

軟式野球

〈競技規定〉

1. 本大会は2016年公認野球規則による。
2. 大会使用球はすべて主催者が提出する公認球とする。
3. 試合開始予定時刻の1時間前までにチームは到着し、その旨を大会本部に申し出て所定のメンバー用紙を受領する。試合開始予定時刻になってもチームが球場に到着せず、それについて何らの連絡がない場合には棄権とみなす。ただし、交通事情による到着遅延については大会本部で協議し決定する。
第一試合のメンバー用紙(5部提出)交換及び攻守決定等は、試合開始予定時刻の40分前とする。第二試合以降は、前試合の3回終了時とする。
4. ベンチは、抽選番号の若番を一塁側とする。
5. 試合は7回とする。延長9回を経過するも勝敗を決しない場合は、タイゲームとして試合を打ち切り、勝敗を決するために、特別ルールを適用する。勝敗が決するまで行う。
※特別ルール……継続打順で、前回の最終打者を一塁走者とし、二塁・三塁の走者は順次前の打者とする。すなわち無死満塁の状態にして1イニングを行い、得点の多いチームを勝ちとする。勝敗が決しない場合は、さらに継続打順でこれを繰り返す。なお、通常の延長戦と同様規則によって認められる選手の交代は許される。
6. 全試合について、大会特別ルールを適用する。
7. 得点差によるコールドゲームは、4回半又は5回以降7点差が生じた場合に適用する。(決勝戦を除く)
8. 降雨・暗黒その他の事由でゲーム続行不能となった場合は、サスペンデッドゲームとする。
9. 競技場内に入り得る者は登録者22名(学校長・部長・監督・コーチ・選手18名)とする。
10. 試合中のアピール、選手交代などは部長・監督かもしくは、部長・監督の指示により主将又は当事者たる選手がこれを行う。
11. 無用のタイムはつつしみ試合進行に協力する。
12. シートノックは後攻側から始めて7分以内とし、ノッカーはユニフォームを着用する。ただし、前試合が延びている場合は、シートノックを省略することがある。
13. 第2イニング以降、守備についた投手のプレー前の練習投球数は3球以内とする。
14. 4回終了後グラウンド整備を行う。両チームはベンチに入り給水を行う。(3分間程度)
15. 応援観衆の管理に関しては、主催者及び当該試合校が責任を持つ。騒じょうその他の事由により主審が試合運行不能と認めた場合には、放棄試合を宣言し、過失なきチームの勝利とする。
16. 雨天その他による日程の変更その他はすべて主催者に一任する。
17. 本大会には控え審判をおく。
18. 校長・部長及び監督に事故ある場合は、当日試合前30分に大会本部に申し入れ登録変更の上、代理の者がベンチに入る。
19. 出場選手は背番号を使用すること。(1~18)ポジション番号を厳守すること。
20. バットリング・リストバンド・マスコットバットは大会場で使用を禁止する。
21. 事故防止のため、捕手はヘルメット・レガース、打者、次打者、走者、ランナーコーチ、シートノック時にボールを渡す選手はヘルメットを着用する。なお、ストッキングのハイカットは禁止する。(補助は最大3名までとする)
22. 試合終了のあいさつですべて完了とし、次の試合のためすみやかにベンチをあける。
23. 合同チームについては、日本中体連規則・四国中体連規則並びに県中体連規則に則る。

