

臺南市 107 年市長盃民俗體育錦標賽競賽規程

- 一、宗旨：發展民俗體育運動，藉由比賽活動相互觀摩，提昇本市全民運動風氣及水準。
- 二、依據：臺南市體育處 107 年 9 月 20 日南市體處體動字第 1071050318 號函辦理。
- 三、指導單位：臺南市政府
- 四、主辦單位：臺南市政府教育局(體育處)
- 五、承辦單位：臺南市下營區下營國民小學
- 六、協辦單位：臺南市體育總會民俗體育委員會
臺南市體育總會體育志工委員會
- 七、比賽日期：中華民國 107 年 11 月 12、13 日(星期一至星期二)
- 八、比賽地點：臺南市體育處新營體育場
- 九、民俗體育競賽分組資格：
 - (一) 高中男子組：本市各公私立高中職在籍男生，以學校為單位組隊參加。
 - (二) 高中女子組：本市各公私立高中職在籍女生，以學校為單位組隊參加。
 - (三) 國中男子組：本市各公私立國中在籍男生，以學校為單位組隊參加。
 - (四) 國中女子組：本市各公私立國中在籍女生，以學校為單位組隊參加。
 - (五) 國小男童組：本市國小在籍男童，以學校為單位組隊參加。
 - (六) 國小女童組：本市國小在籍女童，以學校為單位組隊參加。
 - (七) 社會男子組：設籍本市或服務及就學本市大專以上之選手參加。
 - (八) 社會女子組：設籍本市或服務及就學本市大專以上之選手參加。
- 十、比賽項目：如下(以下場比賽隊伍為準，不滿三隊改為表演賽，選手經報名後不得無故棄權)。
 - (一) 扯鈴：
 1. 個人賽 2. 雙人賽
(國小組分國小女童中年級組、國小女童五年級組及國小女童六年級組、國小男童中年級組、國小男童五年級組及國小男童六年級組，國小組、國中組、高中組每校限報一隊，社會組開放報名。)
 3. 團體賽(四人賽) 4. 團體賽(八人賽)
(每校分男女可各報一隊，男女選手混合組隊者限報男生組、且男生隊員比例需達 50% 以上。)
 5. 扯鈴接力賽
(每校或單位限報一隊。)
 - (二) 跳繩：
 1. 花式跳繩：
 - (1) 個人賽 (2) 雙人賽
 - (3) 團體賽(男女不限，可混合組隊。)
 2. 競速賽：
 - (1) 男子團體賽 (2) 女子團體賽
 - (三) 踢毽子：
 1. 個人表演賽 2. 雙人表演賽 3. 團體表演賽
 4. 個人踢多計時賽 5. 個人對抗賽



(四) 國術彈腿：1. 個人賽 2. 團體賽 3. 創意賽

(五) 跳 鼓：1. 單隊組 2. 多隊組(每校可報 2 隊，選手不能重複報名，報名隊數超過 10 隊，就拆分 2 組比賽)

十一、比賽項目報名人數：

(一) 扯 鈴：每組每隊參加每一項目，個人賽限參加一人；雙人賽限參加二人，得報名三人；團體四人賽限參加四人，得報名五人；團體八人賽限參加八人，得報名十人。每人以參加二項為限(不包含八人團體及扯鈴接力賽)。

扯鈴接力賽每隊參賽選手人數，男、女共 12 人，包含正選選手 10 人及候補選手 2 人，正式下場比賽人數 10 人、女子選手至少 3 人。

(二) 跳 繩：1、花式跳繩：各組各隊參加每一項目限報一隊參加(隊數不足三隊時於領隊會議時可增報一隊)。個人賽限參加 1 人；雙人賽限參加 2 人，得報名 3 人；團體賽限參加 10 人，得報名 12 人，可以男女混合。每人以參加 2 項為限。

2、競速賽：每校可派 8 人，得報名 10 人參加。2 人甩大繩，同一時間至少需有四人(含)以上在大繩內作跳躍動作。

(三) 踢 毬 子：每組每隊參加每一項目，個人賽(含對抗賽)限參加一人；雙人賽(含對抗賽)限參加二人，得報名三人；團體賽限參加六人，得報名八人。每人以參加二項為限。

(四) 國術彈腿：1. 個人組：每單位每組可參加男女各 10 人

2. 團體組：每單位每組可參加二隊，每隊 4 - 6 人，不分性別。

3. 創意組：每單位每組可參加二隊，每隊 4 - 6 人，不分性別。

(五) 跳 鼓：單隊：10 人以下(包括 10 人)多隊：16 人以上(包括 16 人)參賽時間：6-8 分計時方式：鼓聲響時開始計時，最後鼓聲停止為結束。每不足一分鐘或超過一分鐘，扣總成績一分，以此累計扣分。

十二、比賽制度：各項比賽秩序，依比賽規則辦理，需事先抽籤者於領隊會議抽籤排定。

十三、比賽規則：

(一) 扯鈴

1、依照中華民國民俗體育運動協會 104 年修定公佈之比賽規則(扯鈴部分得使用安全鈴)

