

# 106 學年度宜蘭縣中小學運動會-民俗體育比賽競賽規程

106 年 12 月 20 日宜縣府教體字第 1060206018 號函備查在案

**壹、主旨：**加強民俗體育運動，發揚傳統文化，促進全民身心健康。

**貳、主辦單位：**宜蘭縣政府。

**參、承辦單位：**宜蘭縣冬山鄉順安國民小學。

**肆、協辦單位：**宜蘭縣立體育場、宜蘭縣體育會、宜蘭縣民俗體育委員會、宜蘭縣彈腿委員會、宜蘭縣獨輪車委員會、宜蘭縣柔力球委員會、宜蘭縣風箏協會、羅東鎮體育會扯鈴委員會、順安國小家長會、順安國小教育基金會、本縣各級中小學、苗栗縣心雨資訊工作室。

**伍、比賽日期及時間：**中華民國 107 年 3 月 23 日、24 日（星期五、六）。

一、開幕時間：3 月 24 日（六），上午 9 點。

二、扯鈴、彈腿、柔力球：3 月 23 日（五），上午 9 點起至賽程結束。

三、風箏、踢毬、跳繩、陀螺、獨輪車：3 月 24 日（六），開幕後隨即比賽至賽程結束。

**陸、開幕及各項競賽比賽地點：**

一、開幕：宜蘭縣立體育館

二、扯鈴、彈腿、柔力球：順安國小築夢館

三、踢毬、跳繩：宜蘭縣立體育館

四、獨輪車：宜蘭縣立體育館大廳（花式比賽）、宜蘭運動公園大草坪內環道（競速比賽）

五、陀螺：宜蘭縣立體育館前方廣場

六、風箏：宜蘭運動公園大草坪（動態評分）、田徑場大廳（靜態評分）

**柒、報名日期：**即日起至中華民國 107 年 3 月 7 日（星期三），下午 5 點止。

**捌、報名收件：**

一、比賽採線上報名，網址：<http://www.sinyu.idv.tw/games/2018032301/show.asp>。

二、線上報名系統開放至 107 年 3 月 7 日（三）下午 5 時止，逾時不候，請務必把握時間報名。

報名系統簡要說明如下：

1、各校登入報名系統時，請註冊並且設定帳號密碼後，方能進行報名作業。

2、報名雙人賽及團體賽項目時，選手名單請按 more，以利增加選手姓名。

（1）後補選手請列在名單最後，比賽檢錄時請確實核對出賽名單。

例如：林小華、張大仁、王中明。（王中明，即為候補選手）

（2）風箏請註明主題名稱，其餘項目該欄位保持空白。

三、線上報名完成後，請學校務必列印報名表並核章，並於 107 年 3 月 9 日（五）下班前，

將紙本報名表，無需郵寄，請傳真（Fax:9553292）至順安國小學務處，方完成報名手續。

四、報名作業如有問題請洽順安國小學務處，電話 9583445 分機 205 游志堅主任。

**玖、領隊會議及抽籤：**

一、領隊會議：107 年 3 月 14 日（三）下午 2 時，於順安國小博學樓三樓多媒體教室舉行。

二、會中公布各項比賽出場順序並同時進行踢毬對抗賽抽籤，未到者由大會代抽，（領隊會議不另通知，時間或地點如有更改，則另行通知）。

**拾、參加資格：**

一、以本縣在學具有學籍之學生，國小組於民國 94 年 8 月 1 日以後出生者，國中組於民國 91 年 8 月 1 日以後出生者，高中組於民國 88 年 8 月 1 日以後出生者為限。