ソフトボール

〈競技規定〉

- 1 本大会は2016年度(公財)日本ソフトボール協会オフィシャル・ソフトボール・ルールによる。
- 2 試合は7回までとし、3回終了以降15点以上の差、4回終了以降10点以上の差、5回終了以降7点以上の差が生じたときは「コールドゲーム」を適用する。なお、7回終了時、同点の場合は、8回から「タイブレーカー」により試合を継続する。
- 3 試合開始後、90分を過ぎて、新しいイニングには入らない。なお、同点の場合は、次のイニングより「タイブレーカー」を適用し、延長戦と同様の扱いとする。
- 4 プレイヤーは18名とし、他にベンチ入りは部長(引率責任者)、監督1名、コーチ1名、合計21名以内とする。
- 5 フィールドイングは、競技場に入ることを許されたメンバー(プレイヤー18名以内)で行わなくてはならない。
- 6 試合開始予定時刻の30分前までに当該球場に集合すること。
- 7 安全のため、金属製及びセラミック製のスパイクの使用は禁止する。
- 8 同一チームの監督・コーチ・プレイヤーのユニフォームは、同色・同意匠でなければならない。また、背中と胸下にユニフォームナンバーをつける。監督は30、コーチは31・32、主将は10とする。ただし、コーチは所属学校の学校長または教員、または、学校長の承認を得てコーチ登録をした者に限る。所属学校の学校長または教員以外のコーチは、胸に指定の記章をつけなければならない。
- 9 捕手は、スロートガード付きマスク、捕手用ヘルメット、ボディプロテクター、両足に膝当て付きレガーズを着用しなければならない。なお、準備投球のとき、競技場内のいかなる場所で投球練習するときも必ずスロートガード付きマスク、捕手用ヘルメットを着用しなければならない。
- 10 打者・打者走者・走者・次打者・ベースコーチはヘルメットを着用しなければならない。
- 11 1・3塁のベースコーチはプレイヤーのみとする。
- 12 チームのメンバーは声を出したり、動作で投球のコースを教えるてはならない。
- 13 試合終了後の挨拶ですべて完了とし、次の試合のためにベンチを速やかにあける。なお、対戦チーム、バックネット裏へのあいさつは一切おこなわない。
- 14 役員テント、本部テントに大会関係者以外は入れない。
- 15 合同チームについては、日本中体連規則・四国中体連規則並びに徳島県中体連規則に則る。
- 16 保護者等の応援・写真撮影・ビデオ撮影は、1・3塁側ベンチより外野側で行い、各チームの監督・部長で指示をする。なお、鳴り物の応援を禁止する。

バレーボール

〈競技規定〉

1. 2016年度(公財)日本バレーボール協会6人制競技規則で行う。
2. チーム登録は監督1名, コーチ1名・マネージャー1名, 選手12名以内とする。
監督は, 当該校の校長・教員であり引率者としての責任を負う。コーチは当該校の校長が認めた者。マネージャーは, 生徒に限る。
3. 監督, コーチ, マネージャーは必ず規定のマークを胸部につけること。また, 監督, コーチは服装をそろえること。
4. 選手は競技規則に則り, 番号, 主将マークは必ず規定の通りつけること。
5. 選手変更等については開会式直前までは認めるが, それ以降は一切認めない。
6. ベンチ内にメガホン・うちわの持込みは禁止する。
7. スポーツマンシップに反する言動は反則となるので, ベンチ, 選手とも注意すること。
8. 合同チームについては, 日本中体連規則・四国中体連規則並びに徳島県中体連規則に則る。
9. 給水のためのタイムアウトを実施する。

バスケットボール

〈競技規定〉

1. 本大会は現行日本バスケットボール競技規則による。但しゾーンディフェンスは禁止とする。
2. 試合球は男子7号皮張り公認球・女子6号皮張り公認球を使用する。
3. ベンチは上位番号を, テーブルオフィシャルに向かって右とし, 下位番号を左とする。
○各チームとも, ユニフォームは濃淡二着準備する。上位番号を淡色(白)とする。背番号は4から18までとする。
4. ベンチに入りうるものは, 選手15名・引率責任者・監督・コーチ・マネージャーの計19名とする。なお引率責任者及び監督は, 出場校の教員(非常勤は除く)とし, コーチは出場校の教員, または学校長の認めた者でもよい。また, マネージャーについては, 出場校の教員もしくは生徒でもよい。
5. メンバー表は, 前の試合のハーフタイムまでにテーブルオフィシャル・相手チームに提出すること。
6. ベンチ内にメガホン・うちわの持込みは禁止する。
7. 試合前の練習を体育館の外で行うときには, 必ず靴をはきかえる。
8. 体育館フロアーには, 水分を持ち込まない。但しゲーム中に必要な飲料水については, ボトル形式の物にに入れて持ち込んでも良い。なお, 水分がフロアーに落ちた場合には, 各チームが責任を持って処理をする。
9. 各日とも第一試合のオフィシャルは第二試合の若い番号チームが, 第二試合以後は前試合の負けチームがオフィシャルを行う。決勝リーグのオフィシャルについては別に定める。
10. 合同チームについては, 日本中体連規則・四国中体連規則並びに徳島県中体連規則に則る。
・ユニフォームは統一すること。 ・レンタル制は可

