

寶覺中學  
2022 - 2023 年度 學校通告第(11)號

各位家長：

下列事項，敬希 垂注：

- 一、本校陸運會於 12 月 14 日(星期三)及 12 月 15 日(星期四)上午 8:05—下午 1:45 於將軍澳運動場舉行。 貴子弟已報名參加之項目請見附件。
- 二、為鼓勵學生積極參與運動，所有學生必須參加最少一項比賽(工作人員除外)。如因健康理由而不能參加任何比賽，煩請 台端於回條內具列 貴子弟之健康情況，並附上醫生證明信。
- 三、陸運會倘遇惡劣天氣（例如懸掛三號或以下颱風訊號，黃暴雨警告訊號）取消，同學須回校按 12 月 14 日(星期三)及 12 月 15 日(星期四)時間表上課。如教育局宣布停課，同學則毋需上學。
- 四、所有學生必須於上午 8:05 前到達將軍澳運動場，須穿著運動服套裝及白色為主色運動鞋(校隊同學不可穿著隊衣)。
- 五、12 月 16 日(星期五)為陸運會翌日假期。

陳淑雯校長謹啟

2022 年 12 月 12 日

學校通告第(11)號 回條  
(請於 12 月 13 日或之前回覆)

敬覆者：本人知悉 貴校發出之 2022-2023 年度 學校通告第(11)號之內容。

本人  同意 敝子弟參加是次陸運會附表所列之比賽項目。  
 不同意 敝子弟參加是次陸運會之比賽，敝子弟健康狀況如下(請詳細說明)：

此覆  
寶覺中學陳校長

中\_\_\_\_級\_\_\_\_班學生：\_\_\_\_\_ ( )

家長簽署：\_\_\_\_\_

2022 年 12 月\_\_\_\_日

**寶覺中學**  
**2022-2023 年度陸運會**  
**學生注意事項**

日期：2022 年 12 月 14 日及 15 日（星期三、四）  
時間：上午 8 時 05 分至下午 1 時 45 分  
地點：將軍澳運動場



**注意事項：**

1. 未符合疫苗接種要求的同學需要回校進行學習活動，上課時間為上午 8 時 05 分至下午 1 時 45 分，安排另行通知。
2. 缺席請假：同學如因病未能出席，必須由家長於當天上午 8 時 05 分前致電回校請假，復課時必須將告假信及醫生證明交予班主任；如因事告假，必須於陸運會前兩天以書面向校長申請並得批准。
3. 集合時間：所有同學必須於上午 8 時 05 分前到達將軍澳運動場，否則作遲到論。遲到同學須先完成手冊內之英語篇章背誦，才可以參加陸運會任何活動。
4. 學校已經以書面形式向將軍澳運動場提交符合疫苗通行證要求的學生名單，同學於進場時可以豁免掃描安心出行及疫苗通行證的手續。
5. 同學必須帶備學生手冊，並於家中量度體溫及完成快速抗原測試，填寫在表格中。訓導老師會於運動場入口處檢查。
6. 同學必須於上午 8 時 15 分到跑道的各班指定位置點名。
7. 服飾：
  - (a) 所有同學必須穿著運動服套裝及白色為主色運動鞋。比賽期間可以穿著其他運動褲，於看台時必須穿著學校運動褲。若同學服飾不符合規格，校方會通知家長，學生須回家更換合規格服飾方可進場。
  - (b) 童軍及女童軍必須穿著整齊制服(有需要時穿著白色為主色運動鞋)，並帶備學校運動服於比賽前更換。
  - (c) 中六級同學只有在畢業跑期間可以穿著畢業班「班 TEE」。
  - (d) 校隊同學不可穿著隊衣、隊襖。
8. 基於保安原因，學生不宜攜帶手提電話，以免損毀或遺失。學生在運動場內所有場地，均嚴禁使用手提電話。
9. 同學必須帶備學生證，以辦理四社借用釘鞋手續之用。
10. 建議同學自攜水樽，使用運動場飲水機，減少使用樽裝水，響應環保。
11. 建議同學帶備額外口罩，以備不時之需。
12. 同學須按指示分社就座，如非參賽，不得離開所屬社區，更不得離開運動場。任何人等不得橫過跑道或進入草地。
13. 參賽者於比賽前必須做熱身運動，比賽後必須做整理運動。
14. 參加徑賽的同學須到徑賽報到處報到，參加田賽的同學須到比賽場地報到。

15. 參賽者須聆聽司令台一切宣布，包括比賽報到項目、比賽成績、得獎者姓名等。
16. 運動場設小食亭。
17. 各同學必須注意場地清潔，並於離場前清理所屬場區的垃圾。
18. 第一天畢業跑後，中六同學必須於班主任陪同下，方可逗留拍照留念，於 15 分鐘後離開。  
第二天不設拍照時段，同學須於陸運會完結後離開場地。
19. 如同學需要拍攝，可以經班主任向訓導組申請使用影相機。
20. 陸運會倘遇惡劣天氣取消（例如懸掛三號或以下颱風訊號，黃色暴雨警告訊號），同學須回校按當天時間表上課。如教育局宣布停課，同學則毋需上學。

**寶覺中學**  
**2022-2023 年度陸運會**  
**運動員須知**

1. 比賽規則採取香港業餘田徑總會審定之最新業餘田徑規則。
2. 每一名同學最多只可參加三項個人項目，在三項中必須包括有田賽及徑賽項目。(即兩田一徑或兩徑一田，但公開及接力項目不計算在內。)
3. 除跳高，田賽試擲或試跳次數為每人三次，不設決賽，結果以全部試技之成績訂定名次。
4. 100 米欄、400 米、800 米、1500 米與所有接力賽事將不設初賽，以時間定名次。
5. 100 米及 200 米之參賽人數於 16 人或以下，將不設初賽，以時間定名次。參賽人數多於 16 人，將以首八名最佳時間進入決賽。
6. 同學如須同時參加田賽及徑賽時，須獲得田賽老師允許，才可更改其試跳或試擲之次序，但不得要求連續試跳或試擲。當徑賽項目比賽完畢時，同學應立即返回田賽比賽場地向老師報到，再行參加比賽，如試跳或試擲之機會已經錯過，不能要求補回。
7. 田賽同學在徑賽完畢後，如不返回田賽比賽場地重行參加比賽，則以其經已參加之試跳或試擲成績作判決。
8. 任何起跑犯規的運動員將被取消該項目的比賽資格。
9. 田賽同學開始試跳或試擲時，如無故延遲試技，則不准再行試技，並登記作一次失敗論。
10. 同學不得代替他人比賽，亦不可代表其他組別參賽，否則取消其所有比賽資格，並由訓導組紀律處分。
11. 同學須注意司令台之宣佈，各項比賽分第一次召集、第二次召集及最後召集。第一次召集時，同學須到指定之報到處報到，而最後召集後三分鐘，呼名不報到者，即失去該項比賽之參賽資格。
12. 比賽進行中，除參加該項比賽之同學外，其他人士不得隨意進入場內，以免阻礙比賽進行。
13. 徑賽參賽同學，在比賽進行中，不得錯踏跑道線或故意阻礙別人，否則作犯規論。
14. 同學請勿進入草地，以免發生危險。
15. 同學在每次比賽前，須作充分的熱身準備，避免受傷。
16. 賽事完畢，同學應返回所屬社區的看台就座，不得在比賽場區留連。
17. 以上各項如有未盡之處，賽會有權刪除或修改，一切以總裁判的判決為準。