

教育部體育署 112 學年度全國各級學校民俗體育競賽

扯鈴競賽章程

- 一、依據：教育部體育署 112.07.21 臺教體署學（三）字第 1120028913 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25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、臺灣獅、客家獅
11月26日	吳鳳科技大學 (嘉義縣民雄鄉建國路二段117號)	醒獅、臺灣獅、客家獅、 文陣、舞龍
12月1日	國立臺南大學 (臺南市中西區樹林街二段33號)	扯鈴(競速賽)
12月2日	國立臺南大學 (臺南市中西區樹林街二段33號)	扯鈴、跳繩(競速賽)、 陀螺、武陣
12月3日	國立臺南大學 (臺南市中西區樹林街二段33號)	扯鈴、跳繩

(二) 報名日期：自 112 年 09 月 11 日起至 112 年 10 月 16 日止，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=50/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 112 年 10 月 18 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)。
 - (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：112 年 10 月 31 日。

1. 公告於「民俗體育發展中心網頁」(網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=50/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：吳鳳科技大學 11 月 26 日、國立臺南大學 12 月 2 日，皆在上午 10：30 於各比賽地點舉行。

112 學年度全國賽重要期程	
112/09/11-112/10/16	報名時間
112/10/31	賽程公告
112/11/25-112/12/3	比賽時間（參考第六點比賽期程）
開幕日期	吳鳳科大 11 月 26 日、臺南大學 12 月 2 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 26 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
12 月 3 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

七、比賽項目組別

(一) 項目	扯鈴			
(二) 學制	國小	國中	高中 (職)	大專院校 (五專)
(三) 賽制	(四) 組別			
花式 團體賽	◎男子甲組/乙組 ◎女子甲組/乙組		◎男子組/女子組	
花式 雙人賽	◎男子組/女子組		◎男子組/女子組	
花式 個人賽	◎低年級單鈴賽男子/女子組		◎單鈴賽男子/女子組	
	◎中年級單鈴賽男子/女子組		◎直立鈴賽男子/女子組	
	◎高年級單鈴賽男子/女子組		◎單頭鈴賽男子/女子組	
	◎直立鈴賽男子/女子組		◎雙鈴賽男子/女子組	
	◎單頭鈴賽男子/女子組		◎舞臺賽男子/女子組	
	◎雙鈴賽男子/女子組			
	◎舞臺賽男子/女子組			
競速賽 (計次賽)	◎低年級個人繞腳競速賽男子/女子組		◎個人繞腳競速賽男子/女子組	
	◎中年級個人繞腳競速賽男子/女子組		◎個人拋鈴跳繩競速賽男子/女子組	
	◎高年級個人繞腳競速賽男子/女子組		◎雙人迴旋互拋競速男子/女子組	
	◎低年級個人拋鈴跳繩競速賽男子/女子組		◎團體競速賽男子/女子組	
	◎中年級個人拋鈴跳繩競速賽男子/女子組			
	◎高年級個人拋鈴跳繩競速賽男子/女子組			
	◎雙人迴旋互拋競速男子/女子組			
	◎團體競速賽男子/女子組			
報名規定	1、每人至多報名兩項賽制(含競速賽) 2、若報名組別違反規定，將取消比賽資格。			
使用規則	本次扯鈴花式賽採用[民俗體育發展中心 2016 扯鈴競賽規則] https://custom.nutn.edu.tw/upload/rule/2016050416092683.pdf			

八、比賽辦法

(一) 扯鈴花式賽

花式團體賽實施方式			
<p>◎參賽組別：</p> <p>(1) 男女分組，可男女混合，但須報名男子組；各組每學校限報名一隊，每人限報一組，且男生至少占全隊一半。</p> <p>(2) 每間學校國小甲組、國小乙組，擇一報名。</p> <p>◎比賽人數：</p> <p>(1) 國小甲組每隊 8 人，報名人數即為實際出場人數，可報預備人員 1 至 2 人；檢錄不合格，不得上場比賽。</p> <p>(2) 國小乙組、國中以上組別每隊 4 至 8 人 (含 4 人)，報名人數即為實際出場人數，可報預備人員 1 至 2 人；檢錄不合格，不得上場比賽。</p> <p>※110 學年度本賽事甲、乙組前三名學校，不論男女，限報名甲組參賽。</p> <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>			
比賽項目	參賽方式	準備時間	比賽時間
國小甲組	<ul style="list-style-type: none">● 各學校各組限報名一隊。● 男女分組，依各隊表演效果所需，國小總人數必須要 8 人。	1 分鐘	5 分 30 秒 至 6 分鐘
國小乙組 國中以上	<ul style="list-style-type: none">● 各學校各組限報名一隊。● 男女分組，依各隊表演效果所需，總人數 4-8 人 (含 4 人)。		