2、各項比賽時間調整如下

比賽組別	個人賽	雙人賽
比賽時間	3 分 30 秒 - 4 分鐘	3 分 30 秒 - 4 分鐘



比賽組別	四人團體賽	八人團體賽
比賽時間	4 分 30 秒 — 5 分鐘	5 分 30 秒 — 6 分鐘

3、團體賽男女混合組隊，得報名男生組。

4、扯鈴接力賽規賽

- (1)起點和終點相距 15 公尺。
- (2)選手由起點運鈴至終點處後，以上拋鈴跳一方式成功五次後，拋鈴回起點傳給下一位選手，重複該動作。
- (3)最後一棒上拋鈴跳一方式成功五次後，運鈴回地點，完成比賽。
- (4)接鈴選手跨越起點線接鈴，得回到起點處開始運鈴。未依規定回起點運鈴者加罰 15 秒。
- (5)以計時方式進行比賽。

(二)跳繩

依照中華民國民俗體育運動協會 100 年審定公佈之比賽規則

1、比賽時間：(逾時或不足總分結算後扣 2 分)

(1)花式跳繩

- a、個人賽：1 分 30 秒至 2 分鐘。
- b、雙人賽：2 分鐘至 2 分 30 秒。
- c、團體賽：7 分至 8 分鐘。

(2)競速賽

採 1 分鐘限時累計成功次數之計次賽。

(三)踢毬規則如下

1、個人踢多計時賽

- (1)、規則：限定時間 2 分鐘內且以三次機會為限(時間到則終止計算踢毬次數)。
- (2)、場地：範圍不限。
- (3)、名次：採計最佳連踢之成績(相同比次佳成績)為優勝。

2、個人對抗賽

- (1)、一局 11 分，比兩局，兩局得分相加多者獲勝(若相同加賽一局)。
- (2)、發毬：採大武及小武「勾」。
- (3)、回毬：可用大、小武；可調毬，至多三下要過網。

3、雙人對抗賽

- (1)、一局 11 分，比兩局，兩局得分相加多者獲勝(若相同加賽一局)。
- (2)、發毬：採大武及小武「勾」。
- (3)、回毬：可用大、小武；可調毬，至多四下要過網且個人不可連續踢毬。

(四)國術彈腿：

1、比賽項目： 1. 個人組 2. 團體組 3. 創意組

2、比賽項目報名人數：

- (1)個人組：每單位每組最多可參加男女各 10 人
- (2)團體組：每單位每組最多可參加二隊，每隊 4 - 6 人。
- (3)創意組：每單位每組最多可參加二隊，每隊 4 - 6 人。

3、組別：以下組別皆男女分組，唯個人組若未達六人或團體組未超過四組則可併組比賽，不得異議，但個人組若超過十五人或團體組超過八組以上，則可再平均人數或組數，多開一個組別。



以示公平！

- A. 國小男童一至三年級組
- B. 國小女童一至三年級組
- C. 國小男童四至六年級組
- D. 國小女童四至六年級組
- E. 國中男子組
- F. 國中女子組
- G. 高中男子組
- H. 高中女子組
- I. 社會男子組
- J. 社會女子組

4、資格：與本競賽總則之分組資格相同

5、競賽規則：

按照中央國術館系統所傳之正統十路彈腿為主、口訣如下：

起勢

頭路衝掃似扁擔
二路十字人拉鑽
三路蓋捶雙劈打
四路轉磨生奇觀
五路架打跟蹬腿
六路看管封逼然
七路捧鎖重閃門
八路轉移如連環
九路雙撐十字腿
十路採化如箭彈

收勢

6、評分標準：

- (1) 動作招式 40%：手、眼、身、步、法之動作規格及運用方法正確與否。
- (2) 勁力、協調 20%：動作中勁力的展現是否完整；手眼身步法之間的相互配合是否順暢
- (3) 精神、節奏 20%：意識是否集中並且具有攻防意識；剛與柔、快與慢等各種節奏的處理。
- (4) 武德、服裝 10%：上下場應行抱拳禮；服裝須著比賽用之功夫裝。
- (5) 其他錯誤 10%：錯誤扣分每出現一次，應累積扣分。
 - a. 遺忘：輕微遺忘扣 2 分，嚴重遺忘扣 5 分
 - b. 失衡：動作搖動、晃動、跳動扣 2 分；跌倒 扣 5 分、
 - c. 服裝、服裝開鈕或撕裂、鞋掉落或飾品等影響動作每次扣 2 分。
- (6) 團體組或創意組報名後每增加一人或減少一人，扣總成績 5 分；比賽時間 2 - 5 分，每不足或增加 30 秒，扣總成績 5 分。
- (7) 創意組：
 - A、編排內容須以彈腿內容進行演練，可自行創作隊形、對練、配樂、服裝等，必須以發揮傳統武術精神，表現彈腿力與美為指導原則。
 - B、時間 2 - 5 分，每不足或增加 30 秒，扣總成績 5 分。
 - C、服裝：須穿著比賽用之中式唐裝、燈籠褲、平底練功鞋



