

110 年臺中市體育總會民俗體育委員會辦理主委盃民俗體育運動錦標賽

競賽規程

壹、主 旨：為倡導本市民俗體育運動、提昇本市參加 111 年全民運動會之民俗體育運動代表隊選手之基礎與技術水準，並列入選手選拔之積分，特舉辦本年度之本市所屬之民俗體育運動競技錦標賽。

貳、指導單位：臺中市政府、臺中市體育總會。

參、主辦單位：臺中市政府運動局、臺中市體育總會民俗體育委員會

肆、承辦單位：臺中市沙鹿區農會、臺中市沙鹿區斗抵里辦公處、沙鹿區保寧宮管理委員會

伍、協辦單位：沙鹿區文光國民小學、東勢區中山國民小學、大里區瑞城國民小學、烏日區喀哩國民小學、東勢區東新國民小學、大雅區上楓國民小學、霧峰區萬豐國小、西區大勇國民小學、臺中市沙鹿區斗抵里社區發展協會、玉鉉工業有限公司。

陸、比賽日期、地點、項目：

一、比賽日期：110 年 5 月 1 日（星期六），上午 9：00 開始報到。

二、比賽地點：臺中市沙鹿區斗抵里保寧宮廣場（437 臺中市沙鹿區斗抵里天仁街 70 號）、沙鹿區文光國民小學、臺中市沙鹿區斗抵里社區活動中心。

三、比賽項目：陀螺與跳繩之部分項目得自由選擇接受【111 年臺中市參加全民運動會之民俗體育項目代表隊選手選拔之積分累計管控辦法】之管控賽次、積分制度。獨輪車、砌磚、撥拉棒、流星球，（囿於場地，扯鈴不辦理比賽）。（詳見附件一暨第拾七條之附註 第五款之修正內容）。

四、大會開幕式(09:20~09:40)集合，請各參賽單位隊職員列隊參加。

柒、參加資格：本次競賽不得跨校混合報名、組隊以同性別為限。

一、限就讀臺中市轄區國中、國小學校組隊，報名時由代表學校統一報名（國小得與國中校友聯合組隊報名）。

二、比賽分組：

（一）各項均分男子、女子二組報名。組隊以同性別為限。

（二）就讀本市之國民小學五年級以上至國中均列入男子組、女子組。

（三）就讀本市國民小學四年級以下學生均列入國小中年級男子組、國小中年級女子組。

（四）男教師組、女教師組以服務本市之國中小教師（包含代理教師）為限。

（五）每位選手至多參加【兩種項目】。每位選手【單一項目】至多參加兩種賽別。

捌、報名日期：自即日起至 110 年 4 月 20 日（星期二）中午 12 時截止。

玖、報名手續：

- 一、一律採網路報名，網址 <http://tcfolksorts.blogspot.tw> (臺中市民俗體育委員會)，學校單位須經校長核准方得報名參賽。
- 二、完成報名後系統會回覆報名資料 email，請各校列印 email 中之報名表紙本，學校單位逐級核章，正本掃描成電子檔 (請用 jpg、pdf)，在 4 月 21 日 (三) 下午四時前並至臺中市民俗體育委員會網站 <http://tcfolksorts.blogspot.tw> 點選「核章報名表上傳」將掃描檔上傳始完成報名手續 (學校單位須經校長核准方得參賽)。
- 三、各單位及選手參加項目、賽別上限請參照附件：「競賽項目各單位參賽隊數、人數一覽表」。
- 四、各隊之【指導、管理】應以實際且積極參與教導者為要件，經報名後不得更換 (以核章之報名表為準)。
- 五、各項目團體競賽報名人數為「參賽人數+ 1 名候補選手」。例外：跳繩團體限時計次賽參賽選手 12 人，得報名 16 人 (16 人均列入管控)。
- 六、因於假日且校外比賽，參加單位必須自行辦理【參賽期間隊職員之個別旅行平安保險等】，大會不另處理，特予聲明。
- 七、若報名內容需要修改，請在 email 報名表將修正名單用紅色字體標示後，回覆 kelvin@tc.edu.tw，待系統管理者手動確認後會再重新 mail 更新後的報名表。

拾、報名繳費：於技術會議當日繳交。

- 項目：1. 跳繩、陀螺、獨輪車、砌磚、撥拉棒、流星球之組別 (男子組、女子組、國小中年級男子組、國小中年級女子組)，賽別分 (個人賽、雙人賽、推廣賽之報名費均繳交 200 元)。
2. 跳繩中年級組花式推廣賽報名費每人均繳交 200 元；
3. 各項目之團體賽報名費均繳交 300 元。

