



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

全港學界跳繩比賽 2023 章程 (小學組)

由中國香港跳繩總會(下稱“本會”)主辦，康樂及文化事務署資助的「全港學界跳繩比賽 2023」將於 **2023 年 5 月 21 日, 5 月 28 日及 6 月 4 日**舉行。比賽規則詳情如下：

第一部份：一般資料

1. 比賽日期、時間、地點

比賽組別	日期	暫定時間	地點
港島小學組 & 九龍小學組	2023 年 5 月 21 日 (日)	09:00 – 18:00	秀茂坪天主教小學
新界東小學組 & 新界西小學組	2023 年 5 月 28 日 (日)	08:30 – 19:00	上水保榮路體育館
中學組 & 大專院校組	2023 年 6 月 4 日 (日)	08:30 – 19:00	荃灣體育館

2. 參賽資格

- 2.1 以學校為單位參賽，同一隊運動員必須為現時就讀於同校之學生，恕不接受以個人名義或以其他會員身份報名；
- 2.2 參賽學校必須為教育局註冊日間或全日制中小學及已於教育局註冊的大專院校，並已於報名比賽或之前註冊成為本會的會員。
- 2.3 若學校設有上午校及下午校，或同一學校設有中學部和小學部，或不同地區的大專院校，將被視為不同的獨立參賽單位，不能互相調換或混合隊員出賽。違規學校會被視作派遣違規運動員出賽，該學校將會被取消所有比賽項目的參賽資格。
- 2.4 運動員於報到、召集、進入比賽場區時，均必須出示學生證明文件正本(學生手冊/ 學生証)給工作人員或裁判檢查，是次比賽並不接受學生證或手冊以外的證明文件。如於比賽當日未能出示者則當違規論，該名運動員將被取消所有參賽資格。

**** (身份證明文件必須包含以下資料：運動員姓名、出生日期(年份)、學生相片及就讀學校)**

3. 比賽費用

- 3.1 每位**港幣 50 元正**(包括參與最多 2 項個人及 2 項團體項目) 報名費用請以劃線支票 繳交, 抬頭請寫上「中國香港跳繩總會有限公司」, 報名一經接納, 所繳費用將不會退回, 未被接納參賽之隊伍所繳交之費用將會退回。

4. 參賽紀律

- 4.1 每間參賽學校須由一名領隊帶領，負責與大會聯絡及管理其運動員在場內及場外之行為及秩序。若參賽隊伍於比賽當日沒有領隊帶領均不准參賽；
- 4.2 參賽隊伍須保持場內清潔及遵守場地規則；
- 4.3 派遣違規運動員出賽之學校，該名運動員將被取消所有參賽資格，學校所得之獎項會被褫奪；
- 4.4 運動員必須在報到、召集及進入比賽場區時出示 ******身份證明文件正本，讓工作人員及裁判核對，否則不准出賽。



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

5. 比賽服飾

- 5.1 所有同一學校的參賽隊伍隊員之服飾必須一致。
- 5.2 所有參賽者必須穿著運動襪及運動鞋參賽，以確保安全。
- 5.3 如遇參賽者於比賽期間鞋帶鬆脫，參賽者必須立即縛緊鞋帶才能繼續參賽，否則往後所跳的下數或花式均不會被評核。

6. 行為操守

- 6.1. 所有違反大會操守規則的參賽者將被處分。
- 6.2. 請勿於比賽進行期間使用閃光燈拍攝，以免影響運動員的表現。
- 6.3. 非本會派出的拍攝工作人員，不可進入比賽場區範圍內進行拍攝。
- 6.4. 報名表格內所填寫的資料必須全部屬實，並須詳細填寫各項資料。虛報資料者將被取消各項已報名的參加資格，所屬成績會被作廢，所繳交之費用亦不獲退還。
- 6.5. 各運動員必須留意賽會宣佈，準時到達場地及進行報到，否則當棄權論。
- 6.6. 比賽當日各組別運動員須於賽會指定報到時間前 10 - 15 分鐘到達場地並向工作人員報到。未經報到而進入比賽場區的運動員將不獲參賽/ 成績會被取消。
- 6.7. 各運動員及教練必須遵守賽會及體育館內的各項守則。



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

小學組

1) 分區指引 (www.hkssf.org.hk)

1.1 根據教育局學界體育聯會及過往參賽學校分佈，是次比賽有以下分區安排：

港島小學組	九龍小學組	新界西小學組	新界東小學組
中西區	九龍城區	葵青區	北區
東區	觀塘區	荃灣區	沙田區
南區	油尖旺區	元朗區	西貢區
灣仔區	黃大仙區	離島區	大埔區
	深水埗區	屯門區	

1.2 各個分區組別成績將獨立計算，不會與其他分區組別進行比較。

2) 參賽組別

2.1) 設男子組及女子組並按年齡分組如下：

組別	年齡限制
甲組	2010年1月1日或以後出生
乙組	2013年1月1日或以後出生
丙組	2015年1月1日或以後出生

2.2 年齡以年份計算，只設上限，不設下限。

2.3 運動員可越級參賽，但不得降級參賽。

2.4 每一位運動員只代表一個組別(男甲·乙·丙/女甲·乙·丙)比賽。若運動員越級參賽，賽事中只能參與越級組別之比賽，不得返回原屬組別參與比賽。違規學校會被視作派遣違規運動員出賽，該學校將會被取消所有比賽項目的參賽資格。

2.5 同一隊伍之運動員必須來自同一間學校。



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

3) 比賽項目(有關比賽規則，請參閱已上載到本會網頁的比賽章則)

3.1) 比賽分為個人項目及團體項目，見下表：

比賽項目 (男子組及女子組比賽項目相同)