ソフトテニス

〈競技規定〉

1. 参加資格

- (1) 県中体連規約に従って資格を得たもので、学校長の出場承認を得た者。
- (2) 団体戦は、同一校の選手8名以内と監督1名とで構成する。
- (3) 個人戦は、同一校の選手2名と監督1名とで構成する。
- (4) 個人戦については各郡市4チームとし、参加校数基準D型によりさらにチームを追加することができる(5～8校のとき6チーム、9～12校のとき8チーム、13校以上のとき10チーム)。
また、専門部の推薦により若干組追加する。

2. 引率者・監督

- (1) 参加者の引率及び監督は、出場校の校長・教員であること。
- (2) 監督に代わって、学校長が承認し届け出た外部指導者のベンチ入りを認める。外部指導者が監督代行することができる。(外部指導者規定)
- (3) 監督は1組または1チームに対し、当該校の教員または外部指導者1名であること。ただし、個人2組以上 出場する学校の場合は、出場組数まで監督を追加することができる。

3. 競技規則(財)日本ソフトテニス連盟の「国際競技規則」及び大会要項による。

4. 競技方法

- (1) 団体戦 トーナメント方式の3組による点取り法とする。
- (2) 個人戦 トーナメント方式とする。
- (3) ゲーム数 7回ゲーム。
- (4) 使用球 公認球(白色)を使用する。
- (5) 大会日程 第1日目は団体戦、第2日目は個人戦を行う。(雨天順延)
- (6) 雨天等の理由により、競技方法及びゲーム数等を変更することがある。

5. 服装 開・閉会式及び競技中は、次の通りとする。

(1) 選手

- ① 上は襟付き・半袖のスポーツシャツ、下は短パン(膝より上のパンツ)・スカート(財)日本ソフトテニス連盟公認)を着用すること。

(注)服装(用具を含めて)色等は華美にならないようにする。

特に蛍光色は避ける。また、スパッツの着用は認めない。

- ② テニスシューズを必ず履くこと。
- ③ 県名・校名・氏名を表すゼッケンを背中につけること。
- ④ ソックスは、ハイソックス・スニーカーソックスは認めない。

(2) 監督

ベンチ入りの時は、スポーツウェアを着用し、監督章をつけること。また、テニスシューズを必ず履くこと。

6. その他

- (1) 団体戦の上位2校は四国大会への出場権を得る。
- (2) 個人戦の上位8組は四国大会への出場権を得る。

卓 球

〈競 技 規 定〉

◇団 体 戦

1. 4シングルス・1ダブルスの5試合とする。
2. 試合は、準々決勝までトーナメント戦とし3点先取をもって勝ちとする。ただし、そのチームの第1試合のみ5試合全部行うことを原則とする。準決勝戦よりリーグ戦を行う。
3. シングルス・ダブルスは重複して出場することはできない。
4. 1校の選手は6～8名とする。ただし、ベンチに入り得る者は、その試合に出場する選手(6～8名)と監督(1名)とする。なお、監督の他にアドバイザーとして、学校長の承認を得たアドバイザー1名のベンチ入りを認める。

◇個 人 戦

1. 各郡市より選ばれた男・女8名とし、参加校数基準F型によりさらにチーム選手を追加することができる。
(1校～3校のときは8名、4校～6校のときは12名、7校から9校のときは16名、10校から12校のときは20名、13校以上のときは24名)
また、専門部の推薦により若干名追加する。
2. 郡市を考慮して組み合わせし、準々決勝までトーナメント戦で行い、勝者4名と敗者4名のリーグ戦を行う。9位10位決定戦を行う。
3. 個人戦のアドバイザーは選手1名につき1名のベンチ入りを認める。ただし、アドバイザーは、監督(校長または教員)・アドバイザー(成人の外部指導者)・生徒のいずれかとする。試合中のアドバイザーの変更は認められない。

◇規 定

1. 現行の日本卓球ルールで行う。
2. タイムアウト制については、団体戦は決勝リーグより、個人戦は順位決定リーグ戦より行う。
3. 使用球は硬式公認球のプラスチック白球とする。
4. 背中には、氏名(上部)、学校名(下部)を記入したゼッケンをつける。
5. 中学校選手権その他、県下的な試合で好成績をあげた学校(郡市)・選手は、シードの対象としブロックに分ける。

