TOASTMASTERS
INTERNATIONAL



演講比賽
規則手冊

2019年7月1日至2020年6月30日

領袖的搖籃

TOASTMASTERS INTERNATIONAL
www.toastmasters.org

© 2019 Toastmasters International。保留所有權利。Toastmasters International、
Toastmasters International 徽章及所有其他 Toastmasters International 商標和著作權均屬
Toastmasters International 獨家所有，未經准許不得使用。

Rev. 1/2020

編號 CT1171

目錄

簡介 4

演講比賽規則 5

Toastmasters 演講比賽通用規則 5

國際演講比賽規則 14

講評比賽規則 15

幽默演講比賽規則 16

即席問答（Table Topics®）比賽規則 16

吹牛比賽規則 17

錄影演講比賽 17

演講比賽檢查項目 18

比賽主席檢查項目 18

裁判長檢查項目 20

參賽者檢查項目 21

演講比賽資料 23

補充資料 25

簡介

演講比賽是 Toastmasters 教育系統重要的一部分。參加比賽為 Toastmasters 參賽會員提供得到演說經驗的良機，並讓其他會員有機會透過觀摩向專精演說的講者們取經。

本手冊詳述舉辦國際演講、講評、幽默演講、即席問答與吹牛比賽的相關規則與標準流程。如果您參與舉辦或參加演講比賽，請仔細閱讀並確實遵守所有規則。這麼做，您將確保會有一場讓大家都覺得公正又愉快的演講比賽。

本手冊分成三個部分：

- **演講比賽規則：**內容包括適用於所有 Toastmasters 演講比賽的通用規則，以及針對國際演講、講評、幽默演講、即席問答與吹牛比賽等的特定規則。
- **比賽檢查項目：**此部分詳述比賽主席、裁判長與參賽者在準備比賽期間需進行的常見步驟。
- **補充資料：**此部分詳述 Toastmasters 演講比賽相關的補充手冊、文章、網頁與其他有用的資料。

註：本手冊規則依照行政準則，每年酌情編修一次，並經世界總會總會長、準世界總會總會長與世界總會執行長批准後採用。修編處會在條文左邊空白處標示（□）。

演講比賽規則

Toastmasters 演講比賽通用規則

若非特別註明，否則以下規則適用於由 Toastmasters International 分會、區、部及地區總會主辦的所有演講比賽，以及世界總會年會上舉辦的所有比賽。

1.演講比賽政策

- A. Toastmasters International 認可並支持以下類型的正式演講比賽：國際演講、講評、幽默演講、即席問答 (Table Topics) 、吹牛比賽及影片演講比賽（僅限不歸屬地區總會的分會會員，包括地區代表大會與臨時地區總會）。地區總會不得舉辦其他類型的比賽、示範等活動（包括區與部）。
- 1. 地區總會（包括區與部）必須主辦國際演講比賽。國際演講比賽僅限以英語舉辦。
- 2. 地區總會（包括區與部）每年最多可額外舉辦三類英語演講比賽。
- 3. 地區總會（包括區與部）每年最多還可主辦四類非英語演講比賽。
  - a) 當中每一場比賽使用的語言，都必須是地區總會總會長所選，同時經地區總會執行委員會同意。
  - b) 非英語演講比賽可依照國際演講比賽規則舉辦。該比賽必須以舉辦當地的語言冠名。
    例如：中文演講比賽。
  - c) 非英語比賽最高僅能舉辦至地區總會層級。

B. 所有地區總會層級的演講比賽，都只能在地區總會年度大會舉行

- C. 比賽必須從分會層級展開，並逐步晉級到區、部與地區總會；僅有依照此順序晉級的參賽者，才能夠在區、部與地區總會層級競賽。無論比賽採用的語言或分會的主要語言，所有分會都可讓任何比賽中勝出的參賽者晉級至區層級。

