

# 教育部體育署 106 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 106.10.25 臺教體署學（三）字第 1060034275 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）  
明道大學  
國立臺南大學附屬啟聰學校  
國立臺南大學附屬高級中學
- 六、競賽規程協助單位：中華舞龍舞獅運動總會

七、比賽期程：

(一) 比賽時間/地點：

比賽時間	地點	項目
11月25日	彰化縣明道大學 (彰化縣埤頭鄉文化路369號)	舞龍、文陣、醒獅、臺客獅
11月26日	臺南市國立臺南大學附屬啟聰學校新化校區 (臺南市新化區信義路52號)	撥拉棒、砌磚、流星球、踢毬
12月2、3日	臺南市國立臺南大學附屬高級中學 (臺南市永康區中山南路948號)	扯鈴、陀螺、跳繩、武陣

(二) 報名日期：自106年10月16日起至106年11月08日止，逾期不受理。

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「學校官防」及「承辦人員職章」之報名表到報名系統中。

(1) 報名：請至「民俗體育教學資源網」(網址 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=41> 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：網路報名完成後，於報名網頁列印紙本，紙本報名表請蓋「學校官防」及「承辦人員職章」，將紙本以『彩色掃描』成PDF檔，並回傳至報名系統(請於106年11月10日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)。

(三) 賽程公告日期：106年11月14日

1、公告於「民俗體育教學資源」(網址 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=41>)，請各參賽學校務必上網下載各單項賽程。

※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。

(四) 便當申請日期：11月14日起至11月16日下午五點止。

(五) 開幕典禮上午10:30於各比賽地點舉行，扯鈴項目於第二天12月3日舉行。

106學年度全國賽重要期程	
106/10/16-106/11/08	報名時間
106/11/10	回傳紙本報名表
106/11/14	賽程公告
106/11/14-106/11/16	便當申請
106/11/25-106/12/03	比賽時間(參考第七點比賽期程)
各項目比賽日期	於該競賽場地10:30開幕典禮

## 八、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			
團體賽	混合組			
雙人賽	男子組/女子組			
個人賽	男子組/女子組			
團體競速	男子組/女子組			
個人競速	男子組/女子組			
個人計次	男子組/女子組			

## 九、比賽方式：

### (一)團體賽

<h4>團體賽實施方式</h4>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 參賽限制：可男女混合不分組，各學校限報名一隊。</li> <li>■ 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。</li> <li>■ 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。</li> </ul> <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"> <li>1. 時間不足或超逾規定時間 5 秒內者不扣分。</li> <li>2. 時間不足或超逾規定時間 10 秒內者扣 3 分。</li> <li>3. 時間不足或超逾規定時間 30 秒內者扣 5 分。</li> </ol>

4. 時間不足或超逾規定時間 1 分鐘以上者，取消比賽資格。

評分標準—依據中華民國民俗體育運動協會 100 年修定版規則

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 團隊合作默契動作最多加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）不扣分，中失誤（中繩失誤，外繩能繼續迴旋）不扣分，大失誤（外繩失誤）每次扣1分。	40 分

(二) 雙人賽

雙人賽實施方式—依據中華民國民俗體育運動協會 100 年修定版規則

- 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 1 分，如情節較輕微扣 0.5 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〕。
  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15秒內者扣5分。

評分標準

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 團隊合作默契動作最多加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1分，如情節較輕微扣0.5分	40分
------	--	-----

### (三)個人賽

個人賽實施方式—依據中華民國民俗體育運動協會 100 年修定版規則		
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 參賽限制：男女分組，每組各學校限報名 1-2 隊。</li> <li>■ 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。</li> <li>■ 比賽過程中發生失誤，每失誤一次扣 1 分，如情節較輕微扣 0.5 分</li> <li>■ 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〕。 <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 時間不足或超逾規定時間 5 秒內者不扣分。</li> <li>2. 時間不足或超逾規定時間 10 秒內者扣 3 分。</li> <li>3. 時間不足或超逾規定時間 15 秒內者扣 5 分。</li> </ul> </li> </ul>		
評分標準		
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 團隊合作默契動作最多加 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，個人賽每次失誤扣 1 分，如情節較輕微扣 0.5 分。	40 分

### (四-1) 團體競速賽(計次賽)-限時計次

團體「限時計次賽」實施方式		
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 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。</li> <li>■ 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</li> <li>■ 比賽時間：1 分鐘。</li> </ul>		
評分標準		
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 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」。</li> <li>■ 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。</li> </ul>		

