

# 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、苗栗縣心雨資訊工作室。

**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 橋：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 篓：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@mail.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	踢毽	1、個人花式賽
		2、個人耐力賽
		3、個人網毽賽
		4、雙人網毽賽
		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：踢毽、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、踢毽：(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)個人網毽賽：至多2人。

(四)雙人網毽賽：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、踢毽、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」核敍獎勵。**

**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、踢毽比賽：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 踢毽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) 比賽用毽：由選手自備，規格不拘。

(三) 評分標準：

1. 掉毽後即不可再踢，以踢毽時間最長者獲勝。
2. 除了手心、手背之外，身體任何部分皆可觸毽，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) 比賽用毽：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. 以雙腳踢毽動作不計算三分鐘內踢毽次數，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。

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。