二、選手於檢錄出賽時，裁判應依權責檢核選手之學生身分，提示證件如下：

（一）高中職組及國中組：國民身分證或學生證。

(二)國小組：國民身分證或貼有照片的在學證明書。

(三)鼓勵各校踴躍報名參加。

**拾壹、競賽項目：**

項次	種類	項目
一	踢毬	1、個人花式賽
		2、個人對抗賽
		3、雙人對抗賽
		4、個人耐力賽
		5、團體限時計次賽
二	跳繩	1、個人賽
		2、雙人賽
		3、團體賽
		4、個人一跳二迴旋限時計次賽
		5、個人一跳三迴旋不限時(耐力)計次賽
		6、雙人一跳二迴旋限時計次賽
		7、團體限時計次賽
三	扯鈴	1、個人賽
		2、雙人賽
		3、團體賽
四	彈腿	1、個人賽
		2、雙人賽
		3、團體賽
五	風箏	1、平面小型組(主體長度在一公尺以下)。
		2、平面大型組(主體長度在一公尺以上)。
		3、立體型(具有體積者)。
		4、多節型(6節以上)。
六	獨輪車	1、個人花式競技賽
		2、雙人花式競技賽
		3、團體花式競技賽
		4、個人前進100公尺競速計時賽
		5、個人後退100公尺競速計時賽
七	柔力球	團體賽(規定套路、飛龍系列、陽光系列)
八	陀螺	1、個人擲準賽
		2、團體擲準賽

**拾貳、錦標種類：**

一、踢毬、跳繩、扯鈴、風箏、彈腿、獨輪車、陀螺

(一)高中職男生組 (二)高中職女生組 (三)國中男生組

(四)國中女生組 (五)國小男生組 (六)國小女生組

二、柔力球錦標採計國小組及國中組；若報名校數若未達三校(各組合計)，

則列為表演賽，不計比賽成績。

### 拾參、參加辦法：

#### 一、踢毬：(每校為1報名單位)

- 1、個人花式賽：至多2人。
- 2、個人耐力賽：至多2人。
- 3、團體限時計次賽：限1隊4人(可候補1人)。
- 4、個人對抗賽：限1人。
- 5、雙人對抗賽：限1隊(可候補1人)。
- 6、每校同1人至多參加3項(含候補)。

#### 二、跳繩：(每校為1報名單位)

- 1、個人賽：至多2人。
- 2、雙人賽：限1隊(可候補1人)。
- 3、團體賽：限1隊(12人)(可候補2人)。
- 4、國小組個人一跳二迴旋限時計次賽：限1人。
- 5、國小組個人一跳三迴旋不限時(耐力)計次賽：限1人。
- 6、國小組雙人限時計次賽：限1隊(可候補1人)。
- 7、國中組、高中職組個人一跳二迴旋限時計次賽：限2人。
- 8、國中組、高中職組個人一跳三迴旋不限時(耐力)計次賽：限2人。
- 9、國中組、高中職組雙人限時計次賽：限2隊(可候補1人)。
- 10、各組團體限時計次賽：限1隊(12人)(可候補2人)。
- 11、每校同1人至多參加3項(含候補)。

#### 三、扯鈴：(每校為1報名單位)

- 1、個人賽：至多2人。
- 2、雙人賽：限1隊(可候補1人)。
- 3、團體賽：限1隊(8人)(可候補2人)。
- 4、每校同1人至多參加2項(含候補)。

#### 四、風箏：每校每組至多參加2件，每校同1人至多參加2項。本項比賽為團體賽， 報名人數必須足額。

- 1、平面小型每件2人。
- 2、平面大型每件3人。
- 3、立體型每件3人。
- 4、多節型每件5人。

(多節型每50公尺內，限報5名；長度若超過50公尺者，每滿10公尺，可增加1名，依此類推)。

#### 五、彈腿：

- 1、個人賽：至多參加2人。
- 2、雙人賽：至多1組，可候補1人。
- 3、團體賽：以學校為單位，每校限參加1隊，每隊報名6人(候補2人)。
- 4、每校同1人至多參加2項(含候補)。

#### 六、獨輪車：(每校為1報名單位)

- 1、個人賽：至多2人。
- 2、雙人賽：限1隊(可候補1人)。

- 3、團體賽：限1隊(6人)(可候補2人)。
- 4、前進競速計時個人賽：至多2人。
- 5、後退競速計時個人賽：至多2人。
- 6、每校同1人至多參加3項(含候補)。
- 七、柔力球：團體賽(8人~12人)，可候補2人。每校限參加1隊。
- 八、陀螺：(每校為1報名隊伍)
  - 1、個人擲準賽：至多2人。
  - 2、團體擲準賽：限1隊(6人)(可候補2人)，