花式雙人賽實施方式			
<p>◎參賽組別：男女分組，可男女混合，但須報名男子組；各組每學校限報名一隊，每人限報一組。</p> <p>◎比賽人數：每隊可報名正選 2 人及預備選手 1 人。</p>			
比賽項目	參賽方式	準備時間	比賽時間
雙人組	<ul style="list-style-type: none">● 各組每學校限報名一隊，每人限報一組。● 男女分組比賽，可男女混合，但需報名參加男子組比賽。	30 秒	3 分 30 秒 至 4 分鐘

花式個人賽實施方式

◎參賽組別：

組別	國小			國中組	高中職組	大專組
	低年級	中年級	高年級			
舞臺賽	☺			☺	☺	☺
直立鈴賽	☺			☺	☺	☺
單頭鈴賽	☺			☺	☺	☺
雙鈴賽	☺			☺	☺	☺
單鈴賽	☺	☺	☺	☺	☺	☺
各組別皆採男女分組						

◎比賽人數：每校各組各項限報名 1 人，每人只能擇「舞臺賽」、「單鈴賽」、「雙鈴賽」、「直立鈴賽」、「單頭鈴賽」5 項中之 1 項報名。

◎個人舞臺賽：16 隊（含）以上採預賽、決賽制，取 8 隊進入決賽；不足 16 隊採一次決賽。

◎單鈴賽、雙鈴賽、直立鈴賽、單頭鈴賽採一次決賽。

比賽項目	實施辦法	賽制	準備時間	比賽時間
舞臺賽	● 不限使用之鈴具數量	預賽	30 秒	1 分 30 秒 至 2 分鐘
		決賽	30 秒	3 分 30 秒 至 4 分鐘
單鈴	● 限使用單鈴動作，不可使用直立鈴及單頭鈴動作。 ● 雙鈴以上動作不計分。	一次決賽	20 秒	1 分鐘至 1 分 30 秒
直立鈴	● 單頭鈴及非直立鈴動作，不計分。			
單頭鈴	● 限用單頭鈴，非單頭鈴不計分。			
雙鈴	● 限使用雙鈴動作。 ● 單鈴、三鈴、直立單鈴、徒手單鈴動作不計分。			

(二) 扯鈴競速賽

競速賽（計次賽）實施方式						
◎參賽組別：						
組別	國小			國中組	高中職組	大專組
	低年級	中年級	高年級			
個人繞腳	☺	☺	☺	☺	☺	☺
個人拋鈴跳繩 一圈一跳	☺	☺	☺	☺	☺	☺
雙人迴旋互拋	☺			☺	☺	☺
團體	☺			☺	☺	☺
各組別皆採男女分組						
◎比賽人數：「個人賽」每校各組各項可報名1人，每人限報名1項。						
◎參賽限制：如男女混合參加，須報名男子組。						
◎競賽規定：哨音開始之前扯鈴必須靜止。						

組別	比賽項目	規則說明
個人競速賽	個人繞腳競速賽	● 每人準備之預備鈴二副（含手持）。 ● 比賽時間一分鐘，繞腳次數最多者獲勝。
	個人拋鈴跳繩 一圈一跳競速賽	● 每人準備之預備鈴二副（含手持）。 ● 賽時間一分鐘，成功次數最多者獲勝。 ● 每次以拋鈴後跳繩一次迴旋計一下，一次拋鈴跳繩兩次以上不予計次。

