

114學年度宜蘭縣中小學民俗體育錦標賽競賽規程

依據114年12月5日裁判長會議決議通過

壹、主 旨：加強民俗體育運動，發揚傳統文化，促進全民身心健康。

貳、主辦單位：宜蘭縣政府。

參、指導單位：教育部、運動部、中華民國民俗體育運動協會、國立體育大學

國立臺南大學民俗體育發展中心

肆、承辦單位：宜蘭縣羅東鎮成功國民小學。

伍、協辦單位：宜蘭縣立體育場、宜蘭縣體育會、宜蘭縣體育會民俗體育委員會、宜蘭縣體育會彈腿委員會、宜蘭市體育會民俗體育委員會、宜蘭市體育會扯鈴委員會、宜蘭縣風箏協會、宜蘭縣扯鈴協會、羅東鎮體育會扯鈴委員會、五結鄉體育會民俗體育委員會、成功國小家長會、成功國小教育基金會、本縣各級中小學、苗栗縣心兩資訊工作室。

陸、比賽日期及時間：中華民國115年3月18日（星期三），上午9點起至賽程結束。

柒、各項競賽比賽地點：

一、踢 毽：宜蘭國民運動中心

二、跳 繩：宜蘭縣立體育館

三、扯 鈴：宜蘭縣立體育館

四、彈 腿：宜蘭運動公園光電球場

五、陀 螺：宜蘭運動公園光電球場

六、獨輪車：宜蘭運動公園光電球場

七、風 箏：宜蘭運動公園大草坪(技術分與實施分)、體育館走廊(藝術分)

捌、報名日期：即日起至115年2月25日（星期三），下午5點止。

玖、報名收件：

一、比賽採線上報名，網址：<http://www.sinyu.idv.tw/games/2026031801/show.asp>。

二、線上報名系統開放至115年2月25日(星期三)下午5點止，逾時不候。報名系統說明如下：

(一)各校登入報名系統時，請註冊並且設定帳號密碼後，方能進行報名作業。

(二)報名雙人賽及團體賽項目時，選手名單請按 more，以利增加選手姓名。

1、候補選手請列在名單最後，比賽檢錄時請確實核對出賽名單。

例如：林大華、張中成、王小明。(王小明，即為候補選手)

2、風箏請註明主題名稱，其餘項目該欄位保持空白。

三、線上報名完成後，請學校列印報名表核章，並於115年2月26日(四)前，以拍照或掃描電郵 shihchin1108@tmil.ilc.edu.tw 即完成報名手續，無需郵寄。

四、報名作業如有問題，請洽成功國小教務處，電話：9542156分機20

拾、領隊會議及抽籤：

一、領隊會議：115年3月6日（星期五）下午3時，於成功國小圖書館舉行。

二、會中公布各項比賽出場順序並同時進行網毽賽抽籤，未到者由大會代抽，

（領隊會議不另通知，時間或地點如有更改，則請縣府公告週知）。

拾壹、參加資格：

一、依據114學年度宜蘭縣中小學運動會競賽規程總則第五條第一項辦理：以各校114學年度第一學期開學日為基準即在代表學校就學，設有學籍，現仍在學者為限。

二、選手於檢錄出賽時，裁判得依權責檢核選手之學生身分，提示證件如下：

(一) 高中組及國中組：國民身分證或學生證。

(二) 國小組：國民身分證或貼有照片之在學證明書。

(三) 鼓勵各校踴躍報名參加。

拾貳、競賽項目：

項次	種類	項目
一	踢毬	1、個人花式賽
		2、個人耐力賽
		3、個人網毬賽
		4、雙人網毬賽
		5、團體限時計次賽
二	跳繩	1、個人花式賽
		2、雙人花式賽
		3、團體花式賽
		4、個人一跳二迴旋限時計次賽
		5、個人一跳三迴旋不限時(耐力)計次賽
		6、雙人一跳二迴旋限時計次賽
		7、團體限時計次賽
三	扯鈴	1、個人賽
		2、雙人賽
		3、團體賽
四	彈腿	1、個人賽
		2、雙人賽
		3、團體賽
五	陀螺	1、個人擲準賽
		2、團體擲準賽
六	風箏	1、平面小型組（主體長度在一公尺以下）
		2、平面大型組（主體長度在一公尺以上）
		3、立體型（具有體積者）
		4、多節小型（6節至30節以下）
		5、多節大型（31節以上）
七	獨輪車	1、個人花式賽
		2、IUF迴旋障礙賽
		3、個人100M前進競速計時賽
		4、個人50M單腳競速計時賽

