

教育部體育署 105 學年度全國各級學校民俗體育競賽

撥拉棒競賽章程

一、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。

二、主辦單位：教育部體育署

三、承辦單位：國立臺南大學

四、協辦單位：各縣市政府教育局（處）

明道大學

國立鳳山高級中學

國立臺南高級商業職業學校

國立西螺高級農工職業學校

國立臺南大學附屬啟聰學校

新北市立新北(海山)高級工業職業學校

五、競賽規程協助單位：中華民國民俗體育運動協會

中華舞龍舞獅運動總會

中華民國扯鈴協會

中華民國藝陣協會

臺灣龍獅運動協會

六、比賽期程：

(一) 比賽時間/地點：

比賽時間	地點	項目
11月26、27日	彰化縣明道大學 (彰化縣埤頭鄉文化路369號)	扯鈴
12月3日	高雄市國立鳳山高中 (高雄市鳳山區光復路二段130號)	陀螺、踢毬、 跳繩
12月4日	臺南市國立臺南高商 (臺南市南區健康路一段327號)	醒獅、臺客獅
12月10日	雲林縣國立西螺農工 (雲林縣西螺鎮大同路4號)	文陣、武陣
12月11日	臺南市國立臺南大學附屬啟聰學校北門校區 (臺南市中西區北門路一段109號)	撥拉棒、砌磚、 流星球
12月18日	新北市立新北(海山)高工 (新北市土城區學府路一段241號)	舞龍

(二) 報名日期：自 105 年 10 月 17 日起至 105 年 11 月 11 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：完成師資及團隊資料庫登錄【民俗體育教學資源網→師資團隊資料庫→師資登錄及團登錄】。本賽事僅採用網路報名，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=36> 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 **105 年 11 月 11 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：**105 年 11 月 15 日**

1、公告於「民俗體育教學資源」（網址 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=36>），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 15 日起至 11 月 18 日下午五點止**。

(五) 開幕典禮上午 10：30 於各比賽地點舉行，扯鈴項目於第一天 **11 月 26 日** 舉行。

105 學年度全國賽重要期程	
105/10/17-105/11/11	報名時間
105/11/11	回傳紙本報名表
105/11/15	賽程公告
105/11/15-105/11/18	便當申請
105/11/26-105/12/18	比賽時間(參考第六點比賽期程)
各項目比賽日期	於該競賽場地 10:30 開幕典禮

七、比賽內容：

(一)項目	撥拉棒			
(二)學制	國 小	國 中	高 中	大 專
(三)賽別	(四) 組 別			
個人賽	中年級男子／女子組 高年級男子／女子組	男子／女子組		
雙人賽	中年級男子／女子組 高年級男子／女子組	男子／女子組		
團體賽	中／高年級 混合組	混合組		
※備註	1. 比賽器材需自備，大會無提供相關器材。 2. 每校各組均限報名 2 隊參賽(隊員不得跨隊參加)。			

八、比賽方式：

撥拉棒比賽規則

1-1 遊戲大意

撥拉棒比賽，比賽分為個人賽、雙人賽和團體賽。以撥拉棒（Flower sticks; Devil sticks; Crystal stix）來表演挑、轉、拋、甩、繞等動作之組合及其配合，以展現其結構、難度、熟練、變化，以技術、藝術、實施來判定名次。

1-2 比賽場地及器材

1-2-1 比賽場地

- 一、個人賽：至少長、寬各5公尺，高度3公尺。
- 二、雙人賽：至少長、寬各8公尺，高度3公尺。
- 三、團體賽：至少長、寬各12公尺，高度3公尺。

1-2-2 比賽器材

撥拉棒應以長約52~85cm，兩端設有飾帶，重量約為155g~220g左右之TPR或生膠管或其他材質製成之中間母棍（兩端可含或不含飾帶），及長約45~65cm，相同材質的子棍。參加比賽者須自備，不得使用其他器材【器材若有爭議則由評審團決議認定】。

