

# 教育部體育署 109 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 109.07.17 臺教體署學（三）字第 1090024122 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
- 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28日	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
11月29日	吳鳳科技大學 (嘉義縣民雄鄉建國路二段117號)	醒獅、臺客獅 文陣、舞龍
12月5日	國立臺南大學 (臺南市中西區樹林街二段33號)	扯鈴
12月6日	國立臺南大學 (臺南市中西區樹林街二段33號)	扯鈴、陀螺 武陣、跳繩

(二) 報名日期：自109年09月15日起至109年10月20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「民俗體育教學資源」(網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=47>)，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「學校關防」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109年10月20日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)。

(三) 賽程公告日期：109 年 11 月 2 日

1、公告於「民俗體育教學資源網」(網址 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=47/news>)，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 9 日起至 11 月 15 日下午五點止。

(五) 開幕典禮：吳鳳科技大學 11 月 29 日、國立臺南大學 12 月 6 日，皆在上午 10：30 於各比賽地點舉行。

109 學年度全國賽重要期程	
109/09/15-109/10/20	報名時間
109/11/2	賽程公告
109/11/9-109/11/15	便當申請
109/11/28-109/12/6	比賽時間(參考第七點比賽期程)
各項目比賽開幕日期	於該競賽場地第二日上午 10：30 開幕典禮

(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 29 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、 臺客獅
12 月 6 日	國立臺南大學中山館 (臺南市中西區樹林街二段 33 號)	扯鈴、跳繩

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			
花式團體賽	混合組			
花式雙人賽	男子組/女子組			
花式個人賽	男子組/女子組			
團體競速	男子組/女子組			
個人計次 開又一迴旋	男子組/女子組			
個人計次 二迴旋	男子組/女子組			
個人計次跑 步跳一迴旋	男子組/女子組			

## 九、比賽方式：

### (一)花式團體賽

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> <p>1. 時間不足或超逾規定時間 5 秒內者不扣分。</p> <p>2. 時間不足或超逾規定時間 10 秒內者扣 3 分。</p> <p>3. 時間不足或超逾規定時間 30 秒內者扣 5 分。</p> <p>4. 時間不足或超逾規定時間 1 分鐘以上者，扣 5 分。</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		
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

雙人賽實施方式—依據中華民國民俗體育運動協會 104 年修定版規則	
<p>■ 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。</p> <p>■ 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</p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 比賽過程中發生失誤，每失誤一次扣 0.25 分。</li> <li>■ 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"> <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2分。</li> <li>3. 時間不足或超逾規定時間15秒內者扣3分。</li> </ol> </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

個人賽實施方式—依據中華民國民俗體育運動協會 104 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 0.25 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〕。             <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2分。</li> <li>3. 時間不足或超逾規定時間 15 秒內者扣 3 分。</li> </ol> </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5分；創意性最多加5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0.25分。	40 分

#### (四) 團體競速賽(計次賽)-限時計次

團體「限時計次賽」實施方式	
■	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。
評分標準	
■	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) 個人開叉一迴旋(計次賽)-限時計次

個人開叉跳一迴旋「限時計次賽」實施方式	
■	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。」
■	個人開叉跳成績以特優、優等、甲等成績計算，國小、國中組：特優100次或以上、優等85至99次之間、甲等70次至84次之間。高中、大專組：特優95次或以上、優等80至94次之間、甲等65次至79次。

## (六)個人二迴旋賽(計次賽)-限時計次

個人「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)個人跑步跳一迴旋賽(計次賽)-限時計次

個人「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。



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=47>)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，頒發金質獎盃乙座。  
另一隊則頒發菁英獎盃乙座。

(二)敘獎規定：

1. 花式個人賽、花式雙人賽、花式團體賽制評分排名前 20%者為特優，21-50%者為優等，51-80%者為甲等。
2. 團體競速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. 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

國小、國中組次數 100 次或以上者為特優，85 至 99 次之間者為優等，70 次至 84 次者為甲等；高中、大專組次數 95 次或以上者為特優，80 至 94 次之間者為優等，65 至 79 次之間者為甲等。

(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：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) 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（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**僅提供擴音機與連接線**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) 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=47>）。