拾參、錦標種類：踢毬、跳繩、扯鈴、彈腿、陀螺、風箏、獨輪車

一、高中男生組 二、高中女生組 三、國中男生組

四、國中女生組 五、國小男生組 六、國小女生組

拾肆、參加辦法：

一、踢毬：(每校為1報名單位，每校同1人至多參加3項)

(一) 個人花式賽：至多2人。

(二) 個人耐力賽：至多2人。

(三) 個人網毬賽：至多2人。

(四) 雙人網毬賽：至多2隊。

(五) 團體限時計次賽：至多2隊。每隊4人。(男生不足時，得由女生報名之，且限報名男生組)。

二、跳繩：(每校為1報名單位，每校同1人至多參加3項)

(一) 個人花式賽：至多2人。

(二) 雙人花式賽：至多2隊，每隊可候補1人。

(三) 團體花式賽：至多2隊。每隊12人，可候補2人。(男生不足時，得由女生報名之，且限報名男生組)。

(四) 個人一跳二迴旋限時計次賽：至多2人。

(五) 個人一跳三迴旋不限時(耐力)計次賽：至多2人。

(六) 雙人一跳二迴旋限時計次賽：至多2隊，每隊可候補1人。

(七) 團體限時計次賽：至多2隊。每隊12人，可候補2人。(男生不足時，得由女生報名之，且限報名男生組)。

三、扯鈴：(每校為1報名單位，每校同1人至多參加2項)

(一) 個人賽：至多2人。

(二) 雙人賽：至多2隊。

(三) 團體賽：至多2隊。每隊6人，可候補2人。(男生不足時，得由女生報名之，且限報名男生組)。

四、風箏：每校每組至多參加2件，每校同1人至多參加2項。本項比賽為團體賽，報名人數必須足額，方可參賽。(男生不足時，得由女生報名之，且限報名男生組)。

(一) 平面小型每件3人。

(二) 平面大型每件3人。

(三) 立體型每件3人。

(四) 多節小型每件4人。

(五) 多節大型每件6人。

(多節大型串聯70公尺以內，限報6人；每滿10公尺，可增加1人，依此類推)。

五、彈腿：(每校為1報名單位，每校同1人至多參加2項)

(一) 個人賽：至多參加2人。

(二) 雙人賽：至多2組，可候補1人。

(三) 團體賽：至多2隊。每隊4人，可候補2人。(男生不足時，得由女生報名之，且限報名男生組)。

六、陀螺：(每校為1報名單位)

(一) 個人擲準賽：至多2人。

(二) 團體擲準賽：至多2隊。每隊4人，可候補2人。(男生不足時，得由女生報名之，且限報名男生組)。

七、獨輪車：(每校為1報名單位，每校同1人至多參加2項)

