

運動部全民運動署 114 年全國民俗運動匯演活動

撥拉棒活動章程

一、依據：運動部全民運動署 114.10.09 運全署休字第 1140250049 號
函辦理。

二、宗旨：為落實推展全民民俗運動，提供多元化學習管道，培養終
身運動之習慣，特辦理此項活動。

三、主辦單位：運動部全民運動署。

四、承辦單位：國立臺南大學。

五、協辦單位：各縣市政府教育、體育局（處）、中華民國運動與休閒
協會、中華舞龍舞獅運動總會、中華民俗體育運
動協會、臺南市扯鈴協會、臺北市立大學、國立體育
大學。

六、活動期程：

(一) 活動時間／地點：

活動時間	地點	項目
12 月 19 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
12 月 20 日(六)		扯鈴、跳繩-競速賽、陀螺、武陣、文陣(跳鼓、陣頭)
12 月 21 日(日)		扯鈴、跳繩
12 月 27 日(六)	國立臺南大學 (臺南市中西區樹林街二段 33 號)	踢毬、撥拉棒 砌磚、流星球、臺灣獅、客家獅
12 月 28 日(日)		醒獅、臺灣獅、舞龍、文陣(戰鼓、鼓術、創意鼓陣)

(二) 報名日期：自 114 年 10 月 13 日(一)起至 114 年 11 月 14 日(五)止，逾期不受理。

(三) 報名程序：

1. 報名資格：

- (1) 學校單位：各公私立大專、高中職、國中、國小組隊報名參加，以學校單位組隊報名。
- (2) 社會團體：合法設立之社會團體、民間武館或團隊亦可報名。社會團體得依選手年齡報名相對應之組別(國小組、國中組、高中組、大專組)，若隊伍為不同年齡層混合編組，則須報名公開組。報名應先在報名系統中註冊帳號和密碼，再使用該帳號和密碼登入系統以非學校單位報名。

2. 參賽限制：一名選手僅能代表一個單位參加比賽，不得於同一組別重複報名或同時參與不同團隊，違者取消參賽資格及成績(例如同一選手不得同時代表學校與武館參賽)。
3. 報名方式：本活動僅採用網路報名，完成網路各項報名後，需回傳已蓋「學校或團體關防」及「承辦人員職章或簽名」之報名表到報名系統中。

(1) 報名：請至「民俗運動發展中心網頁」(網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=55/register>)，完成欲參賽所有項目報名後，並送出網站報名資料(※請參考活動專區之報名注意事項)。

(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「學校或團體關防」及「承辦人員職章或簽名」，再將紙本以『彩色掃描』成 PDF 檔，並回傳至報名系統(請

於 114 年 11 月 14 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) 活動賽程公告日期：114 年 11 月 28 日（五）。

1. 公告於「民俗運動發展中心網頁」（網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=55/news>），請各學校與社會團體務必上網下載各單項賽程。
2. 因活動隊伍眾多，不開放調整活動流程，煩請各活動隊伍於報名備註填寫活動流程需求及原因，大會會依據需求作為安排活動流程考量。

(五) 開幕典禮：12 月 20 日上午 10：30 於國立臺南大學中山館舉行。

114 年全國民俗運動匯演活動重要期程	
114/10/13-114/11/14	報名時間
114/11/28	活動賽程公告
114/12/19-114/12/28	活動時間（參考第六點活動期程）
開幕日期	12 月 20 日於國立臺南大學中山館

七、活動內容：

(一) 項目	撥拉棒				
(二) 學制	國小	國中	高中	大專	公開
(三) 賽制	(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.活動器材需自備，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、活動方式：

撥拉棒活動規則

1-1 遊戲大意

撥拉棒活動，活動分為個人賽、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 活動場地及器材

1-2-1活動場地

1. 個人賽：至少長、寬各5公尺，高度3公尺。
2. 雙人賽：至少長、寬各8公尺，高度3公尺。
3. 團體賽：至少長、寬各12公尺，高度3公尺。

1-2-2活動器材

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。參加活動者須自備，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 活動項目