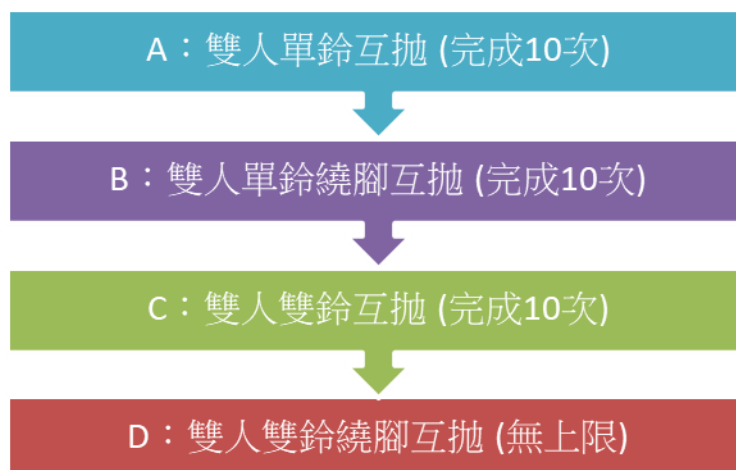
組別	比賽項目	規則說明																		
雙 人 競 速 賽	雙 人 迴 旋 互 拋 競 速	<ul style="list-style-type: none"> ● 得分：總得分 = 加分 - 扣分 ● 比賽型式：時間一分鐘，依序循環操作動作 1 到動作 5，完成 1 組動作得 1 分。 ● 動作定義：以下表文字規定為主、影片為輔。 ● 動作內容： <table border="1" data-bbox="480 394 1398 994" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">動作序</th> <th style="width: 25%;">名稱</th> <th style="width: 60%;">流程 定義</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>動作 1</td> <td>左右甩鈴</td> <td>1.互拋 1 次 2.左右甩鈴 1 次 (方向不限)</td> </tr> <tr> <td>動作 2</td> <td>鷓子翻身</td> <td>1.互拋 1 次 2.鷓子翻身 1 次 (方向需與影片一致)</td> </tr> <tr> <td>動作 3</td> <td>仰甩</td> <td>1.互拋 1 次 2.仰甩 1 次 (方向需與影片一致)</td> </tr> <tr> <td>動作 4</td> <td>左(右)迴旋</td> <td>1.互拋 1 次 2.左(右)迴旋 1 次</td> </tr> <tr> <td>動作 5</td> <td>拋鈴换位</td> <td>1.互拋 1 次 2.拋鈴换位 1 次 (兩人以向上直拋為原則，扯鈴的軌跡不得重疊，接到扯鈴時，兩人已完成左右换位。)</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> ● 示範影片網址：https://youtu.be/-kcPD9TNUy8 ● 啟動：需停鈴開始。計時開始，需從「動作 1」開始操作。 ● 場地限制： <ul style="list-style-type: none"> (1) 場地標有 2 公尺界線。 (2) 動作 1 到動作 4，全程腳都需採在線外。 (3) 動作 5 的「互拋 1 組」與「拋鈴换位的扯鈴高拋」腳都需採在線外，「人的换位」與「接到扯鈴」不在此限。 ● 扣分：遇到下列狀態時，該組不加分，並每組扣 1 分。 <ul style="list-style-type: none"> (1) 互拋沒有接到，鈴落地。 (2) 互拋沒有同步，導致一位選手運雙鈴。 (3) 動作未依順序操作。 (4) 動作過程中失誤、停鈴。 (5) 兩個選手動作內容不同時。 (6) 腳踩到 2 公尺線 (詳述於「場地限制」)。 ● 扣至 0 分時，不再扣分且不給予等第。 ● 同一組動作內，不重複扣分。 ● 失敗且扣分之後，可重新操作該組動作或做下一組動作，皆可得分。 ● 中途可各自加速，該組動作相同即可，不需整齊一致。 ● 影片以右撇子示範，左撇子可自行鏡像操作。 ● 鈴數限制：每人最多準備二副扯鈴 (含手持)。 ● 本賽事為本屆新增賽組，各參賽單位可寄送練習影片預先查核，如有疑義，大會可先行告知。影片網址請寄送至 wjj1965@mail.nutn.edu.tw 	動作序	名稱	流程 定義	動作 1	左右甩鈴	1.互拋 1 次 2.左右甩鈴 1 次 (方向不限)	動作 2	鷓子翻身	1.互拋 1 次 2.鷓子翻身 1 次 (方向需與影片一致)	動作 3	仰甩	1.互拋 1 次 2.仰甩 1 次 (方向需與影片一致)	動作 4	左(右)迴旋	1.互拋 1 次 2.左(右)迴旋 1 次	動作 5	拋鈴换位	1.互拋 1 次 2.拋鈴换位 1 次 (兩人以向上直拋為原則，扯鈴的軌跡不得重疊，接到扯鈴時，兩人已完成左右换位。)
		動作序	名稱	流程 定義																
動作 1	左右甩鈴	1.互拋 1 次 2.左右甩鈴 1 次 (方向不限)																		
動作 2	鷓子翻身	1.互拋 1 次 2.鷓子翻身 1 次 (方向需與影片一致)																		
動作 3	仰甩	1.互拋 1 次 2.仰甩 1 次 (方向需與影片一致)																		
動作 4	左(右)迴旋	1.互拋 1 次 2.左(右)迴旋 1 次																		
動作 5	拋鈴换位	1.互拋 1 次 2.拋鈴换位 1 次 (兩人以向上直拋為原則，扯鈴的軌跡不得重疊，接到扯鈴時，兩人已完成左右换位。)																		