1-3 比賽項目

個人賽、雙人賽、團體賽。

1-4 參賽規定

1-4-1 參賽人數

- 一、個人賽：以1人為單位。
- 二、雙人賽：以2人一組為單位。
- 三、團體賽：以4-6人一組為單位，預備選手1人。

1-4-2 運動員服裝

比賽時須穿著運動服裝或民俗服裝，其質料應以不透明並以整潔大方及不影響觀瞻為度（運動員穿著服裝，不列入評分考量）。

1-5 裁判及職員

1-5-1 本規則適用於裁判長、裁判員及其他工作人員之規定外，主辦

單位有權將人數、時間、動作內容作適度的調整，並對一切事務有管轄權。

1-5-2 審判委員會之職權

1-5-2-1 審判委員會人數為3人至7人。

1-5-2-2 審判委員會的主要職責為裁決比賽中所提的申訴事項，其議決為終決。

1-5-2-3 審判委員在一般情況下，不可干預比賽的進行及裁判員的工作。如有任何情況發生時，審判委員需就該情況與應負責的職員互相討論，並提供處理的建議。

1-5-3 裁判長

1-5-3-1 設裁判長1人，依據比賽規則與大會競賽規程，全權管理比賽，並注意比賽規則與大會競賽規程之執行。

1-5-3-2 裁判長有權按實際需要指派裁判員，並指示其應負之職責。

1-5-3-3 裁判長對規則未規定或待解釋之處，有權裁定。

1-5-3-4 授權主任裁判員確認各處裁判員就位後，通知比賽開始。

1-5-3-5 裁決比賽進行之爭議，和警告比賽中不良行為的運動員。對行為表現不當的運動員有權驅逐出場，不准參加比賽。

1-5-3-6 在任何情況下，為確保撥拉棒比賽順利進行，有權干涉比賽。若認為任何項目的比賽經證明有失公平，應令重行比賽時，有權宣佈某項比賽結果無效。

1-5-4 主任裁判

1-5-4-1 每一比賽場地，設主任裁判1人。主任裁判得兼任其中一組之裁判。

1-5-4-2 分配技術組、藝術組、實施組裁判員的工作位置及職務。

1-5-4-3 執行裁判長的指示。

1-5-4-4 評分。

1-5-4-5 綜合裁判員的評分及決定比賽成績。

1-5-4-6 考核裁判員是否稱職。

1-5-5 裁判員

1-5-5-1 執行裁判長及主任裁判之指示。

1-5-5-2 給予運動員評分。

1-5-5-3 每一比賽場地置技術組裁判1至2人，藝術組裁判1至2人，實施組裁判1至2人。

1-5-6 會場管理

1-5-6-1 比賽場地設會場管理1人。

1-5-6-2 負責場地、清潔、事務性等工作。

1-5-6-3 維持場內秩序。

1-5-7 會場幹事為協助會場管理設備、器材、表格等事務性工作。

1-5-8紀錄員兼計時員

1-5-8-1 每一比賽場地設紀錄員兼計時員1人。

1-5-8-2 依據運動員動撥拉棒動作開始為起始計時點；運動員撥拉棒停止動作為終止計時點。

1-5-8-3 登記各裁判員之判定成績。

1-5-8-4 依規定計算運動員成績。

1-5-9檢錄員

1-5-9-1 在每項比賽前應集合運動員，準備並檢查其資格。

1-5-9-2 率隊進場及退場。

1-5-10 報告員

1-5-10-1 依照裁判長指示，將比賽組別、程序等有關資料報告給與賽運動員及觀眾。

1-5-10-2 報告比賽成績及有關比賽中之臨時情況。

1-5-11服務員

每一場地設服務員1人，收集各裁判評分表及其他有關服務工作。

1-5-12裁判員位置

1-5-12-1 裁判員席位在比賽場地正面，各組裁判分開，其裁判席位，以能清晰判別評分。

1-5-12-2 如客觀需要，每位裁判員席位之間隔應有1公尺以上之距離。

1-6 比賽內容及實施規定

1-6-1個人賽

1-6-1-1 比賽器材應含至少撥拉棒一組（母棍×1、子棍×2）以上，比賽進行中，若撥拉棒操作時滾出界外，不得取回繼續使用。（比賽前檢查）

1-6-1-2 指定動作應包含鐘擺、左右挑轉、雙杆打棍水平旋轉、鷓馬、背劍等動作。

1-6-1-3 其他自編創之挑、轉、拋、甩、繞等動作之組合。

1-6-1-4 動作時間為2至3分鐘；動作開始後，應儘量先完成指定動作，未依規定完成指定動作每一動作扣5分。其餘時間自由發揮。〔第一信號2分30秒，第二信號2分50秒，第三信號為3分〕。逾時或時間不足者：所扣分數在實得分數內扣除。

