

教育部體育署 113 學年度全國各級學校民俗體育競賽

跳繩競賽章程

- 一、依據：教育部體育署 113.08.02 臺教體署學（三）字第 1130200261 號函辦理。
- 二、宗旨：為落實學校體育教學正常化，推展校園民俗體育活動，提供多元化學習管道，培養學生終身運動之習慣，特辦理此項活動。
- 三、主辦單位：教育部體育署。
- 四、承辦單位：國立臺南大學。
- 五、協辦單位：各縣市政府教育局（處）、吳鳳科技大學、中華民國運動與休閒協會、中華舞龍舞獅運動總會、中華民國民俗體育運動協會、臺南市扯鈴協會、臺北市立大學、國立體育大學。

六、比賽期程：

(一) 比賽時間／地點：

比賽時間	地點	項目
11月22日(五)	國立臺南大學 (臺南市中西區樹林街二段33號)	扯鈴(競速賽)
11月23日(六)		扯鈴、跳繩(競速賽)、 陀螺、武陣
11月24日(日)		扯鈴、跳繩(花式賽)
12月7日(六)	吳鳳科技大學 (嘉義縣民雄鄉建國路二段117號)	踢毬、撥拉棒、砌磚、流 星球、臺灣獅、客家獅
12月8日(日)		醒獅、臺灣獅、文陣、舞 龍

(二) 報名日期：自 113 年 09 月 12 日 (四) 起至 113 年 10 月 16 日 (三) 止，逾期不受理。

(三) 報名程序：

1. 參賽資格：全國各公私立大專、高中職、國中、國小均以單一學校為單位，由在籍學生組隊報名參加。
2. 報名方式：本賽事僅採用網路報名，完成網路各項報名後，需回傳已蓋「學校關防」及「承辦人員職章」之報名表到報名系統中。

(1) 報名：請至「民俗體育發展中心網頁」(網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=52/register>)，完成欲參賽所有項目報名後，並送出網站報名資料(※請參考報名注意事項)。

(2) 回傳：網路報名資料送出後，於報名網頁列印紙本，紙本報名表請蓋「學校關防」及「承辦人員職章」，再將紙本以『彩色掃描』成 PDF 檔，並回傳至報名系統(請於 113 年 10 月 18 日 (五) 前回傳紙本報名表至報名系統中，以上傳時間為憑，逾期不受理)。

(3) 報名表回傳後始完成報名程序，報名成功與否須待承辦單位審核後，以 E-MAIL 回復為準。

(四) 賽程公告日期：113 年 10 月 29 日 (二)。

1. 公告於「民俗體育發展中心網頁」(網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=52/news>)，請各參賽學校務必上網下載各單項賽程。
2. 因參賽隊伍眾多，不開放調整賽程，煩請各參賽隊伍於報名備註填寫賽程需求及原因，大會會依據需求作為安排賽程考量。

(五) 開幕典禮：國立臺南大學 11 月 23 日、吳鳳科技大學 12 月 8 日，皆在上午 10：30 於各比賽地點舉行。

113 學年度全國賽重要期程	
113/09/12-113/10/16	報名時間
113/10/29	賽程公告
113/11/22-113/12/8	比賽時間 (參考第六點比賽期程)
開幕日期	臺南大學 11 月 23 日、吳鳳科大 12 月 8 日

(六)「民俗體育全國賽菁英決賽」預計進行內容：

1. 參賽組別：全國賽中指定的項目組別，詳見菁英決賽章程。
2. 參賽限制：全國賽參賽組別的前兩名，進入菁英決賽。
3. 比賽規則：參照各項目競賽規則。
4. 比賽時間／地點：

比賽時間	地點	項目
11 月 24 日(日)	國立臺南大學中山館 (臺南市中區樹林街二段 33 號)	扯鈴、跳繩
12 月 8 日(日)	吳鳳科技大學旭光中心 (嘉義縣民雄鄉建國路二段 117 號)	舞龍、醒獅、臺灣獅