#### 拾肆、獎勵：

- 一、各單項競賽依參加人(隊)數錄取名次，一到二人(隊)取一名，三到四人(隊)取二名，五到六人(隊)取三名，七至八人(隊)取四名，九至十人(隊)取五名，十一人(隊)以上取六名，頒發獎狀，以茲鼓勵。
- 二、各項目比賽候補選手不頒發獎狀，若有替換上場比賽者，則依實際下場選手為頒獎對象。請各校於報名時，務必校正選手姓名，以免誤繕獎狀姓名。
- 三、各項團體錦標優勝單位頒發獎盃，依各單項各組之參加校數錄取：一至二校取一名，三至四校取二名，五到六校取三名，七校以上取四名，。
- 四、各單項錦標優勝或個人賽獲第一名之指導教師，依縣府教育人員獎懲作業要點規定，請各校依權責核予敘獎，以茲鼓勵。

#### 拾伍、計分方法：

- 一、各組取前六名計分，個人及雙人組按七、五、四、三、二、一給分；團體組按十四、十、八、六、四、二給分。
- 二、依總分多寡計算各項各組錦標名次，若總分相同則以單項較高名次單位為優勝，若仍相同，則名次並列。

#### 拾陸、比賽規則及評分標準：

- 一、踢毬、跳繩、風箏、彈腿、陀螺、扯鈴等比賽：採用中華民國民俗體育運動協會最新編印之「民俗體育運動規則」。
- 二、踢毬個人耐力賽、團體限時計次賽：採用踢毬比賽個人耐力賽及團體限時計次賽競賽說明(如附件三)。
- 三、跳繩個人、雙人限時計次賽及三迴旋耐力賽：採用跳繩比賽個人、雙人限時計次賽及三迴旋耐力計次賽~競賽說明(如附件四)。
- 四、獨輪車比賽採用中華民國獨輪車比賽規則。
- 五、柔力球採用「中華民國柔力球協會比賽規則」及「柔力球比賽相關規定」(如附件五)。

#### 拾柒、申訴：

- 一、比賽爭議如規則上有明文規定者，以裁判判決為終決，如有同義註明，亦不得提出申訴。
- 二、合法之申訴應由單位領隊簽字蓋章，以書面向裁判委員會正式提出，以委員會之判決為終決，提出申訴時須附繳保證金新台幣壹仟元，委員會認為申訴無理由時，得沒收所繳保證金充作大會比賽費用。
- 三、關於競賽所發生之問題，除當時得用口頭申訴外，仍須依照前項規定於該競賽成績宣佈後之三十分鐘內，補具正式書面資料提出申請，否則概不受理。
- 四、各種比賽進行中，各單位領隊、指導及運動員不得當場質詢裁判員。

#### 拾捌、懲罰：

- 一、凡當場次無比賽之運動員擅自進入比賽場地者，一經發現得取消該運動員之資格及在所有比賽所得之分數。
- 二、個人賽中有不合資格者，一經證實，即取消其資格及個人已得或應得之分數。
- 三、團體賽中有不合資格者，一經證實，即取消該隊在該項比賽中所得之名次。
- 四、運動員在大會期間如有違背運動精神或不正常之行為及不服裁判之情形，經查明屬實者通知其所屬單位議處之。

**拾玖、附則：**

- 一、各校參加經費請自理，並請惠予參加師生公差假登記(教師如有課務請排代)。
- 二、參加比賽所使用之音樂請自行播放，大會備有音響場商人員協助。
- 三、風箏比賽：
  - 1、創作主題以狗為主題。惟風箏必須自製，不符合競賽規則者不予計分。
  - 2、參賽風箏必須是未曾參加過縣級賽式以上獲獎之作品，否則不得參賽。
  - 3、大小型風箏之認定係以風箏整個造型輪廓為準(不含軟面與飄帶)。
- 四、各單項比賽之團體賽，人數必須足額，若人數不足不得參加。
- 五、獨輪車競速比賽，務必配戴安全帽、護膝及護肘，以維選手安全。
- 六、補充扯鈴規定:鈴放置的位置不限，鈴目定軸改為定軸(無需鈴目之規格規定)。