柔 道

〈競 技 規 定〉

◇団 体 戦

1. 選手編成

- (1) チームは1校単位で編成したチームとする。チームの人員は男子が監督1名・外部指導者1名・選手7名以内(3名での出場も認める)とし、女子は監督1名・外部指導者1名・選手4名以内(2名での出場も認める)とし、試合ごとに選手の位置をかえることはできない。各校それぞれ1チームまでとする。
- (2) 選手の編成は男女とも最も重い者を大将とし以下順次体重順に編成すること。補員を選手に繰り入れする場合も大将以下順次体重順に編成すること。一度退いた選手は、再出場できない。選手は計量後体重順でなければ編成しなすこと。
- (3) 選手の人員が男子5名、女子3名の定員に満たない場合は、大将から詰めて編成すること。
- (4) 講道館から正式に段証書が発行された者は黒帯を用いること。

2. 競技方法

- (1) 試合はIJF試合審判規定(新ルール)少年規定による。
- (2) 試合方法はトーナメントとする。但し、女子はチームの数によりリーグ戦をする場合もある。
- (3) 試合時間は3分とする。
- (4) チームの勝敗は次の順により決定する。
 - ① チーム間の勝数の差による。
 - ② ①において同等の場合は、内容により決定する。
 - ③ ②において同等の場合は、代表戦を行うものとする。
- (5) 代表戦は1回とし、試合時間は3分とする。(ゴールデンスコアを行う)
- (6) 一本勝ちには棄権、負傷、不戦、反則による勝ちも含む。
- (7) 判定基準は有効(指導2差)以上とする。絞技は認めるが関節技は禁止する。
- (8) 選手は全中大会に準じたゼッケンを背中に着けるものとする。

◇個 人 戦

1. 選手登録

- (1) 各階級に各学校2名までの出場を認める。
- (2) 県中学校体重別選手権における各階級の1～4位の選手は推薦とする。
- (3) 計量で体重が出場する階級に合わない場合には失格とする。他階級への移動は認めない。
- (4) 公式計量は公式計量時間内とする。時間を過ぎての計量は認めない。
- (5) 計量の服装は、男子は下穿きのみ、女子は、Tシャツと下穿きのみを着用を認める、但し、着用した服装の重さを配慮しないものとする。

2. 競技方法

- (1) 団体戦に準じて行い、各試合とも絶対判定とする。(ただし、ベスト8以上の試合より、ゴールデンスコアを行う)
- (2) 試合方法はトーナメントとする。但し、女子は参加者数によりリーグ戦をする場合もある。
- (3) 組み合わせは、中体連柔道専門部で行う。

3. 階 級

- (1) 男 子 -50・-55・-60・-66・-73・-81・-90・+90
女 子 -40・-44・-48・-52・-57・-63・-70・+70

◇引率者・監督

- ・参加生徒の引率者・監督は当該学校の校長・教員であること。
- ・監督、外部指導者の服装は、審判に準ずること。

相 撲

〈競技規定〉

1. (公財)日本相撲連盟の競技会規定及び審判規定並びに審判規定補足を用いて行う。
2. 監督及び引率責任者は、出場校の校長・教員であること。
3. コーチ(外部指導者)は、校長の承認を得た者とする。
4. 服装は、まわしで行うが、まわしの下にアンダーパンツ(黒スパッツ)を着用しても良い。
5. まわしには、ゼッケンをつけること。
6. 禁手は、① いぞり、かわずがけ、さばおり、はりて、合掌。
② 髪をつかむこと、殴ること、蹴るなど乱暴なこと。
③ 首や脇下や胸下に入れること。首をきめること。
④ その他危険な技。 とする。

競技中、禁手を行った時は原則として、禁手をもちいた方を負けとするが、主審、副審協議の上取り直しにすることもある。

(同じ禁手を同一選手が続けた時は負けとする)

◇団体戦

1. 1校1チーム(正3, 補2)学年を問わない。
2. 選手が2名しかいない場合は、先鋒・中堅・大将のどこを欠員してもよい。
3. 補員が出場する場合は、大会本部の承認を必要とする。一度退いた選手は、再び出場することはできない。
4. 団体戦優勝校が全国大会への出場権を得る。
5. 団体優秀3校が四国大会への出場権を得る。