1. 時間不足或超逾規定時間10秒內者不扣分。

2. 時間不足或超逾規定時間10秒以上者扣5分。

1-6-1-5 運動員超時所做之動作內容不計成績。

1-6-1-6 運動員出界所做之動作內容不計成績。

1-6-2 雙人賽：

1-6-2-1動作內容至少應有：鐘擺、左右挑轉、雙杆打棍水平旋轉、鰻馬、背劍、交換、移位、互拋等，及富有協調默契之變化動作和兩人互動之動作。

1-6-2-2交換時，母棍應在頭部以下位置。互拋時，母棍之高度應超過頭部以上位置。

1-6-2-3動作時間為2分30秒至3分30秒。動作開始後，應儘量先完成指定動作，未依規定完成指定動作每一動作扣5分。其餘時間自由發揮。〔第一信號3分鐘，第二信號3分20秒，第三信號為3分30秒〕。逾時或時間不足者：所扣分數在實得分數內扣除。超時所做之動作不予評分。

1. 時間不足或超逾規定時間10秒內者不扣分。

2. 時間不足或超逾規定時間10秒以上者扣5分。

1-6-2-4 運動員超時所做之動作內容不計成績。

1-6-2-5運動員出界所做之動作內容不計成績。

1-6-3團體賽

1-6-3-1動作內容至少應有：鐘擺、左右挑轉、雙杆打棍水平旋轉、鰻馬、背劍、交換、移位、互拋等，及富有團隊默契之隊形、動作變化和六人之互動動作。

1-6-3-2 比賽中應保持全隊人數在場活動。

1-6-3-3 動作時間為3分至4分鐘。動作開始後，應儘量先完成指定動作，未依規定完成指定動作每一動作扣5分。其餘時間自由發揮。〔第一信號3分30秒，第二信號3分50秒，第三信號為4分鐘〕。逾時或時間不足者：所扣分數在實得分數內扣除。超時所做之動作不予評分。

1. 時間不足或超逾規定時間10秒內者不扣分。

2. 時間不足或超逾規定時間10秒以上者扣5分。

1-6-3-4 運動員超時所做之動作內容不計成績。

1-6-3-5運動員出界所做之動作內容不計成績。

1-7 評分標準

技術分---0分至40分（採加分法）

藝術分---0分至30分（採加分法）

實施分---0分至30分（採減分法）

技術分+藝術分+實施分=得分

1-7-1 個人賽

1-7-1-1 技術分40分

難度價值25分：棒之拋甩與位置、方向之變化、穩定、速度、柔軟、節奏、活力等。

動作組合難度15分

1-7-1-2 藝術分：30分

基本編排20分：整體結構、編排、技巧變化。

藝術加分10分：棒之技術運用、身體技術的運用及創意性等。

1-7-1-3 實施分：30分

由裁判依選手失誤，違反規定、紀律、精神、態度及其實施規定分別扣分。實施規定之扣分依其規定，失誤部分：動作每失誤一次扣0.5分。如實施內涵未符指定動作內容，凡不合規定者，每一項扣2分；未做者，每一項扣5分；違反規定、紀律、精神、態度欠佳者，每一項扣1分。

1-7-2 雙人賽

1-7-2-1 技術分：40分

難度價值25分：棒之拋甩與位置、方向之變化、穩定、速度、柔軟、節奏、活力等及二人用棒之交換與配合。

動作組合難度15分

1-7-2-2 藝術分：30分

基本編排20分：整體結構、編排、技巧變化。

藝術加分10分：棒之技術運用、身體技術的運用及創意性等。

1-7-2-3 實施分：30分

由裁判依選手失誤，違反規定、紀律、精神、態度及其實施規定分別扣分。實施規定之扣分依其規定，失誤部分：動作每失誤一次扣0.5分。如實施內涵未符指定動作內容，凡不合規定者，每一項扣2分；未做者，每一項扣5分；違反規定、紀律、精神、態度欠佳者，每一項扣1分。

1-7-3 團體賽

1-7-3-1 技術分：40分

難度價值25分：棒之拋甩與位置、方向之變化、穩定、速度、柔軟、節奏、活力等及六人用棒之交換與配合。動作組合難度15分。

1-7-3-2 藝術分：30分

結構編排、整體美、動作流暢、技巧變化、隊形變化、創意性等。

1-7-3-3 實施分：30分

由裁判依選手失誤，違反規定、紀律、精神、態度及其實施規定分別扣分。實施規定之扣分依其規定，失誤部分：動作每失誤一次扣0.5分。如實施內涵未符指定動作內容，凡不合規定者，每一項扣2分；未做者，每一項扣5分；違反規定、紀律、精神、態度欠佳者，每一項扣1分。