**貳拾、承辦本案比賽有功人員得依「本縣所屬校長教師及所屬人員獎懲裁量基準」核敘獎勵。**

**貳拾壹、本競賽規程如有未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂公佈之。**

**附件：**

- 一、宜蘭縣 106 學年度宜蘭縣中小學運動會-民俗體育比賽運動員資格申訴書。
- 二、宜蘭縣 106 學年度宜蘭縣中小學運動會-民俗體育比賽競賽事項申訴書。
- 三、踢毬比賽：個人耐力賽及團體限時計次賽～競賽說明。
- 四、跳繩比賽：個人、雙人限時計次賽及三迴旋耐力計次賽～競賽說明。
- 五、柔力球比賽相關規定。

附件一

106 學年度宜蘭縣中小學運動會-民俗體育比賽運動員資格申訴書

被申訴者姓名		單位		參加項目	
申 訴 事 項				證件或證人	
聯名簽署單位	領隊或教練 (簽章)				
申 訴 單 位	領隊或教練 (簽章)				
裁判委員會 判 決					

裁判委員召集人： (簽章)

附註：1、凡未按各項規定辦理申訴者概不受理。

2、單位代表隊領隊簽章權，可依競賽規程之規定，由代表隊領隊本人簽章或教練簽章辦理。

附件二

106 學年度宜蘭縣中小學運動會-民俗體育比賽事項申訴書

申訴事由		糾紛發生 時間及地點	
申訴事實			
證件或證人			
單位領隊	(簽章)	單位 教練	(簽章) 年 月 日 時
現場執法 裁判意見			
裁判委員會 判 決			

裁判委員召集人： (簽章)

附註： 1、凡未按各項規定辦理申訴者概不受理。

2、單位代表隊領隊簽章權，可依競賽規程之規定，由代表隊領隊本人簽章或  
教練簽章辦理。

## 附件三

### 宜蘭縣中小學民俗體育比賽

#### 踢毬比賽個人耐力賽及團體限時計次賽競賽說明

##### 壹、個人耐力賽

- 一、比賽時間：不限時間，時間最長者獲勝。
- 二、比賽組別：國小男生組、國小女生組、國中男生組、國中女生組  
高中職男生組、高中職女生組
- 三、比賽規則：
  - (一) 場地：每個場地長寬各四公尺。
  - (二) 比賽用毬：由選手自備，規格不拘。
  - (三) 評分標準：
    - 1、掉毬後即不可再踢，以踢毬時間最長者獲勝。
    - 2、除了手心、手背之外，身體任何部分皆可觸毬，但不可以定點。
    - 3、觸線或超出場外即算結束比賽。
    - 4、故意犯規以致影響其他選手者則淘汰出局。

##### 貳、團體限時計次賽

- 一、比賽時間：三分鐘。
- 二、比賽組別：國小男生組、國小女生組、國中男生組、國中女生組  
高中職男生組、高中職女生組
- 三、比賽規則：
  - (一) 場地：每個場地長寬各九公尺。
  - (二) 比賽用毬：由選手自備，規格不拘。
  - (三) 評分標準：
    - 1、採左右腳連續對稱踢，不限動作樣式，若有任一腳連續踢時，則該次不予採計。
    - 2、以三分鐘內踢毬次數總和，高者獲勝，踢毬次數相同者，再比較失誤次數總和，最少者獲勝。
    - 3、時間3分鐘，每組比賽開始由主任裁判以口令「各就位、預備、開始」。



