

田徑章

引言：

1. 鼓勵隊員從田徑訓練中鍛鍊身體，增強自信心
2. 提高隊員之田徑水準。

考核標準

採用記分制，分數分為兩方面計算，隊員須達到指定分數

1. 各級別分數要求：
 - 一級：20 分（出席分數 + 兩田一徑 / 兩徑一田 / 一跑一跳一擲）
 - 二級：25 分（同上）
 - 三級：30 分（同上）
2. 出席分計算方法：
 - i) 隊員應出席 12 節的訓練，每節半小時（如每次訓練時間為 1 小時，則作 2 節計），每出席 1 節可得 1 分，最多可取 12 分，最少亦須取 10 分
 - ii) 如訓練時間每次為 1 小時或以上，隊員最多只可取 2 分出席分
 - iii) 如訓練時間每次為 1 小時或以上，訓練次數也不可少於 6 次(不包括考核)
 - iv) 一、二、三級章均以上述方法計算出席分
3. 自選項目計算方法：
 - i) 隊員可在以下類別中自由選擇考核項目。惟其選擇的類別必須符合 考核標準第 1 點的要求；而其選擇項目也必須為以下類別中所指定的項目
 - ii) 隊員必須在每個考核項目中至少取得 1 分

甲、 徑類

➤ 跑項

項目 \ 分數			1	2	3	4	5	6	7	8
			100 公尺	秒	男	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0
		女	17.2	16.2	15.5	14.9	14.3	13.9	13.6	13.3
200 公尺	秒	男	34	32	30	29	28	27	26	25.5
		女	38	36	34	32	31	30	29	28.5
400 公尺	分、秒	男	1'16	1'13	1'10	1'08	1'06	1'04	1'02	1'00
		女	1'24	1'21	1'18	1'15	1'12	1'10	1'08	1'06
800 公尺	分、秒	男	3'10	3'00	2'50	2'40	2'35	2'30	2'25	2'20
		女	3'50	3'40	3'30	3'20	3'10	3'00	2'50	2'40
1500 公尺	分、秒	男	6'40	6'20	6'00	5'45	5'30	5'20	5'10	5'00
		女	/	/	/	/	/	/	/	/

乙、 田類

➤ 跳項

項目 \ 分數			1	2	3	4	5	6	7	8
			跳高	公尺	男	1.02	1.10	1.18	1.25	1.32
		女	1.00	1.06	1.12	1.18	1.23	1.28	1.33	1.36
跳遠	公尺	男	3.40	3.70	4.00	4.30	4.60	4.90	5.20	5.40
		女	3.00	3.35	3.65	3.90	4.10	4.25	4.40	4.50
三級跳遠	公尺	男	7.60	8.00	8.40	8.80	9.20	9.50	9.80	10.00
		女	/	/	/	/	/	/	/	/

➤ 擲項

項目 \ 分數			1	2	3	4	5	6	7	8
			1	2	3	4	5	6	7	8
推鉛球 (4kg)	公尺	男	5.6	6.2	6.8	7.4	8.0	8.5	9.0	9.5
		女	4.5	5.2	5.8	6.3	6.8	7.2	7.6	8.0
擲鐵餅 (1kg)	公尺	男	15	18	21	23.5	26	28	29.5	31
		女	10	13	16	18.5	20.5	22.5	24	25
標鎗 (600g)	公尺	男	15	18	21	23.5	26	28	30	31.5
		女	10	13	16	18.5	20.5	22.5	24	25

備註：

- 隊員不能同時參與田徑布章(任何項目)及田徑章(任何項目)的訓練及考核。
- 應先完成田徑布章才進行一級田徑章；而持有一級田徑章或以上的隊員，不能再進行及考取田徑布章。