◇個人戦

1. 学年別にトーナメントを行う。人数によってはリーグ戦を行うこともある。
2. 全国大会・四国大会個人戦代表選手の決定は
3年個人戦ベスト8, 2年個人戦ベスト4, 1年個人戦ベスト4まで及びピックアップした選手を加えた者でトーナメントを行い、ベスト8を四国大会代表選手とする。
また、ベスト3が全国大会への出場権を得る。

剣道

〈 競技規定 〉

1. 全日本剣道連盟「試合規則・審判規則・細則」及び日本中学校体育連盟「剣道部申し合わせ事項」による。
 2. 試合は団体戦と個人戦とし、すべて三本勝負とする。
 3. 試合時間は3分、延長2分(個人戦は勝負の決するまで、団体戦は1回まで、ただし勝敗が決している場合は行わない。以後は引き分けとする)とする。
 4. 申し込み後の選手の変更は原則として認めない。補員は欠けた正員の位置を補うものとする。一度正選手の位置を去った者は以後の試合に出場できない。
 5. 大会出場選手は垂れに名札をつけること。名札の大きさは垂れの大きさと校名の上部に横書き、姓を縦書きにする。
 6. 竹刀の検査(計測・計量)を行う。竹刀の長さは男女とも114cm(約3尺7寸)以内、重さは男子が440g以上、女子は400g以上とする。竹刀の先は、長さ50mm以上の先皮を使用し太さは、男子直径25mm以上、女子直径24mm以上とする。
 7. 不正竹刀を使用した場合、個人戦はその時点で負けとし、団体戦はその後試合を継続することができない。
 8. つばは必ず固定すること。
 9. 面ひもは、しめたあとの長さが40cm以内となるようにすること。
 10. 引率者・監督は、出場校の校長・教員であること。
 11. (1) サポーターなどの使用については、(足袋、テーピング、コルセットを含む)医療上必要と認める場合に限り使用を認める。使用する場合には届け出たうえで許可を得る。
(2) サポーターなどは、肘や膝などにつける物を足に使用したり、ゴムや革およびすべり止めを底に貼ったもの等の使用は禁止する。
(3) 指先単独でのテーピングは届け出不要とする。
(4) 届け出と違う物を使用した者は、替えさせる。
 12. 突き技は禁止として反則とすることもある。2刀は使用させない。上段の構えはとらせない。片手打ちは有効打突としない。
- ◇ 団体戦
1. 男女共に、1校 監督1名、選手5名、補員2名、計8名以内とし、決勝までトーナメント戦で行う。
 2. トーナメントの勝負の判定は、勝者数、ついで勝本数によって決定する。
 3. 代表戦は任意の代表者1本勝負とし、勝敗の決するまで行う。この場合の時間は3分延長戦は時間を区切らずに勝敗が決するまで行う。
 4. 団体戦のオーダーは、男女とも全国大会に準ずる
- ◇ 個人戦
1. 男子郡市代表選手は4名とする。女子郡市代表選手は2名とする。但し多くの出場校をもっている郡市は追加する。(若干名 専門部から推薦する。)

サッカー

〈競技規定〉

1. 2015/2016年度(財)日本サッカー協会の「サッカー競技規則」による。
2. 試合時間は、60分(30分ハーフ)とし、ハーフタイムのインターバル(前半終了から後半開始まで)は原則として10分間とする。勝敗が決しないときは、10分間(5分ハーフ)の延長戦を行い、なお決しないときは、PK方式により次回戦に進出するチームを決定する。決勝戦も同様とし優勝チームを決定する。
3. 試合球は、5号球とし、競技規則第2条に適合するものとする。
4. トーナメント方式により優勝以下第3位まで決定する。(3位決定戦は行わない。)
5. 1チームは、引率者1名、監督1名、コーチ(監督が兼ねることができる)1名、選手18名の計21名以内とする。
※ コーチについては、コーチ登録をした者で、校長の認めた者に限り、1名ベンチに入ることができる。
6. 交代に関しては、競技開始前に登録した最大7名の交代が認められ、一度退いた競技者も再び出場できる。
7. 大会中、2度の警告を受けた選手は次の1試合に出場できない。また、退場になった選手は次の1試合に出場できず、それ以後の試合については、専門部で協議し決定する。
8. 合同チームについては、日本中体連規則・四国中体連規則並びに徳島県中体連規則に則る。

