優者8名參加決賽，決賽檢錄逾時未報到者，由第9名起依序遞補。
- 400公尺（含）以上距離之項目（不含接力及400公尺自由式）採計時決賽制，區分為快組與慢組進行，快組於決賽時間舉行。
- 不足8人（隊）之項目，直接於決賽時間比賽，不舉行預賽。
- 各組800公尺、1500公尺自由式比賽成績若超出參賽標準，大會有權終止其未完成之比賽。
- 禁止運動員消極比賽，違者將陳報由各縣市政府及游泳協會議處。
- 運動員因故無法比賽，依競賽規程第十一條第三項規定辦理。
- 比賽細則

（1）競賽池每日上午6:30-8:15，下午至1:45開放熱身。各單位運動員應於游泳池開放時間內練習，於競賽池熱身時，禁止佩戴划手板、蛙鞋及呼吸管。第0道及第9水道為15和25公尺跳水衝刺專用水道；第1水道為50公尺跳水衝刺專用水道；第8水道為25公尺跳水衝刺和轉身練習水道；第2-7水道為長泳練習水道，運動員入池練習須以打樁式入水，以免產生肢體

碰撞意外與危險，請各單位務必遵守並注意安全。

- (2) 有關任何競賽疑義應於技術會議中向裁判長提出反映，比賽期間，概不受理任何修改及變更。
- (3) 大會賽程同一項目俟各組決賽後，依秩序冊表列時程頒獎，運動員應著單位服裝迅速至頒獎台受獎，不得由他人代理領獎；逾時未能領獎者，獎項逕送大會獎品組處理。
- (4) 各項比賽遇有入決賽運動員百分秒相同時，將以千分秒作為水道編配依據，併列第八名(須加賽除外)。
- (5) 大會任何事項更動，均以報告員之宣告為準，凡有逾時或因故未能得知者，其衍生事項概自行負責。
- (6) 各單位參加各項接力賽之預、決賽名單，預賽及最後一天上午決賽應於每日上午9:00前，決賽於下午2:30前(以大會時間為準)，繳交至檢錄處，逾時以棄權論。
- (7) 各項比賽之檢錄項次，現場以白板公布於檢錄處旁，以供各隊教練及運動員知悉，比賽現場將不透過報告廣播通知。
- (8) 任何項目於比賽前20分鐘，運動員應主動到達檢錄處報到檢錄(現場不唱名)，經檢錄後，統一由裁判帶入比賽場地，運動員不得以任何理由離席，違者以棄權論。
- (9) 運動員檢錄時，應主動出示運動員證，無證者一律不准出賽；如運動員證遺失，請速至競賽紀錄組申請補發，在檢錄時未辦妥者，不得出場比賽。
- (10) 未依規定時間出賽，該項目以無故棄權論，未請假者，依競賽規程第十六第五項規定辦理。
- (11) 每日比賽期間，除編制內裁判、工作人員及與賽運動員，任何人均不可在場內逗留。

八、器材設備：所有競賽場地器材與設備，均須符合游泳設備規則之規定。

九、醫務管制：

- (一) 運動禁藥：依競賽規程第十七條規定辦理。
- (二) 性別檢查：必要時在大會期間得進行性別檢查。

貳、管理資訊：

一、競賽管理：在全國中等學校運動會組織委員會指導下，由游泳協會負責水上運動競賽各項技術工作。

二、技術人員：

- (一) 技術委員：共5人，召集人及委員由游泳協會與中華民國高級中等學校體育總會(以下簡稱高中體總)會商共同擬具推薦名單，報由105年全中運執行委員會(以下簡稱執委會)自名單中遴聘之，其中必須包括105年全中運承辦單位及高中體總推薦具國家A級裁判資格代表各1人。
- (二) 裁判人員：裁判長及裁判員由游泳協會與高中體總會商共同擬具推薦名單，報由執委會自名單中遴聘之，其中裁判長應聘請資深國家A級以上裁判擔任，裁判員為各縣市具國家A級裁判資格，且最近3年內有擔任執行裁判者中遴聘。

三、請假：依競賽規程第十一條第三項規定辦理。

四、申訴：依競賽規程第十三條規定辦理，國際單項運動規則另有規定者，依其規定辦理。

五、獎勵：依競賽規程第十五條規定辦理。

- (一) 頒獎於各項決賽後舉行，受獎者必須穿著代表隊制服，親自領獎不得代領。
- (二) 接力項目之頒獎名單，以參加決賽運動員為準。

六、禁藥管制：依競賽規程第十七條規定辦理。

參、會議：

一、技術會議：訂於105年4月23日（星期六）下午2時於國立臺東大學附屬體育高級中學國際會議室舉行。

（地址：臺東市體中路1號，電話：(089) -383629            )）

二、裁判會議：訂於105年4月23日（星期六）下午3時於國立臺東大學附屬體育高級中學國際會議室舉行。

（地址：臺東市體中路1號，電話：(089) -383629            )）