

## 第69回 西臼杵地区中学校総合体育大会 陸上競技実施要項

- 1 日 時 平成30年6月16日(土) ※雨天決行  
 ※荒天時は、17日(日)に順延  
 選手、役員集合 8時00分  
 監督会 8時30分  
 開会式 9時00分  
 競技開始 9時40分  
 閉会式 競技終了次第
- | 開 会 式          | 閉 会 式     |
|----------------|-----------|
| ○ 開会宣言         | ○ 成績発表    |
| ○ 優勝旗返還        | ○ 表彰      |
| ○ あいさつ(部会長)    | ○ 講評(部会長) |
| ○ 競技上の注意(専門部長) | ○ 閉会宣言    |
| ○ 選手宣誓(中)      |           |
| ○ 閉会宣言         |           |
- 2 会 場 五ヶ瀬町Gパーク陸上競技場
- 3 種 目 (1) 男子(19種目)  
 1年100m 2年100m 3年100m 1年1500m 2年1500m 3年1500m 低学年100mH  
 低学年4×100mR 共通200m 共通400m 共通800m 共通3000m 共通110mH  
 共通4×100mR 共通走高跳 共通走幅跳 共通三段跳 共通砲丸投 共通棒高跳  
 (2) 女子(15種目)  
 1年100m 2年100m 3年100m 低学年80mH 1年800m 2年800m 3年800m  
 低学年4×100mR 共通200m 共通1500m 共通100mH 共通4×100mR 共通走高跳  
 共通走幅跳 共通砲丸投  
 (注) 低学年4×100mRの走順は男女とも、2年・1年・1年・2年の順とする。
- 4 競技規則 2018年度日本陸上競技連盟競技規則並びに本大会規則による。
- 5 出場制限 (1) 1人の出場は、2種目以内とする。但し、リレーは1種目のみ兼ねてよいが、1人2種目出場することはできない。  
 (2) 選手の変更及び追加は認めない。  
 (3) リレーは学校代表1チームとし、1チーム6名以内とする。低学年4×100mRの補欠は学年を問わない。  
 (4) 同一種目で共通と低学年との出場はできない。(ハードルは同一種目とする。)
- 6 競技方法 (1) 男女別学校対抗戦とする。  
 (2) 得点は、1位3点、2位2点、3位1点とし、上位3位までの合計得点で行う。総合得点と同点の場合は、優勝種目数→2位→3位の種目数で決める。
- 7 組合せ (1) 予選において、同校選手が同一組にならないようにできる限り配慮する。  
 (2) 組合せは、西臼杵地区中学校体育連盟第1回陸上競技専門部会において行う。
- 8 参加申込 (1) 延岡市陸上競技協会 HP ( <http://nrk.goldengames.jp> ) で申込様式をダウンロードし  
平成30年 6月12日(火) 16時までに下記宛にメールで申し込むこと。
- 【申込先および申込書に関する問合せ先】**  
 高千穂中 緒方 英志 TEL (0982) 72-4121  
 E-mail : [ogataka@miyazaki-c.ed.jp](mailto:ogataka@miyazaki-c.ed.jp)
- (2) 申込に際し、番組編成のために参考記録の欄もできるだけ記入すること。  
 (3) メール以外での申込は受け付けない。なお、学校長より大会参加の承諾(申込ファイルを含む)を受け、選手一覧表とともに、6月14日(木)の専門部会に理事長へ2部提出すること。  
申込み締切後の受付は一切行わない。
- 9 表 彰 (1) 男女総合団体優勝校には、優勝旗・賞状を、2位・3位には賞状を授与する。また、男女別団体3位までに賞状を授与する。  
 (2) 各種目3位まで賞状を授与する。
- 10 その他 別紙陸上競技大会申し合わせ事項を熟読の上、申込み・参加すること。

# 陸上競技大会申し合わせ事項

## 1 競技者注意事項

- (1) 本大会は、2018年度(財)日本陸上競技連盟競技規則及び本大会要項規則並びに実施要項細則により行う。
- (2) 招集時間については、以下の通りとする。