- 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 140 次或者 140 以上、優等 120 至 139 次之間、甲等 100 至 119 次之間。

### (五-1) 個人競速賽(計次賽)-限時計次

<b>個人開叉跳一迴旋「限時計次賽」實施方式</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 參賽限制：男女分組，每組各學校限報名 2 隊，（參加全國體委盃或全民運動會獲得前六名者，不得報名參加）。</li> <li>■ 比賽人數：上場比賽正式選手為 1 人。</li> </ul>
<b>評分標準</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 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。」</li> <li>■ 個人開叉跳成績以特優、優等、甲等成績計算，國小組：特優 95 次或以上、優等 80 至 94 次之間、甲等 65 次至 79 次之間。國中組：大專、高中組：特優 90 次或以上、優等 75 至 89 次之間、甲等 60 次至 74 次。</li> </ul>

### (六-1) 個人二迴旋賽(計次賽)-限時計次

<b>個人「限時計次賽」實施方式</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 參賽限制：男女分組，每組各學校限報名 2 隊。</li> <li>■ 比賽人數：上場比賽正式選手為 1 人。</li> </ul>
<b>評分標準</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 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。」</li> <li>■ 以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。</li> <li>■ 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。</li> <li>■ 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。</li> </ul>

- 個人二迴旋成績以特優、優等、甲等成績計算，國小組：特優 65 次或以上、優等 55 至 64 次之間、甲等 45 至 54 次之間。  
國中、高中、大專組：特優 70 次或以上、優等 60 至 69 次之間、甲等 50 至 59 次之間。

十、各單項競賽規則、參賽訊息及公告事項請上「民俗體育教學資源網」(網址 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=41>) 閱覽，如有疑問請來電或留言至民俗體育教學資源網留言討論區中：

(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)

(三) 留言板討論

([http://custom.nutn.edu.tw/index.php?inter\\_url=discuss](http://custom.nutn.edu.tw/index.php?inter_url=discuss))

十一、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。

(二) 敘獎規定：

1. 個人賽、雙人賽、團體賽制評分 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. 團體競速賽等第判定方式次數 140 次或以上者為特優(視同第一



名)，120 至 139 次之間者為優等(視同第二名)，100 至 119 次之間者為甲等(視為第三名)

### 3. 個人競速賽等第判定方式

#### (1)個人開叉跳一迴旋

國小、國中組次數 95 次或以上者為特優(視同第一名)，80 至 94 次之間者為優等(視同第二名)，65 次至 79 次者為甲等(視同第三名)；高中、大專組次數 90 次或以上者為特優(視同第一名)，75 至 89 次之間者為優等(視同第二名)，60 至 74 次之間者為甲等(視同第三名)。

#### (2)個人二迴旋賽

國小組次數：65 次或以上者為特優(視同第一名)，55 至 64 次之間者為優等(視同第二名)，45 至 54 次之間者為甲等(視同第三名)；國中、高中、大專次數 70 次或以上者為特優(視同第一名)，60 至 69 次之間者為優等(視同第二名)，50 至 59 次之間者為甲等(視同第三名)。

**※團體賽制：四人以上(含四人)之團體隊伍皆屬之。**

**※最後實得分數小數點後無條件捨去。**

(三) 本年度獎狀(教育部、國立臺南大學)，將採事後寄發，參賽學校報名時請填寫正確收件地址(學校地址)及收件人(學校聯絡人)，以利獎狀寄發事宜。

## 十二、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) 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。

(三) 若賽程發生爭議，當場以口頭申訴外，仍須依照前項規

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。

(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。

十三、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) 大會於各比賽會場提供 CD 播放器供參賽隊伍自行播放音樂，為避免因挑片問題或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) 各參賽隊伍如從未填下列資料庫，本賽會鼓勵各參賽隊伍另填「民俗體育教學資源網」中的師資團隊資料庫後，使得參與競賽；以提供各界查詢、下載、分析各地團隊特色之資料，期維護民俗體育文化資產的保存與發揚。
- (七) 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），或不服從裁判等情形；經查明屬實者，除立即取消比賽資格，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，並報請其所屬縣市教育局（處）議處。

十四、本規則如有未盡事宜，得由主辦單位修訂並於「民俗體育教學資源網」公告之

（網址 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=41>）。