拾壹、競賽規則：

一、採用規則

項目	採用規則	參考網址
跳繩	中華民國民俗體育運動協會 公告最新版之競賽規則	http://210.240.9.70/folk/?q=node/181
陀螺		
獨輪車	中華民國獨輪車比賽規則 (105 年最新版)	http://www.unicycle.org.tw

二、附則

(一) 陀螺：

1. 陀螺個人擲準賽：包含前投、跪投、釘投、抬腿投、轉身投、拉回上手、潛拉進盤、左右開弓、登陸月球、登陸火星等 10 個動作。

2. 陀螺個人推廣賽：包含前投、跪投、釘投、抬腿投、轉身投等 5 個動作。
3. 陀螺團體花式賽：包含前投、跪投、釘投、抬腿投、轉身投、拉回上手、潛拉進盤、左右開弓、登陸月球、登陸火星等動作。並可搭配其它輔助道具，自由發揮創意等自編動作（時間以 6~7 分鐘為限）。

(二) 跳繩國小中年級花式推廣賽修正附則：(與跳繩國小中年級花式賽差異)。

****不需接受【(111 年)臺中市參加全民運動會之民俗體育項目代表隊選手選拔之積分累計管控辦法】之管控賽次、積分制度。**

***依據中華民國民俗體育運動協會 104 年修定版規則評分標準部分修正：**

本項推廣賽旨在推廣、培養更多跳繩之基礎選手為其精神，但本項推廣賽仍和中華民國民俗體育運動協會之相關規則接軌，故須調整其相關比賽條件，以提供更多選手容易入門、公平比賽的舞臺。

1. 評分標準及規定：相關動作難度分數參照中華民國民俗體育運動協會 104 年跳繩規則，經臺中市體育總會民俗體育委員會修正、審議成臺中市跳繩國小中年級花式推廣賽附則：

技術分---0 分至 60 分（採加分法，最高為 60 分）。

藝術分---0 分至 20 分（採加分法，最高為 20 分）。

實施分---0 分至 20 分（採減分法，最多減 20 分）

（失誤每次扣 0.25 分、指定動作未做扣 1 分、時間超過或不足 y j / 3 扣 5 分）。

技術分+藝術分+實施分=得分。

2. 比賽內容：至少應有空迴旋、後迴旋、軸心迴旋跳、跑步跳、體側迴旋跳、螺旋繩、開叉跳、一跳二迴旋、定點亮相、方向變化等 10 項指定動作及自編動作。
3. 比賽時間：1 分鐘至 1 分鐘 30 秒。若時間超過參賽選手繼續做動作，裁判員不予以計分；若時間超過或不足 10 秒，不另外扣分；超過或不足 10 秒以上扣實施分五分。以運動員開始動作開始計時。
4. 比賽請使用合適的音樂作背景，參賽者無音樂不予計分（音樂之選用不列入分數評比，並請自行取得使用授權）。
5. 動作結束時，以定位示之（亮相 5 秒以上）。
6. 花式推廣賽除指定動作外可參酌《跳繩國小中年級個人花式推廣賽動作參考表》自由組合進行比賽。
7. 獎勵標準：成績以成功次數計算個別成績，錄取第一名 1 人，第二名 2 人，第三名 3 人，

臺中市體育總會民俗體育委員會跳繩國小中年級個人花式推廣賽 僅供參考動作表

亮相	腳步花式	基本花式
1. 定點亮相	10. 側身跳	21. 兩拍全轉360
纏繞	11. 滑雪跳	22. 三拍迴轉跳360
2. 蜘蛛結網	12. 勾腿跳	23. 四拍掛肩360
3. 纏腳跳	13. 踢腿跳	24. 轉身擺手360
離手	基本花式	25. 敬禮空迴旋
4. 釣魚跳	14. 側擺甩繩	26. 敬禮跳
腳步花式	15. 手臂纏繞	27. 繞手擺跳
5. 抬腳跳	16. 交叉跳	28. 跨下側擺
6. 腳尖跳	17. 側擺跳	29. 二迴旋
7. 開合跳	18. 側擺交叉	力量型
8. 開交叉跳	19. 交叉轉換	30. 伏地挺身跳
9. 開擊腳跳	20. 身後交叉	31. 倒立跳*
*每個花式動作，可用前繩或後繩各做一次。		