## 附件四 宜蘭縣中小學民俗體育比賽跳繩比賽個人、雙人限時計次賽及三迴旋耐力計次賽-競賽說明

### 壹、個人限時計次賽（一跳二迴旋）

一、比賽時間：一分鐘

二、比賽組別：國小男生組、國小女生組、國中男生組、國中女生組、高中職男生組  
高中職女生組

三、比賽規則：

（一）方式：

1、口令：『選手就位，預備，開始，（倒數）5、4、3、2、1、停』。

2、目標：在時限內儘可能多跳幾下。

3、執行要求：跳繩者須全程面向裁判桌，跳繩者在被指定的範圍(4公尺之正方形)內及時限內跳，裁判需請超出指定範圍外的選手，重新定位後方能繼續比賽。

（二）以一分鐘內完成(正或逆迴旋)次數最多者獲勝。若次數相同，以失誤較少獲勝。  
若比序成績皆相同，則名次並列。

### 貳、雙人限時計次賽（一跳二迴旋）

一、比賽時間：一分鐘

二、比賽組別：國小男生組、國小女生組、國中男生組、國中女生組、高中職男生組  
高中職女生組

三、比賽規則：

（一）方式：

1、口令：『選手就位，預備，開始，（倒數）5、4、3、2、1、停』。

2、目標：在時限內儘可能多跳幾下。

3、執行要求：跳繩者須全程面向裁判桌，跳繩者在被指定的範圍(6公尺之正方形)內及時限內跳，裁判需請超出指定範圍外的選手，重新定位後方能繼續比賽。

（二）採兩人一繩；方式不拘，可採同向並立、異向並立、同向縱立、異向縱立、相向縱立

（三）以一分鐘內完成(正或逆迴旋)次數最多者獲勝。若次數相同，以失誤較少獲勝。若比序成績皆相同，則名次並列。

### 參、個人一跳三迴旋不限時(耐力)計次賽

一、比賽時間：不限時間(耐力)但計次

二、比賽組別：國小男生組、國小女生組、國中男生組、國中女生組、高中職男生組  
高中職女生組

三、比賽規則：

（一）方式：

1、口令：『選手就位，預備，開始』。

2、目標：選手以併腳跳，其前置動作一迴旋或二迴旋跳限10次內，跳起後繩經過腳下三迴(一跳三迴旋)，計一次，並以正(或逆)迴旋連續(耐力)方式不得中斷；若前置動作超過10次以上或起跳時、比賽中踩繩、勾繩等造成跳繩中止迴旋及中斷不連續跳時，則停止計次。每位選手可跳二次機會，為因應賽事管理，選手於第一次裁判宣布「停止計次」後，應於10秒內，可選擇重新第二次起跳或結束(放棄)比賽；如有逾時或不符前述動作及規定者，視同比賽結束，並從中挑選一次最佳成功次數做為該選手之比賽成績。

3、執行要求：跳繩者須全程面向裁判桌，跳繩者在被指定的範圍(4公尺之正方形)內比賽

（二）、以連續一跳三迴旋完成次數最多者獲勝。若次數相同，則名次並列。

## 附件五

## 柔力球比賽相關規定

一、本比賽以中華民國柔力球協會編譯(白榕主編)之「最新柔力球競賽規則」為準，如有疑義，依裁判長解釋為之。

二、比賽組別及參賽人數：

比賽分為國小組及國中組，每隊參賽人數 8 人(含)以上~12 人(含)以下(報名得增加候補 2 人)，男、女不限，得以混合組隊，每校報名以 1 隊為限。

三、比賽項目：

1. 規定套路
2. 全民系列
3. 飛龍系列
4. 陽光系列
5. 步步高升系列或其他柔力球曲目

說明：每隊應參加 1. 規定套路 2. 全民系列擇一；

3. 飛龍系列 4. 陽光系列 5. 步步高升系列或其他柔力球曲目擇一，共二項。

於報名時，應註明參加哪一項，哪一首曲目。

四、計分方式：

依參加項目之難易，訂出如下最高分數，再依上開競賽規則之扣分規定往回扣，得出最終得分。各裁判計分扣除最高及最低分後，其他裁判之分數平均為該項之得分。

1. 規定套路一、全民系列：86 分
2. 陽光系列、步步高升系列、規定套路二、飛龍系列二：88 分
3. 規定套路三、飛龍系列一、飛龍系列三：90 分
4. 規定套路四、飛龍系列四及同等以上 92 分

五、獎勵：

共分為國小組冠、亞、季軍國中組；國中組冠、亞、季軍，各組以每隊二項得分之平均分數最高為冠軍、次之亞軍、再次之季軍。

六、備註：請各參賽學校加強基本動作之訓練。動作是否到位，為計分之重點。