競技種目	招集開始時間	招集完了時間
トラック競技	競技開始 30分前	競技開始 15分前
フィールド競技	競技開始 50分前	競技開始 30分前

- (3) 招集時間に遅れた者は、棄権とみなし出場は認めない。但し、他種目に出場中の場合は、代理でも可とする。招集完了後は、招集所に待機し、競技役員の誘導に従うこと。
- (4) リレーのオーダー用紙は、リレー競技開始の1時間前までとする。
- (5) 100m・200mは、予選・決勝を行う。それ以外のトラック種目は、タイムレース決勝により順位を決定する。但し、出場者が8名以下の場合は、予選は実施しない。
- (6) 競技用具の使用は、本競技場備え付けの用具を使用する。
- (7) スパイクのピンは、トラック、フィールドともに7mm以下とする。
- (8) スターターの合図は英語とする。「オン・ユア・マークス」、「セット」
- (9) スタートは、1回目不正スタートをした競技者が失格となる1発失格を採用する。

## 2 走路について

- (1) トラック競技100m～400mは、セパレートコースを使用する。

## 3 走高跳のバーの上げ方は次の通りとする。

性別	練習の高さ	試技スタートの高さ	備考
男子	1m30cm	1m35cm	以後、5cmずつ高くして試技を行う。
女子	1m05cm	1m10cm	

## 4 ハードルの高さ及びハードル間のインターバル等は次の通りとする。

種目	高さ	スタート～1台目	インターバル	最終～ゴール
低学年男子 100mH	84 cm	13 m	8.5 m	10.5 m
共通男子 110mH	91.4 cm	13.72 m	9.14 m	14.02 m
低学年女子 80mH	76.2 cm	12 m	7.5 m	15.5 m
共通女子 100mH	76.2 cm	13 m	8.0 m	15.0 m

## 5 砲丸の重量は以下の通りとする。

男子 → 5kg以上	女子 → 2.721kg以上
------------	----------------

## 6 棒高跳びについて

- (1) 他の種目と同様、地区代表4名以内とするが、県大会の練習の高さ**1m90cm**がクリアできるかどうかを各学校で十分検討してから申込を行うこと。5名以上の参加申込があった場合は、陸上競技専門部会で協議する。

## 7 その他

- (1) 他競技で県大会の出場権を得たチームに所属している生徒は出場できない。
- (2) リレーはオープン参加も認めるが、申込の際にオープン参加であることを明記すること。なお、順位・得点には含めないこととする。
- (3) 本大会において、県大会参加標準記録(別紙一覧表)を突破した上位4名までが県大会の出場権を得る。但し、各種目同一校からの出場枠は2枠であるため、同種目3名が同一校から県大会に出場することはできない。その際、5位以降の選手を順次繰り上げるが、参加標準記録を突破していない場合は、繰り上げは行わない。
- (4) ナンバーは、2017年度県中体連競技専門部より通知される番号を使用する。ナンバーは胸背部に付ける。但し、走高跳に出場する選手は胸背部のいずれかでよい。  
(男子→黒色 女子→赤色 ※できるだけ文字幅は2cmで作成することが望ましい)

学校名	番号始	番号終	学校名	番号始	番号終
高千穂	1	50	日之影	301	350
田原	151	200	五ヶ瀬	401	450
上野	201	250	五ヶ瀬中等	451	500

- (5) 当日の準備・後片付けは、大会出場関係者全員で協力してください。
- (6) 大会当日、各学校の生徒に補助員をお願いしますので、よろしくお願いします。
- (7) ゴミについては、各学校で責任をもって持ち帰るようにしてください。

# 宮崎県中学校総合体育大会参加標準記録

男子		女子	
種目	標準記録	種目	標準記録
1年100m	14"0	1年100m	16"0
2年100m	13"5	2年100m	15"5
3年100m	13"0	3年100m	15"0
1年1500m	5'30"0	1年800m	3'15"0
2年1500m	5'15"0	2年800m	3'05"0
3年1500m	5'00"0	3年800m	2'55"0
共通200m	27"0	共通200m	31"0
共通400m	63"0	共通1500m	6'00"0
共通800m	2'35"0	低学年80mH	18"0
共通3000m	11'30"0	共通100mH	21"0
低学年100mH	20"0	共通走高跳	1m15
共通110mH	22"0	共通走幅跳	3m50
共通走高跳	1m40	共通砲丸投	7m50
共通走幅跳	4m50	低学年400mR	65"0
共通砲丸投	6m50	共通400mR	62"0
共通三段跳	10m00		
共通棒高跳	※別途定める		
低学年400mR	57"0		
共通400mR	54"0		