附註：臺中市體育總會民俗體育委員會對以上指定動作之命名，暫以通識方式命之，必要時以法定與學術命名再修正之。

臺中市體育總會民俗體育委員會跳繩國小中年級個人花式推廣賽 僅供參考動作表

多迴旋	初階花式	初階花式
1. 側擺開跳二迴旋	10. 跨下一式	19. 單手膝下*
2. 側擺叉跳二迴旋	11. 跨下二式	20. 膝下敬禮*
3. 側擺敬禮二迴旋	12. 跨下三式	力量型
4. 開叉跳二迴旋	13. 跨下四式	21. 側手翻*
5. 交叉跳二迴旋	14. 敬禮跨下	22. 前軟翻*
6. 叉開跳二迴旋	15. 敬禮跨下三式	23. 後軟翻*
7. 敬禮開跳二迴旋*	16. 膝下交叉*	24. 前滾翻*
8. 開身後交叉二迴旋*	17. 田雞跳*	25. 後滾翻*
9. 身後交叉開二迴旋*	18. 田雞交叉*	26. 劈腿跳*
*每個花式動作，可用前繩或後繩各做一次。		

附註：臺中市體育總會民俗體育委員會對以上指定動作之命名，暫以通識方式命之，必要時以法定與學術命名再修正之。

三)、跳繩個人計次賽(1至4項)均需以學校統一報名，各組最多以(A隊、B隊)組成。****不需接受【(111年)臺中市參加全民運動會之民俗體育項目代表隊選手選拔之積分累計管控辦法】之管控賽次、積分制度。**

1. 跑步跳一迴旋「限時計次賽」實施方式

參賽限制：男女分組，每組各學校至多限報名 2 隊(A 隊、B 隊)。

比賽人數：每隊上場比賽選手 2 人。

評分標準：限時 30 秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始。」以一定時間內右腳連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。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。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。

獎勵標準：成績以成功次數計算個別成績，錄取第一名 1 人，第二名 3 人，第三名 4 人。

2. 開叉跳「限時計次賽」實施方式

參賽限制：男女分組，每組各學校至多限報名 2 隊(A 隊、B 隊)。

比賽人數：每隊上場比賽選手 2 人。

評分標準：限時 30 秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始。」以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。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。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。

獎勵標準：成績以成功次數計算個別成績，錄取第一名 1 人，第二名 3 人，第三名 4 人。

3. 體側交互迴旋跳「限時計次賽」實施方式

參賽限制：男女分組，每組各學校至多限報名 2 隊(A 隊、B 隊)。

比賽人數：每隊上場比賽選手 2 人。

評分標準：限時 30 秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始。」以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。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。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。

獎勵標準：成績以成功次數計算個別成績，錄取第一名 1 人，第二名 3 人，第三名 4 人。

4. 一跳二迴旋「限時計次賽」實施方式

參賽限制：男女分組，每組各學校至多限報名 2 隊(A 隊、B 隊)。

比賽人數：每隊上場比賽選手 2 人。

評分標準：限時 30 秒計次賽，比賽開始時由主任裁判以口令方式，「各就位、預備、開始。」以一定時間內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。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。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。

獎勵標準：成績以成功次數計算個別成績，錄取第一名 1 人，第二名 3 人，第三名 4 人。

(四)、獨輪車花式賽：

1. 臺中市轄區之單位或選手參加：不得與其他縣市合併組隊參賽，只頒發團體總成績證明書任何競賽之疑難細節，逕洽裁判長玉鉉工業有限公司黃建仁先生 0922-984-695。
2. ★★採用 105 年 8 月 18 日【中華民國獨輪車協會】頒布之「IUF 2013 競賽規則手冊(中譯本)」相關章節：第一部：一般規則與定義、第五部：花式競技與標準技術，並依主辦單位視須要隨時公布周知之最新內容為準。競賽規則手冊公佈在中華民國獨輪車協會網站(<http://www.unicycle.org.tw/>)供閱覽及下載。
 - (1) 競技項目參賽用獨輪車的規格、數量及曲柄尺寸均不限制。
 - (2) 競技項目使用音樂(CD)及音響需自行準備。
 - (3) 場地：個人花式競技、雙人花式競技均為：14 × 15 公尺(半個籃球場大小)；團體賽：28 × 15 公尺(得依現場範圍限制，縮減面積)。
 - (4) 個人花式競技、雙人花式競技比賽時間：以 3 分鐘為限，2 分鐘時為第一信號，2 分 50 秒時為第二信號，超過扣分。
 - (5) 團體組花式競技比賽時間：以 5 分鐘為限，4 分鐘時為第一信號，4 分 50 秒為第二信號，超過扣分。
 - (6) 花式競技比賽執行時間超過時，扣總成績 1 分。
3. 比賽程序：各項比賽順序在抽籤會議時決定賽程，均由大會競賽組抽籤排定，對大會所抽之順序不得異議。

