

2025高雄市市長盃民俗體育運動錦標賽比賽辦法（草案）

一、目的：推展全民體育活動，提升民俗體育運動水準。

二、依據：高市運全字第11430309900號函辦理。

三、指導單位：高雄市政府運動發展局

四、主辦單位：高雄市體育總會

五、承辦單位：高雄市體育總會民俗體育運動委員會

六、協辦單位：高雄市鳳山區五福國小、高雄市活力健康扯鈴發展

協會、閃鈴文教、台南市扯鈴協會

七、比賽日期：114年5月25日星期日

八、比賽地點：高雄市鳳山區五福國小

九、開幕典禮：0900-0930

十、評分標準及比賽類別：（細則如附件一）

（一）扯鈴

1.技術賽〈個人賽、雙人賽、團體賽、單鈴賽、雙鈴賽〉

★本屆扯鈴技術賽另增設【公開組個人賽】，不分年齡性別，並設

獎金第一名新台幣10000元；第二名3000元；第三名2000元。

（視參賽人數預賽、決賽，由大會另行公布）

2.競速個人賽〈單鈴繞腳、單鈴一拋一跳〉

(二) 跳繩競速賽〈個人賽、團體賽〉

(三) 踢毬競速賽〈個人賽〉

(四) 陀螺擲準賽〈團體賽〉

十一、報名資格：

本市及外縣市選手均可報名參加，以學校或社團為單位報名，每位運動員只得代表單一單位，帶隊教師得以公假登記。

十二、報名日期：

114年4月10日起至114年4月30日17：00止，逾期不受理報名。

十三、報名費用：1.個人賽每人300元

2.雙人賽每組400元

3.團體賽每組500元

臨櫃繳費一定要寫參賽單位——戶名：高雄市體育總會民俗體育運動

委員會（高雄銀行桂林分行）或轉帳高雄銀行代號016 帳號：

216102321912

十四、報名方式：

報名網址：

<https://sites.google.com/view/khfcs> 或QR code



連絡電話：0918615905（陳健瑩老師）

十五、比賽程序：

1. 依報名順序「**先報名後出場**」排定，對大會排定之順序不得異

議。

2. 若有不可抗力因素檢錄未到者，需在該組檢錄時間內告知檢錄員，經該場主任裁判同意後，順延至該組賽事最後一組，當該組賽事最後一組結束前，若仍未完成檢錄，則以棄權論。

十六、領隊及裁判會議：

比賽當日上午8時45分於比賽會場召開。

十七、獎勵：

(一) 因本賽事列為「高雄區高中高職免試入學」超額比序之運動競賽採計參考，國中各組核獎項目及人數，以不超過報名隊伍

(人) 三分之一為限。

(二) 工作人員及帶隊教師請學校給予公假登記，因活動當天為例假日，請給予補休乙日，惟課務自理。

十八、敘獎：

(一) 得獎之學校隊伍，請自行依各縣市獎勵辦法給予獎勵。

(二) 本次比賽俟完成後，工作人員3人嘉獎兩次，6人嘉獎乙次

十九、申訴：

(一) 比賽爭議，如規則上無明文規定者，以裁判之判決為終決。

(二) 合法之申訴，應由各單位領隊或其代表簽字蓋章，並附保證金新台幣三仟元整，用書面向審判委員會提出，如經查核認為申訴

無理由時，得沒收保證金充作本次大會費用。

（三）關於競賽所發生之問題，除當時得用口頭申訴外，仍須依照前項規定，於該項成績宣佈後三十分鐘以內，補具手續提出，否則概不受理。

（四）各種比賽在進行中，各單位領隊、教練及運動員，不得當場直接質詢裁判員。

二十、附則：

（一）報名截止後，會擇期賽程表和參加選手出場序公佈於FB「高雄市民俗體育運動委員會」社團，請自行上網下載核對。

（二）凡當場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在所有比賽中所有成績。

（三）運動員在大會期間，如有違背運動之精神，或有不正當之行為，如冒名頂替、資格不符、同一運動員同時代表兩單位(含)以上等，或不服從裁判等情形，經察明屬實者，除即取消該運動員之資格，及所有比賽中所有已得或應得之成績外，並宣佈該運動員之姓名及所屬單位，其單位領隊、教練及管理員，應負行政責任，報請所屬主管單位議處之。