(一) 個人花式賽：至多2人。

(二) IUF 迴旋障礙賽：至多2人。

(三) 個人100M 前進競速計時賽：至多2人。

(四) 個人50M 單腳競速計時賽：至多2人。

拾伍、獎勵：

一、依據114學年度宜蘭縣中小學運動會競賽規程總則第七條辦理，依各單項實際參賽人數頒發獎狀，以茲鼓勵。

(一)：二隊（人）至三隊（人），錄取一名。

(二)：四隊（人），錄取二名。

(三)：五隊（人），錄取三名。

(四)：六隊（人），錄取四名。

(五)：七隊（人），錄取五名。

(六)：八隊（人），錄取六名。

(七)：九隊（人），錄取七名。

(八)：十隊（人）以上，錄取八名。

二、前項各款參賽隊（人）數之計算，以完成資格審定或參加選拔之隊（人）數為準。

三、各單項參賽成績，未達錄取標準，得以從缺。

四、各單項候補選手不頒發獎狀。若有替換上場比賽者，則依實際下場選手為頒發對象。

請各校於報名時，務必核對選手姓名，以免誤繕獎狀姓名。

五、各項團體錦標優勝單位頒發獎盃，各單項各組錄取前四名。

六、有關學校指導教師敘獎事宜，依據宜蘭縣政府教育人員獎懲裁量基準辦理。

拾陸、計分方法：

一、各組取前六名計分，個人及雙人組按七、五、四、三、二、一給分；團體組按十四、十、八、六、四、二給分。

二、依總分高低計算各項(組)名次，總分相同則以較高名次者為優勝，若仍相同則並列之。

拾柒、比賽規則及評分標準：

一、踢毬、跳繩、扯鈴、陀螺、風箏：採用最新編印之「中華民國民俗體育運動規則」。

二、風箏：

(一) 創作主題以「馬」為主題。惟風箏必須自製，不符合競賽規則者不予計分。

(二) 參賽風箏必須是未曾參加過縣級賽事以上獲獎之作品，否則不得參賽。

(三) 大小型風箏之認定係以風箏整個造型輪廓為準(不含軟面與飄帶)。

三、彈 腿：採用最新「中華民國彈腿比賽規則」。

四、獨輪車：採用最新「中華民國獨輪車比賽規則」。

拾捌、申訴：

一、比賽爭議如規則上有明文規定者，以裁判判決為終決。如有同義註明亦不得提出申訴。

二、合法之申訴應由單位領隊簽字蓋章，以書面向裁判委員會正式提出，以委員會之判決為終決，提出申訴時須附繳保證金新台幣伍佰元，委員會認為申訴無理由時，得沒收所繳保證金充作大會比賽費用。

三、有關競賽所發生之問題，除當時得用口頭申訴外，仍須依照前項規定於該競賽成績宣布後之三十分鐘內，補具正式書面資料提出申請，否則概不受理。

四、各種比賽進行中，各單位領隊、指導及運動員不得當場質詢裁判員。

拾玖、罰則：

一、凡當場次無比賽之運動員擅自進入比賽場地者，一經發現得取消該運動員之資格及其在所有比賽所得之分數。

二、個人賽中有不合資格者，一經證實，即取消其資格及個人已得或應得之積分及名次。

三、團體賽中有不合資格者，一經證實，即取消該隊在該項比賽中所得之積分及名次。

四、運動員如有違背運動精神或不服裁判之情形，經查明屬實者通知其所屬單位議處之。

貳拾、附則：

一、各校參加經費請自理，並請惠予參加師生公(差)假登記(教師如有課務請排代)。

二、大會提供音響，惟參加比賽所使用的音樂，請各單位自行播放。

三、各單項比賽之團體賽，人數必須足額。若人數不足，不得參加。

四、本次比賽舉辦開幕典禮。各單項比賽後，隨即頒獎。若未克領獎之單位，則由縣府統一公告獎狀及獎盃領取方式

貳拾壹、承辦比賽有功人員得依「本縣校長教師及所屬人員獎懲裁量基準」核敘獎勵。

貳拾貳、本競賽規程如有未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂公佈之。

附 件：一、宜蘭縣114學年度宜蘭縣中小學民俗體育錦標賽運動員資格申訴書。

二、宜蘭縣114學年度宜蘭縣中小學民俗體育錦標賽競賽事項申訴書。

三、踢毬比賽：個人耐力賽及團體限時計次賽～競賽說明。

四、跳繩比賽：個人、雙人限時計次賽及三迴旋耐力計次賽～競賽說明。

五、陀螺比賽：陀螺比賽競賽規則補充說明。

附件一 114學年度宜蘭縣中小學民俗體育錦標賽運動員資格申訴書

被申訴者姓名		單位		參加項目	
申 訴 事 項				證件或證人	
聯名簽署單位	領隊或教練 (簽章)				
申 訴 單 位	領隊或教練 (簽章)				
裁判委員會 判 決					

裁判委員會召集人： (簽章)

附註：1、凡未按各項規定辦理申訴者概不受理。

2、單位代表隊領隊簽章權，可依競賽規程之規定，由代表隊領隊本人簽章或教練簽章辦理。

附件二

114學年度宜蘭縣中小學民俗體育錦標賽競賽申訴書

申訴事由		糾紛發生 時間及地點	
申訴事實			
證件或證人			
單位領隊	(簽章)	單位 教練	(簽章) 年 月 日 時
現場執法 裁判意見			
裁判委員會 判 決			

裁判委員會召集人： (簽章)

附註：1、凡未按各項規定辦理申訴者概不受理。

2、單位代表隊領隊簽章權，可依競賽規程之規定，由代表隊領隊本人簽章或教練簽章辦理。

附件三

114學年度宜蘭縣中小學民俗體育錦標賽 踢毬比賽個人耐力賽及團體限時計次賽競賽說明

壹、個人耐力賽

- 一、比賽時間：不限時間，時間最長者獲勝。
- 二、參賽人數：1人。
- 三、比賽規則：
 - (一)場地：每個場地長寬各四公尺。
 - (二)比賽用毬：由選手自備，規格不拘。
 - (三)評分標準：
 1. 掉毬後即不可再踢，以踢毬時間最長者獲勝。
 2. 除了手心、手背之外，身體任何部分皆可觸毬，但不可以定點。
 3. 觸線或超出場外即算結束比賽。
 4. 故意犯規以致影響其他選手者則淘汰出局。