拾貳、獎勵：詳閱本競賽規程

一、本次競賽之【跳繩個人花式賽、跳繩團體限時計次賽、陀螺個人擲準賽、陀螺雙人擲準賽等】之成績及選手，自由選擇參加、註冊接受【111 年臺中市參加全民運動會之民俗體育項目代表隊選拔選手之積分累計管控辦法】以管控各賽次之積分制度。

二、【個別、團體總成績】之獎勵(含陀螺、跳繩、獨輪車、砌磚、撥拉棒、流星球)之每一項目、各組、賽別：

1. 【個別成績：即個人(花式)賽、雙人賽、團體(限時計次)賽等】暨團體總成績(各項之團體賽均以 4 倍計分)均錄取：第一名一組、第二名 2 組、第三名 3 組。
2. 不頒發佳作成績，本次競賽不頒發團體總成績獎盃。
3. 跳繩個人計次賽、跳繩國小中年級個人花式推廣賽另訂

三、本次競賽：【以不重複獎勵為原則，各校不得再申辦人事敘獎】。

1. 各項、各組、賽別之【個別成績】、【團體總成績】取第一名一組、第二

- 名 2 組、第三名 3 組，前三名之指導者，大會頒發指導證明書（或獎狀）。
2. 領隊與管理只頒發擔任各項、各組之團體總成績之職務(非指導)證明書，以資鼓勵。

拾參、申訴：

- 一、 凡有明文規定者或有相關意義之註明者，以裁判之判決為終決，不得提出異議。
- 二、 比賽進行中，合法之抗議，應於該項比賽結束 30 分鐘內，繳交抗議保證金新台幣貳仟元整且以書面向大會提出申訴，並由大會審判委員會判決之，抗議無效者沒收抗議保證金，不得異議。

拾肆、附則：

- 一、 請比賽選手隨身攜帶身份證，以便查驗，否則不准出場比賽。
- 二、 如有資格不符或冒名頂替者，經查證屬實則取消其參賽資格；有關各隊之【指導教師、管理者】應以實際且積極參與教導者為要件，應由各校自負行政責任。
- 三、 技術會議由本委員會於 110 年 4 月 29 日(四)10:00 於沙鹿區文光國民小學召開，請各參賽學校、單位領隊(指導)及各單項裁判長【務必參加】。
- 四、 (一)各單位報到時間訂於 110 年 5 月 1 日上午 8:30 前，不另行通知。
(二)09:00 全體集合，參加開幕典禮。
- 五、 特別叮嚀：本項主委盃比賽均需經由各校校長同意後，方得報名參加比賽；且各校必須另行辦理每位隊職員之（類似）旅行平安保險。

拾伍、聯繫資訊

- 一、 報名系統操作之問題，請洽烏日區喀哩國小 董庭豪主任
04-23351016#211

- 二、 競賽規程相關問題請洽臺中市民俗體育委員會

總幹事：張見都 0921-315552 tea3600@yahoo.com.tw

行政副總幹事：鍾義豐 0912-016506 pu3322@yahoo.com.tw

競賽副總幹事：黃界錫 0919-535156

資訊副總幹事：董庭豪（烏日區喀哩國小）04-23351016#311

kelvin@tc.edu.tw

- 三、至本委員會網站 (<http://tcfolksorts.blogspot.tw/>) 諮詢提問回應系統填報。

拾陸、本辦法經陳報臺中市體育總會、臺中市政府運動局核准後實施之。

附件一各單項每隊參賽隊(組)數、人數一覽表(修正)

(個人賽、雙人賽每人均繳交報名費 200 元；團體賽均繳交報名費 300 元)