体操・新体操

〈競技規定〉

1. (公財)日本体操協会競技規則に準じて行う。
(1)体操競技
男女とも団体4名(補員2名まで)・個人は自由とする。
規定演技と自由演技を行う。
規定演技 : 男子 ジュニア規定演技レベル1

自由演技 : 男子 2016年版中学校適用規則
: 女子 2016年版変更規則Ⅱ

競技種目	男子(団体総合)ゆか、跳馬、鉄棒 (個人総合)ゆか、あん馬、跳馬、鉄棒 女子(団体総合)跳馬、平均台、ゆか (個人総合)跳馬、段違い平行棒、平均台、ゆか
------	---

器具規定

男子

ゆか	広さ	12m平方
あん馬	高さ	115cm
跳馬	高さ	125cm (自由は1助走1演技)(規定は2演技の平均)
鉄棒	高さ	275cm

女子

跳馬	高さ	125cm 自由演技(3助走2演技)
段違い平行棒	高さ	上棒250cm 下棒170cm(20cmマット)
平均台	高さ	125cm(20cmマット) 長さ5m 幅10cm
ゆか	広さ	12m平方(伴奏が必要)

(2)新体操

団体競技 男子1チーム6名(補員2名まで)女子1チーム5名(補員3名まで)

個人(女子) 各校4名まで

手具(女子) 団体は「ボール」5個 個人「ロープ」「フープ」

演技時間 男子 2分30秒～3分 女子 2分15秒～30秒

演技 団体・個人とも自由演技とする。

競技規則(女子)

・平成28年度は、(公財)日本体操協会制定新体操規則2016年度版ジュニアルールを採用する。

2. 四国大会への出場権

(1)体操競技 団体 優勝チーム

個人 男女とも上位4名(優勝チームを除く)

団体のない県については個人上位8名

(2)新体操 団体 上位2チーム

個人(女子)上位3名

3. 新体操と体操競技とは、かねることはできない。

4. 試合の服装は、競技規則による。試合着には、校名を入れること。

学校マークは3cm×3cm(校名は略称)

5. 演技順序は抽選による。体操競技の種目毎の演技順は、オーダー表による。

6. 参加生徒の引率・監督は、出場校の校長・教員があたること。ただし、校長が認めたコーチ1名は会場に入ることができる。

7. 新体操女子は、団体・個人競技とも申告書を使用する。

水泳競技

〈競技規定〉

1. 2016年日本水泳連盟競技規則により行う。
2. 申込規定
 - ア 競泳の部1人2種目以内(リレーを除く)1種目1校3名以内とする。
 - イ 飛込の部—1種目1校2名以内とする。
 - ウ 参加校は、指定の申込書(一覧表)男女別で2部を作成し、県専門部長へ提出すること。
 - エ 申込締切以後の追加申込及び出場種目の変更は認めない。
3. 対抗形式
 - ア 競泳の部—男女別学校対抗
 - イ 飛込の部—男女別学校対抗
4. 順位の決定

競泳の部の得点は、各種目ごとに、1位8点、2位7点、3位6点……8位1点、リレーは、1位16点、2位14点3位12点……8位2点とする。同着の場合は、同点とし、得点の多い学校を上位とする。

なお、同点の場合は、次の順に従って順位の決定をする。

 - (1)リレー種目による得点の多い学校
 - (2)入賞者の多い学校(リレーは4名として計算)
 - (3)1位の多い学校
 - (4)2位の多い学校
5. その他
 - ア 締切時において申し込み人数が8名以内の種目は、予選を行わない。(当日棄権等で8名以内になってもプログラム通り予選を行う。)
 - イ 男子1500m自由形及び女子800m自由形はタイム決勝(申し込み数が9名以上であっても予選を行わない)とする。
 - ウ リレーのメンバーは、大会参加者であれば当日変更してもよい。
 - エ スタートは1回とする。