（四）參加比賽者請攜帶身分證明文件，以備檢查。

（五）比賽用扯鈴不拘形式自備，比賽音樂，可自行準備播放器或

由大會提供，可以mp3或音樂檔格式由大會統一播放音樂(CD音樂檔格式優先)，避免音樂出錯。比賽請使用合法音樂。

(六) 自備CD請註明第幾首，恐因機器挑片而無法播放，請參賽選手事先確認或多準備1份備用。

(七) 比賽期間如有毀損該場地之設備或器材者，須自行負責賠償。

(八) 本賽事除選手、一位教練及一位協助播放音樂者外，其餘人員不得進入比賽會場，如違反此規定，選手即判定失格！

二十一、大會宣導事項：

(一)請注意垃圾分類，大會供應垃圾桶，如有大量垃圾，請指導學生將便當盒或垃圾收好，並帶至本校後門之垃圾子車丟棄。

(二)各參賽單位於校園熱身練習時，本校大樓、校園穿堂、走廊、外操場(田徑場)，請勿進行熱身練習。

二十二、本競賽規程如有未盡事宜，得隨時修正公佈於大會網站。

二十三、本辦法經函報本市運動發展局核備後實施之；如有未盡事宜，主辦單位得隨時修訂補充之並公佈於FACEBOOK「高雄市民俗體育運動委員會」社團，敬請參賽單位人員自行申請FACEBOOK帳號。

附件一・實施規定

一、 扯鈴比賽

1. 技術賽

	個人賽（含公開組個人賽）	雙人賽	國中團體賽	國小六人團體賽	國小四人團體賽
參加人數	1 人	2 人	4-6 人	6 人	4 人
時間	3-4 分鐘（中低年級技術個人賽 2~3 分鐘）		5-6 分鐘		4-5 分鐘
評分標準及實施規定	1、比賽時間：以鈴轉動、人動、音樂開始，上述三者其中之一開始為起始計時點，以鈴停止為計時終止點；超逾比賽時間或比賽時間不足者以違規論定，由該選手其裁判評分中扣 10 分。 2、以選手比賽時間內呈現之技術難度、動作組合、創意、藝術、融合音樂表現、實施狀況作出整體評分；雙人賽與團體賽，除前述標準之外，互動默契亦為評分依據。 3、裁判評分進行違規扣分後，採用席次法進行名次判定，如遇名次相同者，採總分之平均進行勝負判定；如亦無法判定勝負，則採主任裁判之名次進行勝負判定；再無法判定勝負，則判定平手。 (可參考扯鈴賽事席次法之介紹：https://youtu.be/S1cXSk95Cmo) 4、參賽單位須自備比賽器材(扯鈴、鈴棍、鈴繩)。鈴之形式不拘，惟不得使用具有開放鈴目之響鈴；棍總長度不可超過 40 公分，材質不拘；繩的長度與材質不拘。 5、比賽過程中不得使用鈴、棍、繩以外之道具(如燈光組、雨傘、拐杖、呼拉圈…等)，選手於比賽場地內僅能擺設鈴、棍、繩，其餘物品皆視為道具(如造景、替換服裝、大盤子、小桌子、箱子…等)；上述違規者，於裁判評分中進行扣分(10 分)。 6、比賽服裝不拘形式，惟不得使用服裝及飾品進行扯鈴操作，如中途換裝視為違規處理，於裁判評分中進行扣分(10 分)；配件飾品請緊戴，全程勿離身或掉落，鞋子、帽子、眼鏡、領結、髮飾…等配件飾品或物品掉落，可被視作為道具，由該場主任裁判判定奪之，如判定違規，則於裁判評分中進行扣分(10 分)。 7、比賽配樂請使用合法音樂，版權須由參賽單位自行處理與負責。 8、參賽單位可自行準備音響、播放器，亦可使用大會提供之 CD 音響(使用大會音響，如預挑片或其他播放狀況，由參賽單位自行負責)；大會音響播放限 CD 片為主(CD 片請燒錄為音軌光碟；請勿採用 MP3 檔案光碟、藍芽、外接音源線…等方式)。 9、本賽別之各參賽單位需自行安排音樂播放人員播放選手音樂。				

