

# 110 年臺北市中正盃民俗體育運動錦標賽競賽規程

壹、宗旨：為提倡全民體育，推展民俗體育運動，並提昇民俗體育運動技術水準增進國民身心健康。

貳、辦理單位：

一、指導單位：臺北市政府體育局。

二、主辦單位：臺北市體育總會、臺北市體育總會民俗體育運動協會。

三、協辦單位：臺北市立弘道國民中學。

參、比賽時間：民國 110 年 12 月 15 日（星期三）。

肆、比賽地點：臺北市立弘道國民中學（臺北市中正區公園路 21 號）。

伍、網路報名：

一、日期：中華民國 110 年 11 月 8 日（星期一）至 110 年 11 月 17 日（星期三） 止。

二、報名手續：

（一）請至臺北市立弘道國中首頁(<http://www.htjh.tp.edu.tw>)點選 → 110 年臺北市中正盃民俗體育運動錦標賽→報名系統進行報名。

（二）各單位於網路報名完成後，須列印報名資料完成核章於 11/19（星期五）前送達臺北市立弘道國中學務處體育組（臺北市中正區公園路 21 號）。

聯絡人：劉志偉組長 （02）23715520#370

陳曉文輔導員 （02）23715520#351

（三）報名統整資訊公告在臺北市立弘道國中首頁，供參賽單位確認，領隊會議後公告賽程時間表。

三、報名甲類之選手不得再報名乙類。

陸、領隊暨裁判會議：因疫情關係改採線上 Google Meet 會議辦理，民國 110 年 11 月 24 日（星期三）上午 10 時，視訊通話連結：

<https://meet.google.com/nvj-ayrj-deo>

柒、比賽分組與資格：

一、國小男生組：限臺北市公私立國民小學在籍男學童參加

二、國小女生組：限臺北市公私立國民小學在籍女學童參加。

三、國小混合組：限臺北市公私立國民小學在籍學童參加，男女不拘。（僅適用於跳繩甲類花式團體項目）

四、國中男生組：限臺北市公私立國民中學在籍男學生參加。

五、國中女生組：限臺北市公私立國民中學在籍女學生參加。

六、國中混合組：限臺北市公私立國民中學在籍學童參加，男女不拘。（僅適用於跳繩甲類花式團體項目）

七、公開男子組：限臺北市公私立高中、高職以上在籍男生或年滿十五歲以上男性社會青年（須設籍臺北市）參加。

八、公開女子組：限臺北市公私立高中、高職以上在籍女生或年滿十五歲以上女性社會青年（須設籍臺北市）參加。

九、公開組：限臺北市公私立高中、高職以上在籍學生或年滿十五歲以上社會青年（須設籍臺北市）參加，男女不拘。（僅適用於跳繩甲類花式團體項目）

十、教師男子組：限臺北市公私立各級學校編制內男教師參加。

十一、教師女子組：限臺北市公私立各級學校編制內女教師參加。

捌、比賽項目：

一、甲類比賽項目：

(一) 踢毬：1. 個人計分賽。

2. 雙人計分賽。

3. 個人對抗賽

4. 雙人對抗賽

5. 團體計分賽。

(二) 跳繩：1. 個人賽。

2. 雙人賽。

3. 花式團體賽。

4. 團體限時計次賽。

(三) 扯鈴：1. 個人賽。

2. 雙人賽。

3. 團體賽。

(四) 教師組只辦個人賽。

二、乙類比賽項目：

(一) 踢毬：

1. 計次賽：

(1) 組隊方式：每校至多報名一隊，每隊十人，至多報名十二人，男女不拘。

(2) 比賽方式：

a. 時間：每隊以一分鐘為限（逾時試作成績不計）。

b. 動作：一腳直立支持體重，一腳由內彎往內踢。十人同時下場，踢的次數愈多，得分愈高。

c. 評分：採連續踢法，左右腳均可；停頓逾十秒，即認動作結束。團體成績以參加比賽人數（十人）所踢次數之總和計算，多者為勝。

(二) 跳繩：

1. 計次賽