6. 競技順序

ア 競泳の部

開 会 式

(23日) (開会式10:00)				(24日) (競技開始10:00)			
1	女子	400m	フリーリレー 予選	31	女子	400m	メドレーリレー 予選
2	男子	400m	" "	32	男子	400m	" "
3	女子	50m	自由形 "	33	女子	200m	個人メドレー "
4	男子	50m	" "	34	男子	200m	" "
5	女子	400m	個人メドレー "	35	女子	400m	自由形 "
6	男子	400m	" "	36	男子	400m	" "
7	女子	200m	自由形 "	37	女子	100m	バタフライ "
8	男子	200m	" "	38	男子	100m	" "
9	女子	200m	バタフライ "	39	女子	100m	自由形 "
10	男子	200m	" "	40	男子	100m	" "
11	女子	200m	背泳ぎ "	41	女子	100m	背泳ぎ "
12	男子	200m	" "	42	男子	100m	" "
13	女子	200m	平泳ぎ "	43	女子	100m	平泳ぎ "
14	男子	200m	" "	44	男子	100m	" "
15	女子	800m	自由形 決勝	45	女子	200m	個人メドレー 決勝
16	男子	1500m	" "	46	男子	200m	" "
17	女子	50m	" "	47	女子	400m	自由形 "
18	男子	50m	" "	48	男子	400m	" "
19	女子	400m	個人メドレー "	49	女子	100m	バタフライ "
20	男子	400m	" "	50	男子	100m	" "
21	女子	200m	自由形 "	51	女子	100m	自由形 "
22	男子	200m	" "	52	男子	100m	" "
23	女子	200m	バタフライ "	53	女子	100m	背泳ぎ "
24	男子	200m	" "	54	男子	100m	" "
25	女子	200m	背泳ぎ "	55	女子	100m	平泳ぎ "
26	男子	200m	" "	56	男子	100m	" "
27	女子	200m	平泳ぎ "	57	女子	400m	メドレーリレー "
28	男子	200m	" "	58	男子	400m	" "
29	女子	400m	フリーリレー "				
30	男子	400m	" "				
							閉 会 式

イ 飛び込みの部 17日 (競技開始10:00)

バドミントン

〈競技規定〉

1. 現行の(公財)日本バドミントン協会競技規則並びに大会運営規定に準ずる。
2. 競技種目は、男女学校対抗の団体戦及び個人戦とする。団体戦は、複2・単1の対抗戦とする。(同一選手が単と複及び複と複を兼ねて出場することはできない。)
3. 団体戦チームは、監督1名、コーチまたはマネージャー1名、選手5名～7名とする。個人戦は、1校複4単8以内とする。コーチまたはマネージャーについては、学校長の認めた者とする。
4. シャトルは、(公財)日本バドミントン協会検定合格水鳥シャトルを使用する。
5. 服装は、(公財)日本バドミントン協会の検定に合格したものとし、((注)学校指定の体操服でもよい)上衣は背面中央部に校名及び姓の表示をすること。なお、上衣のすそを下衣に入れること。
6. 監督、コーチ、マネージャーがベンチ入りの時は、シューズを履くこと。
7. その他
 - (1)団体戦の上位2校は、四国大会への出場権を得る。
 - (2)個人戦の単は上位3名、複は上位3組が、四国大会への出場権を得る。

ハンドボール

〈競技規定〉

1. 2016年度、(公財)日本ハンドボール協会競技規則による。
2. 競技時間は、25分～10分～25分とし、トーナメント方式の場合は、第一延長(5分～5分)を行い、その後は7MCとする。
3. 競技方法は、参加チームが3校までの場合はリーグ戦とし、それを超える時は、トーナメント方式とする。
4. 試合使用球は、日本ハンドボール協会検定球(2号球)とする。
5. 1チームの編成は、役員4名以内・選手15名以内とする。
役員とは、学校代表者1名・部長1名・監督1名・コーチ1名とし、コーチ以外は、当該校の校長・教員であり、コーチは、学校長が認めた者でなければならない。
6. ユニフォーム番号は、NO. 1～NO. 15までとし、濃淡のハツキリした区別のできる2着をCP・GKとも用意すること。
7. 松ヤニ・松ヤニスプレーの使用は屋外コートに限り認める。
8. 合同チームについては、日本中体連規則・四国中体連規則並びに徳島県中体連規則に則る。

弓 道

〈競 技 規 定〉

1. 参 加

- ◎ 団体の部……同一中学校生徒で編成したチームであり、男女各1チーム。
(正選手3名, 補員1名 立順の変更は不可)
- ◎ 個人の部……男女あわせて6名まで(補員はもう一度筆頭に記入のこと)
団体戦出場者は団体戦予選の成績を、個人の成績とする。