個人賽、雙人賽、團體賽。

1-4 參賽規定

1-4-1參賽人數

1. 個人賽：以1人為單位。
2. 雙人賽：以2人一組為單位。
3. 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

活動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活動中所提的申訴事項，其議決為終決。

1-5-2-3審判委員在一般情況下，不可干預活動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，依據活動規則與大會競賽規程，全權管理活動，並注意活動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，通知活動開始。

1-5-3-5裁決活動進行之爭議，和警告活動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，不准參加活動。

1-5-3-6在任何情況下，為確保撥拉棒活動順利進行，有權干涉活動。若認為任何項目的活動經證明有失公平，應令重行活動時，有權宣佈某項活動結果無效。

1-5-4主任裁判

1-5-4-1每一活動場地，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活動成績。

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每一活動場地置技術組裁判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活動場地設會場管理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每一活動場地設記錄員兼計時員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在每項活動前應集合運動員，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，將活動組別、程序等有關資料報告給與賽運動員及觀眾。
 - 1-5-10-2報告活動成績及有關活動中之臨時情況。
- 1-5-11服務員
 - 1-5-11-1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裁判員席位在活動場地正面，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 活動內容及實施規定

- 1-6-1個人賽
 - 1-6-1-1活動器材應含至少撥拉棒一組（母棍×1、子棍×2）以上，活動進行中，若撥拉棒操作時滾出界外，不得取回繼續使用。（活動前檢查）
 - 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、鰻馬、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活動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。

1-6-3-6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）。

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

1.基本編排20分：整體結構、編排、技巧變化。

2.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活動由技術組、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 活動方式

活動賽序區分預賽、決賽。預賽時錄取該活動最優頒獎隊、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。

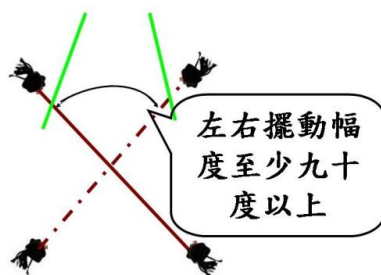
1-10-2參加活動者，每組之賽次以編排同一場地及同組裁判為原則。在決賽時，由預賽得分數低者依序出賽。

1-10-3 活動過程中，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，選手活動需音樂，未準備活動音樂者取消活動資格。