七、比賽內容：

(一) 項目	跳繩			
(二) 學制	國 小	國 中	高 中	大 專
(三) 賽制	(四) 組 別			
花式團體賽	混合組			
花式雙人賽	男子組／女子組			
花式個人賽				
競速團體				
競速個人開叉跳一迴旋				
競速個人二迴旋				
競速個人跑步跳一迴旋				
競速 3 人相繞繩				
※備註	1. 考量小校人數缺乏，同意女生參與男子組競賽。但男生不得跨組參賽女子組！			

八、比賽方式：

(一) 花式團體賽

花式團體賽實施方式		
<p>■ 參賽限制：可男女混合不分組，各學校限報名一隊。</p> <p>■ 比賽人數：依各隊表演效果所需，國小、國中組總人數為 10-12 人，高中、大專組總人數為 6-10 人，預備選手 1 人，但同時上場人數不限，以充份展現整體舞臺效果。</p> <p>■ 團體賽至少應有下列形式：交叉型迴旋配合跳、複合型迴旋配合跳、波浪型迴旋配合跳、相繞型迴旋配合跳動作等自編動作。</p> <p>■ 比賽時間：7~8 分鐘〔第一信號 7 分，第二信號 8 分〕。</p> <ol style="list-style-type: none">1. 時間不足或超逾規定時間 5 秒內者不扣分。2. 時間不足或超逾規定時間 10 秒內者扣 3 分。3. 時間不足或超逾規定時間 30 秒內者扣 5 分。4. 時間不足或超逾規定時間 1 分鐘以上者，扣 5 分。 <p>■ 如遇特殊狀況導致已報名選手不足以出賽，大會允許該校進行選手替換，惟該校需檢附蓋有學校關防證明之替換資料（見附件）。</p>		
評分標準—依據中華民國民俗體育運動協會 104 年修定版規則 (※裁判長得依賽組特性及現場狀況統一加分)		
技術總分	整體繩之技巧變化難度價值 10 分。 整體身體動作難度要求 10 分。 組合難度 10 分。	30 分
藝術總分	結構編排 20 分：整體美、動作流暢、技巧變化。 特別藝術特點加分 10 分：姿勢、動作優美最多加 3 分 創意性最多加 3 分 團隊合作默契最多加 4 分	30 分
實作總分	由裁判依選手失誤，違反規定、紀律、精神、態度及其實作規定分別扣分，實作規定之扣分依其規定。失誤部分，團體賽小失誤（其中單人動作失誤或中繩失誤，外繩能繼續迴旋）扣 0.25 分，大失誤（外繩失誤）每次扣 0.5 分。	40 分

(二) 花式雙人賽

花式雙人賽實施方式		
<ul style="list-style-type: none">■ 參賽限制：男女分組比賽(但女生可跨組報男生組；男生不得跨組報名女生組)，各學校限報名二隊；每隊可報名正選 2 名及預備選手 1 名。■ 雙人賽至少應有異次異時異位之縱立、併立、方向變化、移位動作以及 2 人 2 繩等自編動作■ 比賽過程中發生失誤，每失誤一次扣 0.25 分。■ 比賽時間：2 分-2 分 30 秒。〔第一信號 2 分，第二信號 2 分 30 秒〕。<ol style="list-style-type: none">1. 時間不足或超逾規定時間 5 秒內者不扣分。2. 時間不足或超逾規定時間 10 秒內者扣 2 分。3. 時間不足或超逾規定時間 15 秒內者扣 3 分。		
評分標準—依據中華民國民俗體育運動協會 104 年修定版規則 (※裁判長得依賽組特性及現場狀況統一加分)		
技術總分	整體繩之技巧變化難度價值 10 分 整體身體動作難度要求 10 分 組合難度 10 分	30 分
藝術總分	結構編排 20 分：整體美、動作流暢、技巧變化 特別藝術特點加分 10 分：姿勢、動作優美最多加 3 分 創意性最多加 3 分 團隊合作默契最多加 4 分	30 分
實作總分	由裁判依選手失誤，違反規定、紀律、精神、態度及其實作規定分別扣分，實作規定之扣分依其規定。失誤部分，雙人賽每次失誤扣 0.25 分。	40 分