比賽分組	分國小中低年級、國小高年級、國中組，高中組，男女分組比賽。	分國小組、國中組，男女分組比賽。	可男女混合組隊	可男女混合組隊	可男女混合組隊
音樂	參賽者自備				
備註	各單位各組別限報名 3 組（人）。扯鈴、繩、棍外，禁用任何道具。 雙人賽、團體賽得登錄候補選手 1 人。				

	單鈴賽	雙鈴賽
參加人數	1 人	1 人
時間	1 分鐘-1 分 30 秒	1 分鐘-1 分 30 秒
實施規定	1. 限使用單鈴動作，不可使用直立鈴 及單頭鈴動作。 2. 雙鈴以上動作不計分	1. 限使用雙鈴動作。 2. 單鈴、三鈴、直立單鈴、徒手單鈴動作不計分。
音樂	由大會統一提供比賽音樂	
比賽分組	國小高年級組、國小中低年級組與國中組，男女分組比賽。	
備註	各單位各組別限報名 3 組（人）。扯鈴、繩、棍外，禁用任何道具。	

2.單鈴繞腳競速賽

	個人賽
參加人數	1 人
時間	1 分鐘
實施規定	1. 每組開始比賽時由主任裁判以口令方式「各就位、預備」後，以哨音開始計時。 2. 哨音開始之前扯鈴必須靜止，每次以運鈴慣用手接到鈴算一下。 3. 比賽中失誤而動作無法連續時，該次不予採計。 4. 比賽時間內，因故造成動作中止者，得重新開始，採累加計次方式。 5. 統一由裁判員計次。
比賽分組	國小高年級組、國小中年級組、國小低年級組與國中組，男女分組比賽。
備註	比賽用鈴不拘定軸、培鈴，大小、重量不限，比賽器材均由參賽者自備。

3.單鈴一拋一跳競速賽

	個人賽
參加人數	1 人
時間	1 分鐘
實施規定	1. 每組開始比賽時由主任裁判以口令方式「各就位、預備」後，以哨音開始計時。 2. 哨音開始之前扯鈴必須靜止，每次以拋鈴後跳繩一次迴旋計一次，一次拋鈴跳繩兩次以上不予計次。 3. 比賽中失誤而動作無法連續時，該次不予採計。 4. 比賽時間內，因故造成動作中止者，得重新開始，採累加計次方式。 5. 統一由裁判員計次。
比賽分組	國小高年級組、國小中年級組、國小低年級組與國中組，男女分組比賽。
備註	比賽用鈴不拘定軸、培鈴，大小、重量不限，比賽器材均由參賽者自備。

二、 跳繩競速賽

組別	個人單迴旋賽	個人二迴旋賽
參加人數	1 人	1 人
時間	1 分鐘	1 分鐘
實施規定	1. 每組開始比賽時由主任裁判以口令方式「各就位、預備」後，以哨音開始計時。 2. 限併腳跳，以一跳一迴旋方式計次，一跳二迴旋以上不予計次。 3. 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。 4. 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。	1. 每組開始比賽時由主任裁判以口令方式「各就位、預備」後，以哨音開始計時。 2. 限併腳跳，以一次一跳二迴旋為計次一次。 3. 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。 4. 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。
比賽分組	國小組、國中組，男女分組比賽。	
備註	比賽用繩材質不拘，長短、粗細、重量不限，顏色以易於辨別為宜，比賽用繩均由參賽者自備。	