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。



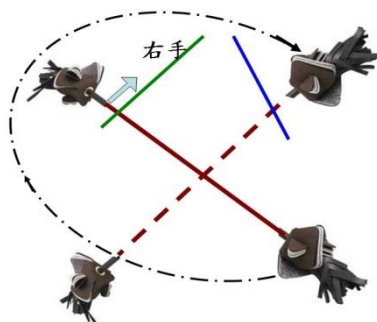
1-11-2左右挑轉動作

(1)右手向左挑轉左手接，左手向右挑轉右手接。

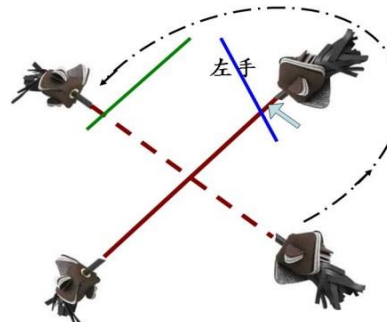
說明：右手棍將花棍向左側挑轉180度，以左手棍接。

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



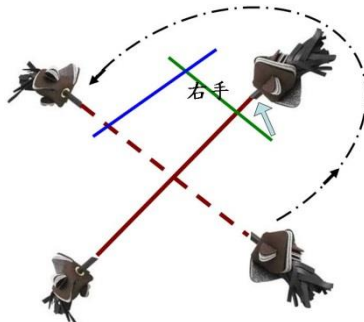
左手向右上挑棍轉180度右手接棍圖示



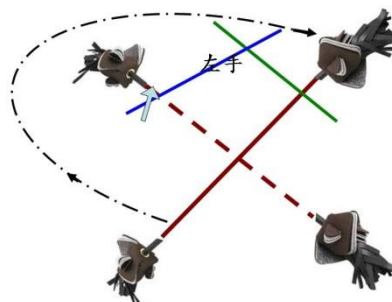
(2)右手左側向右挑轉左手接，左手右側向左挑轉右手接。

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

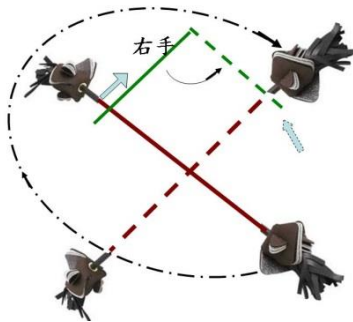


(3)右手挑棍：

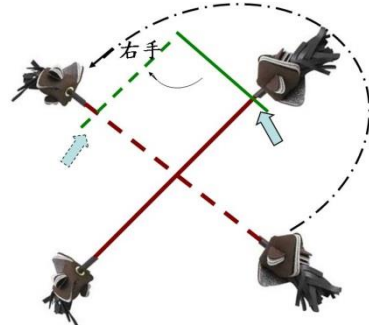
說明：當花棍擺至右側時，右手棍挑花棍向左側使花棍旋轉180度，右手棍移至左側接住花棍，繼續將花

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



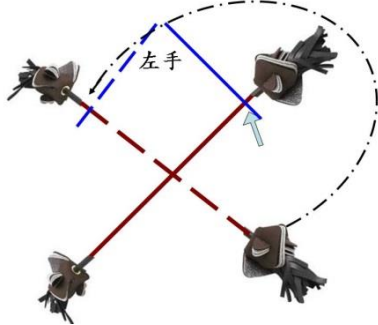
右手向右上挑棍轉180度左邊接棍圖示



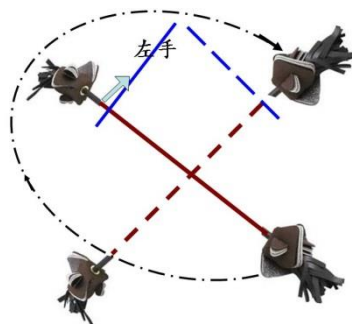
(4)左手挑棍

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。

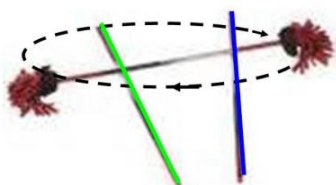
(1)花棍順時針旋轉。

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。如圖示。

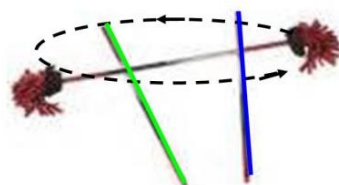
(2)花棍逆時針旋轉。

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。如圖示。

打棍水平順時鐘旋轉



打棍水平逆時鐘旋轉



1-11-4 鴈馬動作

說明：以鐘擺動作控花棍，從右腿向內鴈馬、左腿向內鴈馬、右腿向外鴈馬、左腿向外鴈馬的順序完成操作，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「民俗體育發展中心網頁」(網址 <https://custom.nutn.edu.tw/contest/?q=55/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，每位選手頒予運動部全民運動署獎狀乙紙。

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。

(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，85 分以上者為優等，80 分以上者為甲等。

※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) 獎狀將採事後寄發，參賽單位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) 各項活動進行中，各領隊、指導教師及選手，不得當場質

詢裁判，違者取消活動資格。

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) 大會於各活動會場僅提供擴音機（不含 CD 播放器）與連接線供參賽隊伍自行播放音樂，為避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，除立即取消活動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=55/news>）。

運動部全民運動署 114 年全國民俗運動匯演活動

申訴單

單位名稱		活動日期	
活動項目		活動組別	
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

運動部全民運動署 114 年全國民俗運動匯演活動

團體賽特殊狀況選手替換表

單位名稱		活動日期	
活動項目		活動組別	
特殊狀況選手替換事由			
學校或單位關防			