(三) 花式個人賽

花式個人賽實施方式		
<ul style="list-style-type: none">■ 參賽限制：男女分組，每組各學校限報名 1-2 隊。■ 個人賽至少應有前迴旋、後迴旋、空迴旋、軸心迴旋跳、螺旋迴旋跳、一跳二迴旋、交叉迴旋、開叉一跳二迴旋、移位、方向變化等自編動作。■ 比賽過程中發生失誤，每失誤一次扣 0.25 分。■ 比賽時間：1 分 30 秒~2 分鐘〔第一信號 1 分 30 秒，第二信號 2 分〕。<ol style="list-style-type: none">1. 時間不足或超逾規定時間 5 秒內者不扣分。2. 時間不足或超逾規定時間 10 秒內者扣 2 分。3. 時間不足或超逾規定時間 15 秒內者扣 3 分。		
評分標準—依據中華民國民俗體育運動協會 104 年修定版規則 (※裁判長得依賽組特性及現場狀況統一加分)		
技術總分	整體繩之技巧變化難度價值 10 分 整體身體動作難度要求 10 分 組合難度 10 分	30 分
藝術總分	結構編排 20 分：整體美、動作流暢、技巧變化 特別藝術特點加分 10 分：姿勢、動作優美最多加 5 分；創	30 分

	意性最多加5分	
實作總分	由裁判依選手失誤，違反規定、紀律、精神、態度及其實作規定分別扣分，實作規定之扣分依其規定。失誤部分，個人賽每次失誤扣0.25分。	40分

(四) 競速團體賽 (計次賽) - 限時計次

團體「限時計次賽」實施方式	
<ul style="list-style-type: none"> ■ 參賽限制：男女分組，女生可參加男生組，男生不可參加女生組，各學校限報名1隊。 ■ 比賽人數：上場比賽正式選手為8人，預備選手2人，共可報名10人 ■ 比賽時間：1分鐘。 ■ 如遇特殊狀況導致已報名選手不足以出賽，大會允許該校進行選手替換，惟該校需檢附蓋有學校關防證明之替換資料 (見附件)。 	
評分標準	
<ul style="list-style-type: none"> ■ 限時1分鐘，每組比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始」。 ■ 使用一條長繩，以定點跳繩由2人掌繩，做一字型迴旋，6人同時在迴旋繩中跳躍。 ■ 以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。 ■ 以6人同時成功起跳，開始計算第一下。結束以哨聲終止比賽。 ■ 每次比賽時須全隊一起喊出跳過之次數，以便計算次數，更能增進團隊默契 (未喊出聲或出聲太小經裁判兩次提醒仍未改善者，成績次數以八折計算)。 ■ 起跳或比賽中踩繩、勾繩造成迴旋繩中止迴旋，該次不予採計。 ■ 比賽時間內，因故造成迴旋繩中止迴旋者，得重新開始起跳，採累加計次方式。 ■ 團體計次成績以特優、優等、甲等成績計算，比賽團體次數：特優成績150次或者150次以上、優等130至149次之間、甲等110至129次之間。 	

(五) 競速個人開叉跳一迴旋 (計次賽) - 限時計次

個人開叉跳一迴旋「限時計次賽」實施方式	
<ul style="list-style-type: none"> ■ 參賽限制：男女分組，每組各學校限報名2隊。 ■ 比賽人數：上場比賽正式選手為1人。 	
評分標準	
<ul style="list-style-type: none"> ■ 限時1分鐘計次賽，每組比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始。」 ■ 開叉跳是由一迴旋與交叉繩組合而成的動作 (如前跳一迴旋+前交叉繩、後跳一迴旋+後交叉繩)，選手必須一迴旋、交叉跳、一迴旋、交叉跳...依序完成，裁判在計算次數的過程中只計算交叉繩完成的次數，如違反開叉跳的順序，則不予計算次數，裁判會在1分鐘計算完成的次數。 	

- 個人開叉跳成績以特優、優等、甲等成績計算，特優 105 次或以上、優等 90 至 104 次之間、甲等 75 次至 89 次之間。

(六) 競速個人二迴旋賽 (計次賽) - 限時計次

個人二迴旋「限時計次賽」實施方式

- 參賽限制：男女分組，每組各學校限報名 2 隊。
- 比賽人數：上場比賽正式選手為 1 人。

評分標準

- 限時 30 秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始。」
- 以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。
- 起跳或比賽中踩繩、勾繩造成迴旋繩中止迴旋，該次不予採計。
- 比賽時間內，因故造成迴旋繩中止迴旋者，得重新開始起跳，採累加計次方式。
- 個人二迴旋成績以特優、優等、甲等成績計算，國小組：特優 70 次或以上、優等 60 至 69 次之間、甲等 50 至 59 次之間。國中、高中、大專組：特優 75 次或以上、優等 65 至 74 次之間、甲等 55 至 64 次之間。