	6 人團體賽	12 人團體賽
參加人數	6 人	12 人
時間	1 分鐘	1 分鐘
實施規定	1. 每組開始比賽時由主任裁判以口令方式「各就位、預備」後，以哨音開始計時。 2. 每隊參加人數為 6 人，2 人各持繩的一端在外甩繩，其餘 4 人在繩中間站定後，聽到哨音後同時起跳。 3. 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。 4. 比賽時間內，因故造成迴旋	1. 每組開始比賽時由主任裁判以口令方式「各就位、預備」後，以哨音開始計時。 2. 每隊參加人數為 12 人，2 人各持繩的一端在外甩繩，其餘 10 人在繩中間站定後，聽到哨音後同時起跳。 3. 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。 4. 比賽時間內，因故造成迴旋繩

	繩中止迴旋者，得重新開始起跳，採累加計次方式。	中止迴旋者，得重新開始起跳，採累加計次方式。
比賽分組	國小組、國中組，可男女混合組隊。	
備註	比賽用繩材質不拘，長短、粗細、重量不限，顏色以易於辨別為宜，比賽用繩均由參賽者自備。 團體賽得登錄候補選手 1 人，須於報名表中以斜體字標示。	

三、踢毬競速賽：

	個人限時計次賽
參加人數	1 人
時間	1 分鐘
實施規定	1. 每組開始比賽時由主任裁判以口令方式「各就位、預備」後，以哨音開始計時。 2. 以「盤踢」計次，即一腳直立支持體重，一腳由內彎向上踢，毬子的著點在內鞋幫（腳內側）。左、右腳不拘，以毬子每次接觸到內鞋幫計次一次。 3. 比賽時間內，因故造成動作中止者，得重新開始踢毬，採累加計次方式。
比賽分組	國小組、國中組，男女分組比賽。
備註	毬子由參賽者自備，重量、毬盤、毬毛、毛管、顏色等規格不限。

四、陀螺擲準賽

組別	國小團體賽	國中團體賽
比賽分組	男女分組	男女混合組隊
參加人數	每隊五人參賽(四人上場，一人候補)	
評分標準 及 實施規定	1、每位選手使用陀螺繩(材質、粗細及長短不限)纏繞直徑 2 吋至 3.5 吋之木製陀螺；四位選手依序採用 10 種投擲動作進行陀螺之投擲，使陀螺於陀螺架(高度 100 公分)上轉動並停留 3 秒。 2、10 種投擲動作為前投、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，共計 10 個動作，每個動作各操作 2 次。每次操作成功給 5 分(每個動作至少應在陀螺架上轉動並停留 3 秒才算成功)，4 人總分共計 400 分。動作定義請參閱中華民國民俗體育運動協會 112 年 10 月 2 日公告之陀螺比賽規則。 3、比賽終止後，依分數總和為最終成績並判定勝負；若成績相同時，以登陸火星失誤較少次者獲勝，若成績再相同時，以登陸月球失誤較少次者獲勝，若再相同以左右開弓失誤較少次者獲勝，若再相同以潛拉進盤失誤較少次者獲勝，若再相同以拉回上手失誤較少次者獲勝，依序再由轉身投、抬腿投、釘投、跪投、前投等依序前推，若均相同則並列。 4、比賽服裝不拘，以整潔大方及不影響觀瞻為度。 5、與賽運動員須待主任裁判員信號後方可開始投擲動作及投擲後拿取陀螺，如搶先動作、提前踩線或越線，該次投擲結果以 0 分計算。	
備註	陀螺及陀螺繩由參賽者自備，陀螺架由主辦單位提供。	