腰帶；顏色、樣式可自行發揮該校或該隊之風格特色，不可穿著一般運動服及運動鞋或其他不合規定之服裝者，違者每一人扣 5 分。

D、套路未完成，不予評分。

E、參賽選手如有資格不符或冒名頂替，經查證屬實，除取消資格及各項成績，並收回已發給之獎牌獎狀。

7、規則中如有未盡事宜，得以大會修正公佈之。

(五) 跳鼓比賽內容(比賽用器材需自備)

1、評分標準

(1)表演內容〈陣勢變化〉：40 分

(2)鑼、鼓、鈸配合〈氣氛掌握〉：20 分

(3)動作熟練與技巧〈動作敏捷、紮實〉：20 分

(4)團隊精神〈默契、服裝整齊、秩序、時間掌握〉：20 分

2、扣分標準：

(1)每不足一分鐘或超過一分鐘，扣總成績 1 分，以此類推。〈由裁判長扣分〉

(2)人數每不足一人扣總成績 0.5 分〈由裁判長扣分〉

3、其他扣分標準：

(1)飾物掉落：每出現一次扣 1 分〈如：頭帶、腰帶、鞋子、鑼飾物、鼓飾物等〉

(2)道具落地：每出現一次扣 2 分〈如：頭旗、涼傘、鼓棒、鑼槌〉

(3)隊員跌倒：每出現一次扣 1 分

(4)遺忘動作：每出現一次扣 1 分

十四、報名日期：自即日起至 107 年 10 月 9 日(星期二)。

十五、報名附註：

(一) 指導教練，每隊(含隊長)十人以下，列一人，十人以上得列二人，管理列一人(多列由大會依序刪除)。

(二) 因應獎狀雙語化的實施，報名校名及領隊、教練、管理及隊員需加註英文名，無加註英文名不頒發獎狀。

(三) 請依各項目報名表報名，下載列印核章後寄下營國小學務處。

(四) 扯鈴比賽報名完成，請把比賽音樂 CD(MP3 格式)於 11 月 1 日前請以 Google Chrome 瀏覽器連結網址：<https://goo.gl/9D1gQS>，並將音樂檔上傳至「107 年市長盃民俗體育錦標賽音樂檔」資料夾中，音樂檔案名稱請參照本計畫「十、比賽項目」進行命名，例如：01 扯鈴_01 個人賽_國小女童中年級組_下營國小。當天不受理音樂代播。如無法於期限寄達者，當天請自行準備播放器自行播放音樂。

十六、報名方式：

學校統一報名網址：<http://163.26.179.2/folk10711>

另，社會男子組、社會女子組報名前請與競賽組李友榮組長聯繫(手機：0918-150375)，以利順利報名。

十七、領隊抽籤會議：107 年 10 月 16 日(星期二)上午 10 時，在下營國小視聽教室舉行，不另行文通知，請各領隊準時與會。未出席者由大會代為抽籤，對議決之事項不得異議。



十八、開幕典禮：107 年 11 月 12 日（星期一）上午 時在臺南市體育處新營體育場體育館舉行，請各隊穿著運動服裝；攜帶校旗或隊旗，於 10 時前到場集合，以備參加開幕。

十九、申訴：

- （一）比賽爭議時，如規則上有明文規定者，以裁判之判決為終決，如有同等意義之註明，亦不得提出申訴。
- （二）申訴得由各單位領隊或教練簽章，並附繳保證金新台幣參仟元正，用書面向審判委員會提出，如經查核認為申訴無理時，得沒收其保證金。
- （三）關於競賽所發生之問題，除當時得用口頭申訴外，仍須照前規定，於該項成績宣佈後三十分鐘內，具正式手續提出，否則概不受理。
- （四）各種比賽在進行中各單位領隊、指導及運動員不得當場直接質詢裁判員。
- （五）個人比賽之運動員不合資格者，一經証實，即取消比賽資格及個人所得或應得之分數。
- （六）團體賽中有不合資格者，一經証實，即取消該隊在該項比賽中所得之名次。
- （七）運動員無故棄權經查明屬實者，通知其所屬單位議處之。

二十、獎勵：個人及團隊獎依實際參賽人（隊）數按下列名額錄取

- （一）3 人（隊）錄取 1 名；4 人（隊）錄取 2 名；5 人（隊）錄取 3 名；6 人（隊）錄取 4 名；7 人（隊）錄取 5 名；8 人（隊）錄取 6 名；9 人（隊）錄取 7 名；10 人（隊）以上錄取 8 名。
- （二）「各競賽種類及項目之實際參賽人（隊）數未達 2 人（隊）以上，或運動員於參賽項目之全部賽程均未出賽者，不予獎勵」
- （三）優勝隊伍隊職員、辦理活動有功人員，依照「臺南市立高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理敘獎。

二十一、附則：

- （一）辦理本活動工作人員依「臺南市立高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」敘獎。
- （二）本次社會組比賽選手請攜帶相關證件證明是大專以上選手方能參加，若高國中小學生跨組參加，經查獲後一律取消參賽資格。
- （三）本辦法如有未盡事宜得隨時修正公佈之。