2. 競技規則

全日本弓道連盟競技規則による。

3. 競 技

- 競技規則は近的競技のみとする。
- 種目は男子の部, 女子の部とする。
- 種類は団体競技・個人競技とする。
- 的は36cm霞的を使用し, 射距離は28mとする。
- 的中数により順位を決定する。
ただし, 同中の場合は団体戦と個人戦優勝決定の場合のみ射詰めとし, 他は遠近法による。

4. 競技方法

団体戦よりはじめる。

- (1)近的競技 ……坐射とする。
- (2)団体の部 ……予選は各自四ツ矢二立計24射的的中男女各上位4チームが決勝トーナメントに進出する。決勝トーナメントの対戦校は, 予選終了後に抽選で決める。なお, 3位決定戦は行わず, 準決勝敗退チームの的中数上位を3位とする。
また, 男女各3位まで表彰する。男女の優勝した学校が第12回全国中学生弓道大会の県代表として出場権を得るものとする。
- (3)個人の部 ……各自坐射による四ツ矢二立計8射で争うものとする。団体戦出場のメンバーは, 団体予選2立の結果を個人戦の結果とする。男女各3位まで表彰する。また, 個人優勝した男女各1名が第13回全国中学生弓道大会の個人戦への県代表として出場権を得るものとする。
- (4)制限時間 ……団体競技の行射制限時間は1立7分30秒以内とする。
(制限時間30秒前に予鈴で合図をする。)
- (5)選手変更ならびに交代
……選手変更は, 試合前の監督会議で1回のみできるものとする。選手交代は団体予選開始後から団体決勝戦の召集までに1回のみできるものとする。選手交代は, 監督会議で各学校に配布される選手交代届出用紙に記入の上, 射場内にある本部席へ提出するものとする。提出は, そのチームが最終控えのパイプイスに座り終えるまでに提出されたもののみ有効とする。
- (6)服装 ……男子 白シャツ・制服のズボン・白ソックス, 又は弓道衣
女子 白シャツ・制服のスカート・白ソックス, 又は弓道衣
(胸当てを着用すること)
(注)学校指定の体操服でもよい。

テニス

〈競技規定〉

1. 2016年度日本テニス協会ルールブックおよび大会要項によって行われる。
2. シード及び抽選方法
 - (1) 前年度優勝校を第1シード, 準優勝校を第2シードとする。
 - (2) 対戦校の抽選は当日の監督会議で行う。
3. 競技方法
 - (1) 男女とも, 2ダブルス・3シングルの団体トーナメントで行う。ただし, 出場校数4校以下の場合はリーグ戦とする。
 - (2) 試合はダブルスNO. 2→1・シングルNO. 3→1の順で行う。
 - (3) チーム編成は, 1チーム10名(最低7名必要)とする。シングルとダブルスを兼ねることはできない。
 - (4) 試合は, トーナメントの決勝のみ8ゲームプロセットマッチとし, 他試合はすべて1セットマッチ(6ゲームズオール後タイブレークシステム)とする。
 - (5) コンソレーションマッチは行わない。
 - (6) 試合はすべて対戦校相互によるSCU方式で行う。
 - (7) 勝敗が決しても打ち切りはしない。
4. 服装・用具
 - (1) 服装と用具について別に詳細を規定する。
 - (2) 引率教諭がベンチコーチとしてコートに入る際は, 選手と同様にロゴ等について遵守すること。
 - (3) 試合中(ウォーミングアップも含む), 式典中におけるプレイヤーの服装及び用具に付ける表示物については, 別に定める規定による。

空手道

〈競技規定〉

1. 全国中学生空手道選手権大会要項に準ずる。
2. 競技者は〈赤・青〉の帯を持参着用すること
3. 形競技
 - (1) 空手道競技規定の〈付録7：指定形リスト・得意形リスト〉から選択する。
 - (2) 予選は第一指定形を繰り返し行ってもよい。
 - (3) 準決勝・決勝は第二指定形・自由形を繰り返し行ってもよい。
4. 組手競技
 - (1) 拳サポーター(赤・青), ニューメンホー(V・VI), ボディプロテクター, シンガード・インステップガード, 男子はファールカップを着装すること。
3. 競技方法
 - (1) 形競技・組手競技ともトーナメント方式で行う。
 - (2) 団体形競技, 団体組手競技は学校対抗で, 選手3名, 補欠2名の3人制とする。
 - (3) 団体組手競技では2名での参加を認めるが先詰めとする。
 - (4) 競技時間は, 1分30秒フルタイムとし, 6ポイント差とする。