1-8 評分方法及名次判定

1-8-1 比賽由技術組、藝術組、實施組裁判員擔任評分，以其各組的

二位裁判分數，相加平均之分數為其得分。如客觀事實需要，各組裁判僅一人時，則依其裁判分數為其得分。

1-8-2 每一組別及其項目之裁判人員和人數及場地必須相同。

1-8-3 時間不足或逾時之扣分，由計時員宣佈，並於登記各裁判員判定成績所得總分扣減之。

1-8-4 以「評分方法」規定給分，並以等第排名：90分以上評為特優；85分以上未滿90分評為優等；80分以上未滿85分評為甲等。

1-9 比賽方式

比賽賽序區分預賽、決賽。預賽時錄取該比賽最優頒獎隊、組、人數，於決賽時再評定成績，以決賽成績判定其名次〔預賽成績不列入計算〕。如參加隊數、人數不多，得直接決賽。

1-10 其他

1-10-1 動作訊號

與賽運動員不得先行動作，須待主任裁判員信號開始動作，如搶先動作，第一次制止並警告，第二次再犯時取消資格。計時之開始，以運動員棒開始動作為起始計時點；而計時之終止，則以運動員棒停止動作為終止計時點。

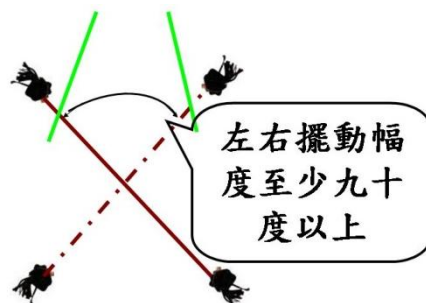
1-10-2 參加比賽者，每組之賽次以編排同一場地及同組裁判為原則。在決賽時，由預賽得分數低者依序出賽。

1-10-3 比賽過程中，若有配合棒以外其他器材之動作每次扣 2 分。

1-10-4. 除競速賽外，選手比賽需音樂，未準備比賽音樂者取消比賽資格。

1-11 動作釋義

1-11-1 鐘擺動作：其擺動幅度左右至少要 90 度以上。

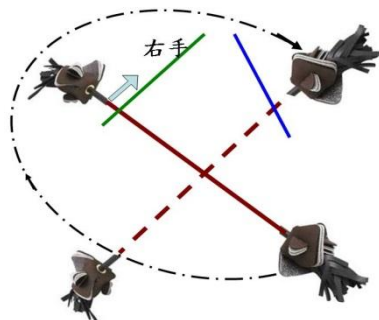


1-11-2 左右挑轉動作：

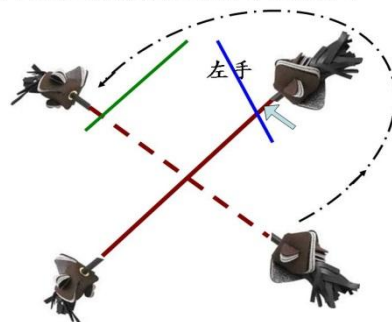
(1) 右手向左挑轉左手接，左手向右挑轉右手接。

說明：右手棍將花棍向左側挑轉 180 度，以左手棍接。繼續左手棍將花棍向右側挑轉 180 度，以右手棍接。如圖示。

右手向左上挑棍轉180度左手接棍圖示



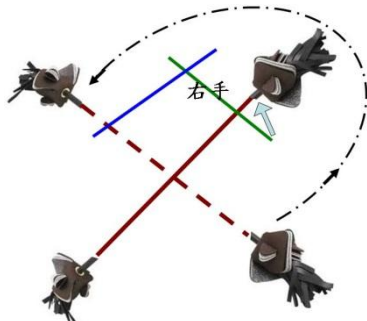
左手向右上挑棍轉180度右手接棍圖示



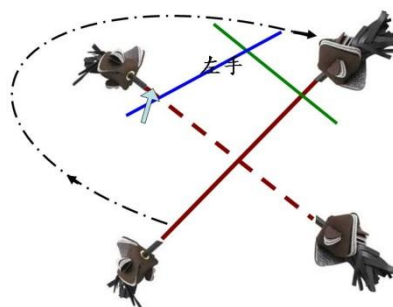
(2) 右手左側向右挑轉左手接，左手右側向左挑轉右手接。

說明：右手棍移至身體左側將花棍挑向右側上方，使花棍旋轉 180 度，以左手移至身體右側接花棍，繼續將花棍挑向左側上方，使花棍旋轉 180 度，以右手移至身體左側接花棍，連續操作。如圖示。