組別	比賽項目	規則說明
團體競速賽	團體競速賽	<ul style="list-style-type: none"> ● 比賽時間：1 分鐘。 ● 比賽人數：每隊 4 人，分兩小組同時進行。 ● 計分方式： <ul style="list-style-type: none"> ➢ 每小組均需各自依序完成 A、B、C 指定動作各 10 下後，才能進行 D 動作（不限次數），成績為各小組之總積分。 ➢ A、B、C 各指定動作依次數計分，最高得 10 分；D 動作依次數計分，無上限。 ● 動作內容 <ul style="list-style-type: none"> ➢ A：雙人單鈴互拋（2 人共 1 鈴） ➢ B：雙人單鈴繞腳互拋（2 人共 1 鈴） ➢ C：雙人雙鈴互拋（2 人共 2 鈴） ➢ D：雙人雙鈴繞腳互拋（2 人共 2 鈴） ● 鈴數限制：每人最多準備二副扯鈴（含手持）。 ● ※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） ● 參考影片：（影片中為舊制 8 人，現已改為新制 4 人） ● https://youtu.be/RlzR0DoqDik?si=4og2EGsX86WOxgAh

※團體競速賽分項代碼：

分項代碼	分項內容	備註
A	雙人單鈴互拋	● 二位選手至少相距 2 公尺，越線拋鈴不予計算。
B	雙人單鈴繞腳互拋	● 二位選手之間距不設限。
C	雙人雙鈴互拋	● 二位選手至少相距 2 公尺，越線拋鈴不予計算。
D	雙人雙鈴繞腳互拋	● 二位選手之間距不設限。

※競速團體賽競賽流程（各小組）：



◎第一組成績：



◎第二組成績：



◎總成績：



九、各單項競賽規則、參賽訊息及公告事項請上「民俗體育教學資源網」（網址 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=50/news>）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，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

(https://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：個人、雙人，團體賽及競速賽之敘獎規定請參照下列表格，所獲等第特優(視同第一名)，優等(視同第二名)，甲等(視同第三名)。

花式賽採席次法之判定				
特優：至多三名 優等：至多四名 甲等：至多五名 亦可從缺				
競速賽敘獎標準				
比賽項目	組別	甲等 標準	優等 標準	特優 標準
個人繞腳 競速賽	國小低年級 高中職組 大專組	60 次-89 次	90 次-119 次	120 次以上
	國小中年級 國小高年級 國中組	100 次-129 次	130 次-159 次	160 次以上
個人拋鈴跳繩 一圈一跳 競速賽	國小低年級 高中職組 大專組	20 次-29 次	30 次-39 次	40 次以上
	國小中年級 國小高年級 國中組	40 次-49 次	50 次-59 次	60 次以上
團體 競速賽	國小 國中組	80 次-109 次	110 次-139 次	140 次以上
	高中職組 大專組	60 次-79 次	80 次-99 次	100 次以上

雙人 競速賽	國小 國中組 高中職組 大專組	依成績取 第 8 至 12 名	依成績取 第 4 至 7 名	依成績取 第 1 至 3 名
-----------	--------------------------	--------------------	-------------------	-------------------

(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）。

※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。

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。

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 <http://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=50/news>）。

教育部體育署 112 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 112 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			