(七) 競速個人跑步跳一迴旋賽 (計次賽) - 限時計次

個人跑步跳一迴旋「限時計次賽」實施方式

- 參賽限制：男女分組，每組各學校限報名 2 隊。
- 比賽人數：上場比賽正式選手為 1 人。

評分標準

- 限時 30 秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始。」
- 以一定時間內右腳連續跳躍過繩累計之次數來判定勝負或名次。
- 跑步跳的動作必須為左、右兩隻腳相互交替過繩。每一步跳躍必須越過繩子及繩子環繞身體轉動一圈。
- 建議右腳著鮮豔襪子(與左腳不同)，以利裁判計算成績。
- 起跳或比賽中踩繩、勾繩造成迴旋繩中止迴旋，該次不予採計。
- 比賽時間內，因故造成迴旋繩中止迴旋者，得重新開始起跳，採累加計次方式。
- 個人跑步跳一迴旋成績以特優、優等、甲等成績計算，國小組：特優 70 次或以上、優等 60 至 69 次之間、甲等 50 至 59 次之間。國中、高中、大專組：特優 75 次或以上、優等 65 至 74 次之間、甲等 55 至 64 次之間。

(八) 競速 3 人相繞繩 (計次賽) - 限時計次

3 人相繞繩「限時計次賽」實施方式

- 參賽限制：男女分組，(女生可跨組報男生組；男生不得跨組報名女生組)每組各學校限報名 2 隊
- 比賽人數：上場比賽正式選手 3 人，兩人甩繩，1 人在繩中跳躍

評分標準

- 限時 30 秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始」
- 兩位參賽者持兩條中繩 (約 4-6 公尺) 甩出相繞繩，另一位選手躍入相繞繩中，以跑步跳的方式在繩中跳躍，裁判只計算右腳完成的次數，於 30 秒內完成跑步跳最多下者獲勝。跑步跳的動作必須為左、右兩隻腳互相交替，每一步跳躍必須越過繩子及環繞身體轉動一圈；途中如發生絆繩的情形，則選手須退至繩外，待相繞繩起再躍入繩中，通過的次數再接著繼續，計算 30 秒內共完成的次數。
- 3 人相繞繩計次賽成績以特優、優等、甲等成績計算，國小組：特優 60 次或以上，優等 45-59 次之間，甲等 30-44 次之間。國中、高中、大專組：特優 70 次或以上，優等 55-69 次之間，甲等 40-54 次之間
- 建議右腳著鮮豔襪子 (與左腳不同)，以利裁判計算成績。

九、各單項競賽規則、參賽訊息及公告事項請上「民俗體育發展中心網頁」(網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=52/news>) 閱覽，如有疑問請來電或留言至民俗體育發展中心網頁留言討論區中：

(一) 聯絡單位：國立臺南大學民俗體育發展中心。

(二) 聯絡電話：06-2133111#575；06-2148642 (無人接聽時將轉為語音答錄，但請留下您的連絡方式與問題，或至下列留言板留言，我們會儘快與您再聯繫)。

十、獎勵：

(一) 獎勵辦法：

1. 所有賽制：獲得特優、優等、甲等團隊，每位選手頒予教育部體育署獎狀乙紙。
2. 指導證明：各項各組參照本競賽之敘獎規定頒予指導老師大會 (國立臺南大學) 獎狀乙紙。
3. 獎 盃：菁英決賽獲勝的團隊，頒發金質獎獎盃乙座。另一隊則頒發菁英獎獎盃乙座。

(二) 敘獎規定：

1. 花式個人賽、花式雙人賽、花式團體賽及花式雙人同步賽依評分 90 分以上者為特優 (視同第一名)，85 分以上者為優等 (視同第二名)，80 分以上者為甲等 (視同第三名)。
2. 競速團體賽等第判定方式次數 150 次或以上者為特優，130 至 149 次之間者為優等，110 至 129 次之間者為甲