組別 \ 競賽項目		跳繩(詳見附註第五款之修正內容)	陀螺(詳見附註第五款之修正內容)
男子組	個人賽	*花式賽(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法) 跑步跳 2 人、開叉跳 2 人、體側跳 2 人、一跳二迴旋 2 人(均不列團體總成績)	個人擲準賽 2 人(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法)、雙人擲準賽 2 組(試辦)
	團體賽	*限時計次賽 1 隊(註冊)16 人/3 分鐘(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法)	花式賽 1 隊 4-6 人
女子組	個人賽	*花式賽(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法) 跑步跳 2 人、開叉跳 2 人、體側跳 2 人、一跳二迴旋 2 人(均不列團體總成績)	個人擲準賽 2 人(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法)、雙人擲準賽 2 組(試辦)
	團體賽	*限時計次賽 1 隊(註冊)16 人/3 分鐘(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法)	花式賽 1 隊 4-6 人
男教師組	個人賽(不列團體總成績)	跑步跳 2 人 開叉跳 2 人 體側跳 2 人 一跳二迴旋 2 人	個人擲準賽 2 人(自由參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法)、雙人擲準賽 2 組(試辦)
女教師組	個人賽(不列團體總成績)	跑步跳 2 人 開叉跳 2 人 體側跳 2 人 一跳二迴旋 2 人	個人擲準賽 2 人(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法)、雙人擲準賽 2 組(試辦)
國小中年級男子組	個人賽	*花式賽 2 人(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法) 跑步跳 2 人、開叉跳 2 人、體側跳 2 人、一跳二迴旋 2 人(以上均不列團體總成績)	推廣賽 3 人
	雙人賽	2 組	
	團體賽(限四年級學生)	*限時計次賽 1 隊(註冊)11 人/2 分(自由列入列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法))	
國小中年級女子組	個人賽	*花式賽(自由列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法) 跑步跳 2 人、開叉跳 2 人、體側跳 2 人、一跳二迴旋 2 人(均不列團體總成績)	推廣賽 3 人
	雙人賽	2 組	
	團體賽(限四年級學生)	*限時計次賽 1 隊(註冊)11 人/2	

		分(自由列入參加全民運選手選拔 之積分累計管控辦法)	
--	--	-------------------------------	--

附件二

跳繩國小中年級花式推廣賽每隊參賽隊(組)數、人數一覽表

組別	項目	跳繩推廣賽(不計入團體總成績)(報名費每人均繳交 200 元)			
		項目名稱	參賽人數	比賽時間	備註
國小中年級組(不分男女生)	個人賽	國小中年級跳繩花式推廣賽	每校線報名男生 2 人、女生 2 人，須註明性別。	60~90 秒	男、女生一起報名，不得跨校報名

附件三

獨輪車花式賽每隊參賽隊(組)數、人數一覽表

組別	項目	獨輪車花式賽	
		項目名稱	備註
國小男子組	個人賽	花式賽 2 人	
	雙人賽	花式賽 1 組	
	團體賽	花式賽 1 隊(4-6 人)	
國中男子組	個人賽	花式賽 2 人	
	雙人賽	花式賽 1 組	
	團體賽	花式賽 1 隊(4-6 人)	
國小女子組	個人賽	花式賽 2 人	
	雙人賽	花式賽 1 組	
	團體賽	花式賽 1 隊(4-6 人)	
國中女子組	個人賽	花式賽 2 人	
	雙人賽	花式賽 1 組	
	團體賽	花式賽 1 隊(4-6 人)	

(獨輪車個人賽、雙人賽每人均繳交報名費 200 元；團體賽均繳交報名費 300 元)

拾柒、附註：

一、名詞定義：

(一)項目：跳繩、陀螺、獨輪車。

(二)組別：男子組、國小中年級男子組、女子組、國小中年級女子組。

(三)賽別：個人賽、雙人賽、跳繩中年級組花式推廣賽(報名費每人均繳交 200 元)、團體賽(報名費每隊均繳交 300 元)。

二、每隊報名人數以上表所列人數為上限，每校每組別至多得報名二隊(A 隊、B 隊)。

三、每位選手至多參加【兩種項目】。

四、每位選手【單一項目】至多參加兩種賽別。

五、修正：

1. 本次之【陀螺個人擲準賽、與跳繩個人花式賽、跳繩團體限時計次賽】

等之項目參賽選手在報名時可以【自由選擇是否接受參加 111 年全民運選

手選拔之積分累計管控辦法】。

2. 【陀螺雙人擲準賽】因為競賽規則屬本年度新訂定之內容，本次競賽列為試辦性質，獎勵制度如同本規程之內容，本次成績不列入參加全民運選手選拔之積分累計管控辦法。
3. 比賽場地訂於4月28日以前，公告在臺中市體育總會民俗體育委員會之網站。
4. 跳繩團體限時計次賽依據臺中市體育總會民俗體育委員會歷年公告之規則與釋意。