組別	個人項目				團體項目		
甲	30 秒 速度跳	30 秒 2 重跳	2 分鐘 速度 耐力跳	45 秒 個人花式	1 分鐘 6 人 大繩賽	45 秒 3 人交互繩 速度賽	1 分鐘 3 人交互繩 花式
乙	30 秒 速度跳	30 秒 2 重跳	2 分鐘 速度 耐力跳	45 秒 個人花式	1 分鐘 6 人 大繩賽	45 秒 3 人交互繩 速度賽	1 分鐘 3 人交互繩 花式
丙	30 秒 速度跳	30 秒 2 重跳		30 秒 交叉開跳	1 分鐘 6 人 大繩賽		

- 3.2) 每校最多可派 6 隊(不論任何組別)出賽，6 隊參賽各額可自由分配於男子(甲/乙/丙)組或女子(甲/乙/丙)組。
- 3.3) 各個比賽組別至少需要 3 隊隊伍報名參賽，否則取消該組別之賽事。比賽費亦會全數退還。
- 3.4) 各分區組別名額上限為 50 隊。
- 3.5) 本會將視乎報名情況，或會調整各組別的參賽隊伍限額，以令更多隊伍可以參賽。
- 3.6) 所有個人項目每隊最多可派 2 位運動員參與；
- 3.7) 每位運動員最多可參加 2 項個人項目及 2 個團體項目，共 4 個項目。當中包括正選及後備身份的參賽項目。(例子：A 運動員可以代表學校參加 2 個個人項目及 1 個正選團體項目和 1 個後備團體項目。唯 A 運動員不可以同時參加 2 個個人項目及以後備身份參與第 3 項個人項目)



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

第二部份：比賽獎項

1) 個人項目比賽獎項

- 1.1 單項比賽之冠、亞、季、殿將獲發獎牌一面。
- 1.2 成績若相同時，名次並列時，獎牌則日後補發。

2) 團體項目比賽獎項

- 2.1 各項團體比賽之冠、亞、季、殿軍隊伍將獲發獎盃一座，所有隊員將獲發獎牌一面。
- 2.2 各名次成績若相同時，名次並列時，獎盃將於日後補發。

3) 隊際獎項

- 3.1. 每組之總成績冠、亞、季、殿軍隊伍將獲發獎盃一座；
- 3.2. 每隊成績以組別為單位獨立計算。
- 3.3. 隊際總成績是所有個人項目及團體項目所得分數總和，**累積最高分數**的隊伍成為該組別之冠軍，如此類推。各比賽項目的隊際得分如下：(參與分是給予有出席比賽的運動員或隊伍，以鼓勵更多運動員參賽。)
- 3.4. **參賽隊伍必須參加所有項目才有資格獲隊際總成績獎項。**

項目	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	第六名	第七名	第八名	參與分
個人項目	10	8	7	6	5	4	3	2	1
團體項目	20	16	14	12	10	8	6	4	2

3.5. 如若總分相同，則以以下項目次序之名次判定隊制名次。

(三人交互繩花式→三人交互跳速度賽→大繩賽→個人花式→2分鐘速度耐力跳→2重跳→30秒速度跳)



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

第三部份：報名方法

1.1). 填妥報名表後，連同劃線支票(抬頭請寫上「中國香港跳繩總會有限公司」) 親身或寄回「香港新界火炭禾寮坑路 18-28 號聯邦中心 11 樓 F 室」，請註明「**全港學界跳繩比賽 2023(學校名稱)**」；報名一經接納，所繳費用將不會退回。

1.2). 各會員的完整報名申請應包括：

郵寄方式遞交：(以郵戳日期為準)

- 報名表正本 (已蓋學校印鑑)
- 劃線支票

網上填妥：

- 運動員比賽電子聲明 (請參照本會網頁)

電郵遞交 (電郵地址: hkrsa.com@gmail.com)：

- 各參賽運動員學生身份證明文件副本 (附上個人照片之 PDF 檔案)
- 運動員名單電腦檔

1.3). 如參加學校未能於截止報名日期前提供上述項目資料，即為不完整報名，本會將有權拒絕其報名。

1.4). 各會員只需提交一張支票支付所屬的運動員之報名費用及裁判費用(如適用)，唯所有資料必須與報名表格上的資料一樣。

1.5). 比賽聲明可瀏覽本會網站 (<https://www.hkrsa.com/copy-2-of-%E6%9C%AC%E5%9C%B0%E8%B3%BD%E4%BA%8B>)

未滿18歲的運動員必須由其家長/監護人簽署聲名書後，於截止報名日期前簽妥網上聲明，方可參加比賽。

1.6). 缺席比賽者將自動作棄權論，所繳交的費用均不獲退還。

1.7). 若任何組別報名隊數多於限額(總隊數)，本會將抽籤決定入選名單。

第四部份：天氣情況

如在比賽當日，天文台於比賽當日第一場賽事報到前2小時已發出8號預警(天文台在發出8號熱帶氣旋警告訊號之前2小時會發出預警信息)、仍發出8號或以上熱帶氣旋警告訊號或黑色暴雨警告訊號，該日賽事即告取消。賽會稍後會通知參賽者相應安排。



中國香港跳繩總會
HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA | SINCE 1997



康樂及文化事務署
Leisure and Cultural
Services Department

第五部份：報名日期及查詢電話

即日起 2023 年 5 月 5 日 下午 5 時前均接受報名，截止日期以郵遞日期為準。如有任何疑問，歡迎於本會辦公時間致電 9464 9757 或電郵 hkrsa.com@gmail.com 與本會職員聯絡。

中國香港跳繩總會
比賽及活動籌備委員會

** 如有任何修訂或爭議，本會保留最終決定權 **

2023 年 5 月 3 日修訂