

112年臺南市中小學跳繩錦標賽競賽規程

一、宗旨：為了推展跳繩運動，增加運動人口、活用體育場地、鼓勵優質的假日休閒生活，
以提升全民運動的風氣與水準。

二、依據：臺南市政府體育局112年○○月○○日南市體處競字第○○○○○○○○○○號
函辦理。

三、指導單位：臺南市政府

四、主辦單位：臺南市政府體育局

五、承辦單位：臺南市柳營區柳營國民小學

六、協辦單位：臺南市體育總會民俗體育委員會

七、比賽日期：民國112年4月13日【星期四】

八、比賽地點：臺南市新營體育館

九、參賽組別暨資格：

(一)國小中年級男生組：本市各公私立國小在籍中年級男生，以學校為單位組隊參加。

(二)國小中年級女生組：本市各公私立國小在籍中年級女生，以學校為單位組隊參加。

(三)國小高年級男生組：本市各公私立國小在籍高年級男生，以學校為單位組隊參加。

(四)國小高年級女生組：本市各公私立國小在籍高年級女生，以學校為單位組隊參加。

(五)國中男子組：本市各公私立國中在籍男生，以學校為單位組隊參加。

(六)國中女子組：本市各公私立國中在籍女生，以學校為單位組隊參加。

(七)高中男子組：本市各公私立高中職（含五專前三年級）在籍男生，以學校為單位
組隊參加。

(八)高中女子組：本市各公私立高中職（含五專前三年級）在籍女生，以學校為單位
組隊參加。

十、比賽項目：

(一) 國小中年級組：分男童組與女童組

1. 個人競速賽

(1) 30秒跑步跳一迴旋計次賽

(2) 30秒前跳二迴旋計次賽

(3) 1分鐘開叉跳一迴旋計次賽

2. 雙人競速賽

- (1) 1分鐘同向並立前跳一迴旋計次賽
- (二) 國小高年級組：分男童組與女童組
 - 1. 個人競速賽
 - (1) 30秒跑步跳一迴旋計次賽
 - (2) 30秒前跳二迴旋計次賽
 - (3) 1分鐘開叉跳一迴旋計次賽
 - 2. 雙人競速賽
 - (1) 1分鐘同向並立前跳一迴旋計次賽
 - 3. 1×30秒3人相繞繩計次賽
 - 4. 團體競速賽
 - (1) 一分鐘6人團體競速賽
- (三) 國中組：分男子組與女子組
 - 1. 個人競速賽
 - (1) 30秒跑步跳一迴旋計次賽
 - (2) 30秒前跳二迴旋計次賽
 - (3) 1分鐘開叉跳一迴旋計次賽
 - 2. 1×30秒3人相繞繩計次賽
 - 3. 團體競速賽
 - (1) 一分鐘6人團體競速賽
- (四) 高中組：
 - 1. 個人競速賽（分男子組與女子組）
 - (1) 30秒跑步跳一迴旋計次賽
 - (2) 30秒前跳二迴旋計次賽
 - (3) 1分鐘開叉跳一迴旋計次賽
 - 2. 1×30秒3人相繞繩計次賽（分男子組與女子組）
 - 3. 團體競速賽（男女混合報名）
 - (1) 一分鐘6人團體混合競速賽

十一、報名方式：

- (一) 每校每項個人競速賽報名限1-3人，雙人競速賽限報1-2隊，團體賽限報一隊。

報名自即日起至112年3月10日（星期五）下午5點截止。本項比賽不收取報名費。

(二) 本活動採線上報名，學校統一報名網址：<http://163.26.179.2/folk11204>

各項競賽註冊表（由網路報名完成後電腦系統自動產生）請核章後於**112年3月17日**前送達或寄達承辦單位（臺南市柳營區柳營路一段755號-柳營國小學務處收），信封封面請註明：【112年中小學跳繩錦標賽】

活動問題洽詢：陳郁蓁主任0920-623608、連絡電話：06-6222124#102。

報名後請電話確認。

十二、領隊抽籤會議：**112年3月22日（星期三）**上午9點在柳營國小視聽教室舉行，不另行文通知，請各領隊準時與會；未出席者由大會代為抽籤，對議決之事項不得異議。

十三、獎勵：（一）個人及團隊依實際參賽人（隊）數按下列名額錄取：2至3人錄取1名；4人（隊）錄取2名；5人（隊）錄取3名；6人（隊）錄取4名；7人（隊）錄取5名；8人（隊）錄取6名；9人（隊）錄取7名；10人（隊）以上錄取8名。

（二）「各競賽種類及項目之實際參賽人（隊）數未達2人（隊）以上，或運動員於參賽項目之全部賽程均未出賽者，不予獎勵」

（三）優勝隊伍隊職員、辦理活動有功人員，依照「臺南市立高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理敘獎。

十四、規則：

（一）跑步跳一迴旋計次賽

1. 參賽者在30秒內完成最多跑步跳，裁判只會計算右腳成功過繩之數目。跑步跳的動作必須為右腳、左腳、右腳、左腳，兩腳互相交替。每一步跳躍必須越過繩子及環繞身體轉動一圈。

（二）前跳二迴旋計次賽

1. 參賽者在30秒內完成最多二迴旋，裁判只會計算雙腳成功過繩之數目。參賽者必須使用雙腳跳躍，繩子在雙腳碰地之前圍繞身體旋轉兩圈。

（三）開叉跳一迴旋計次賽

1. 參賽者在限時內完成最多開叉跳，裁判只會計算雙手交叉成功過繩之數目。

（四）同向並立前跳一迴旋計次賽

1. 兩位參賽者以並立的型態站在一起，兩人各執繩的一端，每人雙腳併攏進行前跳一迴旋，裁判會計算一分鐘內完成前跳一迴旋的次數。

(五) 6人團體競速賽

1. 限時 1 分鐘，每組比賽開始時由裁判撥放計時音樂，「各就位、預備、開始」使用一條長繩，以定點跳繩由 2 人掌繩，做一字型迴旋，4 人同時在迴旋繩中跳躍。以 1 分鐘內連續跳躍累計之次數來判定勝負或名次。 黠
2. 以 4 人同時成功起跳，開始計算第一下。結束以哨聲終止比賽。每次比賽時須全隊一起喊出跳過之次數，以便計算次數，更能增進團隊默契（未喊出聲或出聲太小經裁判兩次提醒仍未改善者，成績次數以八折計算）。 黠
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。 黠
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。

(六) 1x30秒3人相繞繩計次賽

1. 兩位參賽者持兩條長繩甩相繞繩，另一位跳入相繞繩中完成跑步跳，在 30 秒內完成跑步跳最多下者獲勝，裁判只會計算右腳成功過繩之數目。跑步跳的動作必須為左、右兩隻腳互相交替。每一步跳躍必須越過繩子及環繞身體轉動一圈。

十五、注意事項：

- (一) 參賽隊伍請於**112年4月13日上午08：20**於臺南市新營體育場**體育館**完成報到。
- (二) 因應新型冠狀病毒肺炎疫情流行，避免群聚感染，開幕典禮不予舉行
- (三) 各項賽程預計於9：00開始比賽
- (四) 對選手資格有異議，需於賽前向裁判提出檢查資格之要求，開賽後不予受理。
- (五) 參賽選手請攜帶證件以備查證。
- (六) 如因天氣因素無法比賽，將在本校網頁或粉絲專頁上公告最新訊息。

十六、本競賽規程如有未盡事宜，得由大會隨時修正公佈