貳、團體限時計次賽

- 一、比賽時間：三分鐘。
- 二、參賽人數：4人
- 三、比賽規則：
 - (一)場地：每個場地長寬各九公尺。
 - (二)比賽用毬：由選手自備，規格不拘。
 - (三)評分標準：
 1. 時間3分鐘，每組比賽開始由主任裁判以口令「各就位、預備、開始」。
 2. 採左右腳連續對稱踢，不限動作樣式，中間可變換招式，唯須遵守左右對稱踢之規則。
 3. 以雙腳踢毬動作不計算三分鐘內踢毬次數，採計累計失誤次數，最少者獲勝。

附件四 宜蘭縣中小學民俗體育錦標賽跳繩比賽個人、雙人限時計次賽及

三迴旋耐力計次賽-競賽說明

壹、個人限時計次賽（一跳二迴旋）

一、比賽時間：一分鐘

二、比賽規則：

（一）方式：

1、口令：『選手就位，預備，開始，（倒數）5、4、3、2、1、停』。

2、目標：在時限內儘可能多跳幾下。

3、執行要求：跳繩者須全程面向裁判桌，跳繩者在被指定的範圍(4公尺之正方形)內及時限內跳，裁判需請超出指定範圍外的選手，重新定位後方能繼續比賽。

（二）以一分鐘內完成(正或逆迴旋)次數最多者獲勝。若次數相同，以失誤較少獲勝。

若比序成績皆相同，則名次並列。

貳、雙人限時計次賽（一跳二迴旋）

一、比賽時間：一分鐘

二、比賽規則：

（一）方式：

1、口令：『選手就位，預備，開始，（倒數）5、4、3、2、1、停』。

2、目標：在時限內儘可能多跳幾下。

3、執行要求：跳繩者須全程面向裁判桌，跳繩者在被指定的範圍(6公尺之正方形)內及時限內跳，裁判需請超出指定範圍外的選手，重新定位後方能繼續比賽。

（二）採兩人一繩；方式不拘，可採同向並立、異向並立、同向縱立、異向縱立、相向縱立

（三）以一分鐘內完成(正或逆迴旋)次數最多者獲勝。若次數相同，以失誤較少獲勝。若比序成績皆相同，則名次並列。

參、個人一跳三迴旋不限時(耐力)計次賽

一、比賽時間：不限時間(耐力)但計次

二、比賽規則：

（一）方式：

1、口令：『選手就位，預備，開始』。

2、目標：選手以併腳跳，其前置動作一迴旋或二迴旋跳限10次內，跳起後繩經過腳下三迴(一跳三迴旋)，計一次，並以正(或逆)迴旋連續(耐力)方式不得中斷；若前置動作超過10次以上或起跳時、比賽中踩繩、勾繩等造成跳繩中止迴旋及中斷不連續跳時，則停止計次。每位選手可跳二次機會，為因應賽事管理，選手於第一次裁判宣布「停止計次」後，應於10秒內，可選擇重新第二次起跳或結束(放棄)比賽；如有逾時或不符前述動作及規定者，視同比賽結束，並從中挑選一次最佳成功次數，做為該選手之比賽成績。

3、執行要求：跳繩者須全程面向裁判桌，且在被指定的範圍(4公尺之正方形)內比賽。

（二）以連續一跳三迴旋完成次數最多者獲勝。若次數相同，則名次並列。

附件五

宜蘭縣民俗體育競賽 陀螺規則

競賽補充說明

- 1、陀螺架擺放位置為陀螺盤圓心起算200公分至投擲線。
- 2、陀螺需停留在架上轉動3秒以上才算成功,由裁判進行計時，採用類似籃球裁判讀秒手勢進行。
- 3、拉回上手：陀螺擲出之後，腳不可以越過起丟線接，亦不可以手持鐵盤接。
- 4、轉身投：為流暢轉一圈順勢擲出，不可停頓或手臂往後拉後再擲出
- 5、釘投：手擲陀螺之擲出點須越過頭部。
- 6、抬腿投：陀螺擲出之後，腳放下時不可以越過起丟線。
- 7、比賽前將視場地狀況佈置陀螺架，提供各單位選手，於比賽前的練習時間使用。