等。

3. 競速 3 人相繞繩計次賽成績以特優、優等、甲等成績計算，國小組：特優 60 次或以上，優等 45-59 次之間，甲等 30-44 次之間。國中、高中、大專組：特優 70 次或以上，優等 55-69 次之間，甲等 40-54 次之間。
4. 競速個人計次賽等第判定方式：
 - (1) 個人跑步跳一迴旋計次賽：國小組次數：70 次或以上者為特優，60 至 69 次之間者為優等，50 至 59 次之間者為甲等；國中、高中、大專次數 75 次或以上者為特優，65 至 74 次之間者為優等，55 至 64 次之間者為甲等。
 - (2) 個人開叉跳一迴旋計次賽：特優 105 次或以上、優等 90 至 104 次之間、甲等 75 次至 89 次之間。
 - (3) 個人二迴旋計次賽：國小組次數：70 次或以上者為特優，60 至 69 次之間者為優等，50 至 59 次之間者為甲等；國中、高中、大專次數 75 次或以上者為特優，65 至 74 次之間者為優等，55 至 64 次之間者為甲等。

※團體賽制：三人以上（含三人）之團體隊伍皆屬之。

※最後實得分數小數點後無條件捨去。（如以總分判斷等第者）

- (三) 菁英賽獎盃採當天頒發；獎狀將採事後寄發，參賽學校報名時請填寫正確收件地址及收件人，以利獎狀寄發事宜（列印報名表後，請確認地址與收件人無誤）。

十一、申訴：

- (一) 賽程中若發生爭議，如規則上有明文規定者，以裁判之判決為終決。
- (二) 若賽程發生爭議，除當場以口頭申訴外，仍須依照規定，於該項成績宣布後三十分鐘之內，正式提出書面申訴，否則不予以受理。（申訴單如附件）
- (三) 提出申訴時，應由領隊或學校代表簽字蓋章，並以書面向大會提出，由審判委員會開會討論並做成決議。
- (四) 各項比賽進行中，各領隊、指導教師及選手，不得當場質詢裁判，違者取消比賽資格。

十二、附則：

- (一) 參賽者請攜帶證明文件（學生請攜帶學生證或有照片相關在學證明書、證明文件），以備檢查。
- (二) 大會於各比賽會場僅提供擴音機（不含 CD 播放器）與連接線供參賽隊伍自行播放音樂，為免因突發狀況無法完整播放而引起爭議，各參賽單位可自行準備播音器材。
- (三) 本賽會為達推廣之效，開放各單位公開攝錄影；唯所攝錄

影像僅限教育用途；嚴禁商業用途，違者需自負法律責任。

- (四) 大會攝錄之影像、照片，參賽者需無條件提供大會使用於宣傳、文宣、供教育訓練等用途；而各隊伍所使用之音樂版權問題由各參賽選手及單位自行負責。
- (五) 本項賽事大會依規定投保「場地公共意外責任險」，各位參賽學校單位請自行為參賽隊職員另行投保個人意外險。
- (六) 大會賽程期間，如有違背運動精神、不正當之行為（如：冒名頂替、資格不符.....等），或不服從裁判、於網路散布不實言論等情形；經查明屬實者，除立即取消比賽資格及依情節予以禁賽外，並公佈違規選手姓名及所屬學校單位，其領隊、指導及管理人員應負相關之行政責任，將報請其所屬縣市教育局（處）議處。

十三、本規則如有未盡事宜，得由主辦單位修訂並於「民俗體育發展中心網頁」公告之（網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=52/news>）。

教育部體育署 113 學年度全國各級學校民俗體育競賽

申訴單

學校名稱		比賽日期	
比賽項目		比賽組別	
申訴具體事由			
判決結論			

領隊或學校代表簽章

審判單位簽章

教育部體育署 113 學年度全國各級學校民俗體育競賽

團體賽特殊狀況選手替換表

學校名稱		比賽日期	
比賽項目		比賽組別	
特殊狀況選手替換事由			
學校關防			