(1) 組隊方式：每校至多報名一隊，每隊十人，至多報名十二人，男女不拘。

(2) 比賽方式：

a. 時間：每隊十人下場，每隊一分鐘。

b. 動作：每隊指定五人作一跳一迴旋（正反皆可）；指定五人作一跳二迴旋（正反皆可），同時實施。

c. 評分：個人跳繩一分鐘迴旋次數之總和為團體成績。團體成績相同者，以一跳二迴旋次數多者為勝。

2. 團體限時計次賽

(1) 組隊方式：每校至多報名一隊，每隊七人，至多報名九人，男女不拘。

(2) 比賽方式：

a. 時間 3 分鐘（國小 2 分鐘）。每組比賽開始時由裁判組長以口令方式，「各就位、



預備、開始」。

- b. 使用一條長繩，以定點跳繩，由 2 人掌繩，做一字型迴旋，5 人同時在迴旋繩中跳躍。
- c. 以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。
- d. 以 5 人同時成功起跳，開始計算第一下。結束以哨聲終止比賽。
- e. 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。
- f. 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。
- g. 每次比賽時須全隊一起喊出跳過之次數，以便計算次數，最後次數依裁判之判決為準。
- h. 比賽用繩，基於推廣原則，不侷限規格。

### (三) 扯鈴：

#### 1. 團體計分賽

(1) 組隊方式：每校至多報名一隊，每隊十人，至多報名十二人，男女不拘。

(2) 比賽方式：

- a. 時間：每隊十人下場，每隊一分鐘。
- b. 動作：比賽動作不拘，個別操作，完成動作愈多，得分愈高。
- c. 評分：個人每完成一項動作得一分（相同動作只能作兩次得兩分），個人成績之總和為團體成績。

(3) 參考動作：

螞蟻上樹、金雞上架、金蟬脫殼、大鵬展翅、平沙落雁、直上青雲、金雞飛渡、蜘蛛結網、關渡大橋、飛上枝頭（望月）、蜻蜓點水（疊棉被）、八仙過海、金龍繞玉柱、左右逢源、漁翁釣魚等。

玖、甲類比賽報名人數及規定：（團體賽不受每人限報名兩項之限制）

一、踢毽：1. 每組每隊參加每一項目，個人賽(含對抗)最多限參加二人，雙人賽(含對抗)最多限報名兩組，團體賽限六人參加（一隊）。

#### 2. 踢毽對抗賽

(1) 組隊方式：每校限報男女各兩人(個人對抗)，男女各兩組(雙人對抗)，每位選手限擇一報名。

(2) 比賽規則：

- ※ 裁判員宣告比賽開始，而某一隊如拒不出場比賽或延誤三分鐘，得宣布其棄權(比數為二比〇)。
- ※ 選擇場地：裁判員以抽籤方式，令雙方選手選擇場地或開毽。  
賽局：場局勝負。
- ※ 比賽局數採三局二勝制，以某一隊先得十一分者，即為勝一局。
- ※ 雙方比分之宣告，均以開毽方之得分為先，接毽方之得分為後宣告之。  
開毽：
  - ※ 開毽，由隊員站在開毽線外之有效範圍內將毽子放在手中，經裁判指示開始，即將毽子離手(毽子直線下落)用足部以單踢、拐踢、膝踢、踝踢、豆踢、勾踢、跳、跪、踩、踹、剪、扣等大小武動作之一，將毽子踢過毽網而入對方禁區以外之有效範圍內，即開始比賽。
  - ※ 開毽順序：每一方開毽一次，無論是得分或失分，隨即換邊開毽。
  - ※ 開毽如有下列情形之一時，即為失誤。裁判應判失分，並由對方開毽：
    - 一毽未過網或觸網。

- 毬落於對區之一公尺五十公分線禁區範圍內。
- 開毬時非經開毬者本人直接踢入對方有效範圍內。
- 開毬時，毬尚未觸及腳部時，己方隊員進入禁區場地。
- 毬超過界線。
- 未在開毬區範圍內踢出。
- 開毬時，毬子離手後，未能踢到毬子。
- 開毬時，不以規定動作開毬。