右手向右上挑棍轉180度左手接棍圖示



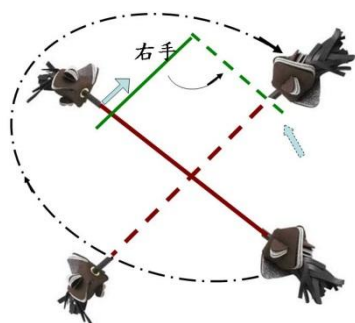
左手向左上挑棍轉180度右手接棍圖示



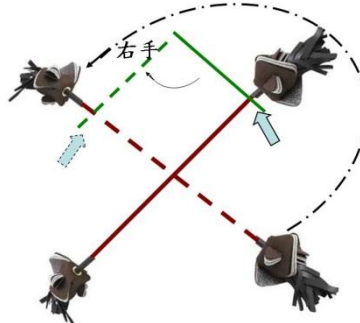
(3) 右手挑棍：

說明：當花棍擺至右側時，右手棍挑花棍向左側使花棍旋轉 180 度，右手棍移至左側接住花棍，繼續將花棍向右側使花棍旋轉 180 度，連續操作。如圖示。

右手向左上挑棍轉180度右邊接棍圖示



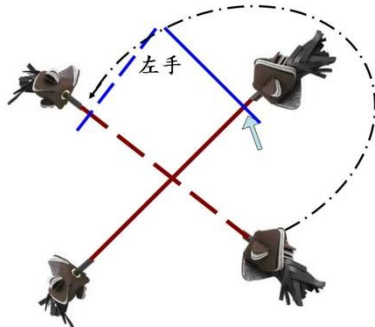
右手向右上挑棍轉180度左邊接棍圖示



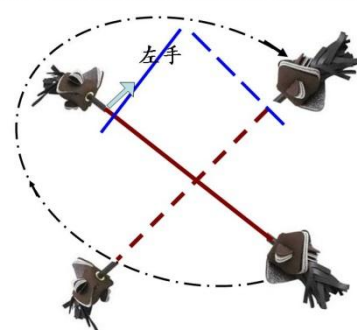
(4)左手挑棍

說明：當花棍擺至右側時，左手棍挑花棍向右側使花棍旋轉 180 度，左手棍移至右側接住花棍，繼續將花棍向左側使花棍旋轉 180 度，連續操作。如圖示。

左手向右上挑棍轉180度左手接棍圖示



左手向左上挑棍轉180度左手接棍圖示

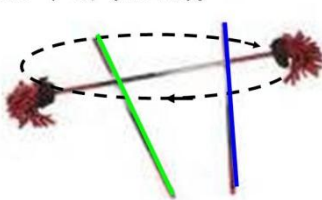


1-11-3 雙杆打棍水平旋轉動作、花棍逆時鐘旋轉動作。

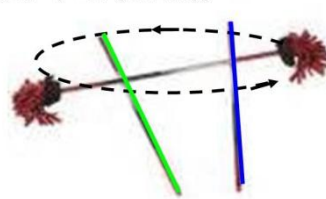
(1)花棍順時針旋轉。

說明：利用手棍撥動使花棍成水平狀旋轉，其旋轉方向為順時針。
如下圖示。

打棍水平順時鐘旋轉



打棍水平逆時鐘旋轉



(2)花棍逆時針旋轉。

說明：利用手棍撥動使花棍成水平狀旋轉，其旋轉方向為逆時針。
如上圖示。

1-11-4 鷓馬動作：

說明：以鐘擺動作控花棍，從右腿向內鷓馬、左腿向內鷓馬、右腿向外鷓馬、左腿向外鷓馬的順序完成操作，稱為一次。

1-11-5 背劍動作：

說明：以鐘擺動作控花棍，右手由背後移至身體左側繼續做鐘擺四次。再回到鐘擺控花棍，左手由背後移至身體右側繼續做鐘擺四次。共完成左右背劍動作稱完成背劍動作。

九、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=36>) 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、576

06-2148642(無人接聽時將轉為語音答錄)

(三) 留言板討論區(http://custom.nutn.edu.tw/index.php?inter_url=discuss)

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：個人賽、雙人賽、團體賽制平均評分 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)。

(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) 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) 大會於各比賽會場提供 CD 播放器供參賽隊伍自行播放音樂，為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) 參賽隊伍必須另填「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。

十三、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=36>）。