※ 同時雙方犯規應判重新開毬。

※ 休息時間：每局比賽換邊後得休息一分鐘。休息時間包括場地交換。

※ 雙人對抗賽開毬，以隊員之其中一人即可。

比賽暫停：

※ 暫停須在己方獲得開毬權時，由隊員或教練請求，經裁判員准許者。

※ 暫停時隊員不得擅自離場。只可接受教練之指導。惟教練不得進入比賽場地。每隊於每場中得請求暫停二次，每次暫停時間為三十秒鐘。

※ 隊員如發生抽筋或其他受傷時，經執行裁判員允許，可准予三分鐘暫停，不計為比賽暫停。

判定：

※ 界內毬及界外毬之判定，均以毬之著地點判定之，凡觸及界線者為界內毬。

※ 比賽中之失分：凡失誤或有下列犯規情況之一者，均判由對方獲一分。

--開毬不合規定(違反本條文開毬有關規定)。

--髖關節以上觸毬

二、跳繩：每組每隊參加每一項目，個人賽最多限參加二人，雙人賽最多限參加兩組；花式團體賽每隊 10 人男女不拘（一隊），得候補 2 人；團體限時計次賽每校男女各兩隊為限，每隊 12 人(一隊)得候補 2 人，國小組 2 分鐘，國中、高中以上 3 分鐘。每人限報名兩項。

※團體限時計次賽實施規定：

1. 時間 3 分鐘(國小 2 分鐘)。每組比賽開始時由裁判組長以口令方式，「各就位、預備、開始」。
2. 使用一條長繩，以定點跳繩由 2 人掌繩，持繩之兩人至少需相距 12 公尺，站在 12 公尺搖繩線後，做一字型迴旋，10 人同時在迴旋繩中跳躍。
3. 以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。
4. 以 10 人同時成功起跳，開始計算第一下。結束以哨聲終止比賽。
5. 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。
6. 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。
7. 每次比賽時須全隊一起喊出跳過之次數，以便計算次數，最後次數依裁判之判決為準。
8. 比賽用繩由大會提供，各參賽單位亦可自行準備(檢錄時查驗)，繩子直徑為 5.5mm，繩長為 13m、14m、15m 三種規格。

三、扯鈴：每組每隊報名每一項目，除國小組個人賽限參加一人，雙人賽限參加一組，國中以上組個人賽限二人，雙人賽限二組；團體賽限八人（一隊）參加，得候補 2 人。每人限報名兩項。

拾、比賽規則：採用中華民國民俗體育運動協會 104 年審訂公佈之比賽規則。

拾壹、比賽程序：各項比賽程序，均由大會競賽組抽籤排定。

拾貳、申訴：



- (一) 比賽爭議：如規則有明文規定者，以裁判之裁決為終決；如有同等意義之註明，亦不得提出申訴。
- (二) 合法之申訴，應由各領隊或其代表簽章，並繳付保證金新台幣壹千元，以書面向審判委員會提出。如經查核認為申訴無理由，得沒收其保證金充作獎品費用。
- (三) 關於競賽所發生的問題，除暫時得以口頭申訴外，仍須依照前項規定，或該項成績公佈三十分鐘內，補具正式手續提出，否則概不受理。
- (四) 各項比賽如正在進行中，各單位領隊、教練及運動員，不得當場直接質詢裁判員。

拾參、獎 懲：

- (一) 凡當場無比賽之運動員擅自進入比賽場地者，得取消該運動員之資格及在所有比賽中所得之分數。
- (二) 個人比賽之運動員不合資格者，一經證實，及取消其比賽資格及個人已得或應得之分數。
- (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名次。
- (四) 運動員無故棄權者，通知其所屬單位議處之。
- (五) 運動員在大會期間，如違背運動精神，或有不正當之行為（如冒名頂替、資格不符）或不服從裁判等情形，經查明屬實者，除取消該運動員所得或應得之分數，並宣佈其姓名及所屬單位；其單位領隊、教練及管理人員，應負行政責任，並報主管單位議處。
- (六) 甲類比賽項目各組各項個人賽、雙人賽均錄取前六名，頒發獎狀，團體賽錄取前三名頒發獎盃及獎狀(6 隊以上頒發到前四名)；乙類團體比賽項目依報名隊數錄取 1/3 為特優獎，1/3 為優勝獎。

拾肆、附 則：

- (一) 每位選手僅能代表「一個單位」並「擇一組別」報名參賽，不得跨隊、跨組報名。
- (二) 各組各項參加人數所稱如八人為限，則必須八人；人數不足則不得出場參加比賽。
- (三) 各項團體賽應全體同時試作，而非個人或部份人試作。
- (四) 出場比賽者應攜帶身份證明文件，以備查驗。
- (五) 乙類有跨項目時，請教練與該競賽裁判組長請假，並應於在該項目比賽結束前完成比賽。

拾伍、本規程如有未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂之。