D. 每一位世界總會年會國際演講比賽準決賽之參賽者，均可獲 Toastmasters International 補助差旅費用。差旅費用計算方式與地區總會幹部相同，且遵循同樣的限制。

- E. 《演講比賽規則手冊》屬於準則，適用於 Toastmasters 所有正式演講比賽。要修改相關規則，必須透過行政準則審查流程。除此之外，不得有任何例外。

F. 主辦單位可酌情向觀眾與比賽人員收取入場費；然而，任一比賽的參賽者均無須繳納，推派參賽者的分會也無需繳納費用。

2.資格

A. 如要符合任何 Toastmasters 正式演講比賽參賽資格，會員必須符合以下條

- 件：
  1. 會員在參加區、部與地區總會的比賽時，必須為所屬賽區的已付費會員。
     a) 會員所屬分會也必須有良好的繳費紀錄。

b) 新會員、雙重或恢復會籍會員的會員會費與會員資格申請必須已提交至 Toastmasters 世界總會總部。

2. 此外，參賽者若有意參加國際演講比賽，會員必須：
   a) 已至少完成中級溝通手冊中的六個單元或已取得 Toastmasters Pathways 學習途徑當中任一學習途徑底下等級1 與等級 2 的完成證書。
      1. 然而，成立不滿一年的新分會，其創始會員在分會比賽前若未完成上述條件，仍可參加比賽。分會必須在區比賽前正式成立。
3. 參賽者必須在各層級比賽中維持參賽資格。
   a) 若在任何層級比賽階段，認定參賽者未具備前一層級比賽參賽資格，則必須取消資格。即便到高層級比賽才發現不符參賽資格的事實，同時已補足資格，仍必須取消參賽資格。
4. 下列會員不符參加任何 Toastmasters 演講比賽的資格：
   a) 會員在分會層級之上的任何比賽中，擔任評分裁判或同分裁判且會員仍將參賽或有意參賽。
   b) 現任世界總會幹部或執行長
   c) 區域顧問或區域顧問申請者
   d) 任期將在6月30日屆滿的地區總會幹部:
      1. 地區總會總會長
      2. 課程品質執行長
      3. 分會成長執行長
      4. 行政長
      5. 財務長
      6. 公關長
      7. 部執行長
      8. 區執行長
   e) 世界總會幹部或執行長候選人
   f) 前任地區總會總會長
   g) 地區總會幹部或正在參選7月1日起就任的下一屆職位的會員
   h) 在區、部與地區總會比賽活動以及世界總會年會中， 擔任教育時段演講者、比賽主席、比賽主持人、裁判長、活動委員會主席
5. 比賽時擔任比賽主席、裁判長、評分裁判、同分裁判、計時員、計票員、事務長與測試講者的會員均不可在該項演講比賽中參賽。
6. 在8月份世界總會年會上贏得 World Championship of Public Speaking®（世界演講冠軍賽）冠軍的會員，不具再次參加任何層級國際演講比賽的資格。
7. 在世界總會年會宣布的影片演講比賽贏家不具再次參加影片演講比賽的資格。影片演講比賽的贏家如符合所有其他要求，可在接下來的年度參加國際演講比賽。

◆

8. 具有多個 Toastmasters 分會會員身分並符合所有其他條件，同時只要在各分會均為已付費會員，便可參加各個分會舉辦的比賽。
   a) 任何參賽者皆不得在同一類型之演講比賽中參加多於一個的區級比賽，即使該不同區隸屬於不同部或地區總會。
9. 分會以上層級比賽，每一位參賽者都必須親自參賽。分會以上層級的比賽，不得透過音訊、錄音帶、錄影帶、視訊會議、網路攝影機、音訊串流或其他任何遠端通訊科技參賽。（例外情況：參加國際演講比賽區域半準決賽及錄影演講比賽）

B. 若要在 Toastmasters 演講比賽擔任裁判長、評分裁判或同分裁判，必須符合以下所有資格。
   1. 在分會比賽中擔任上述裁判職務時，為已付費會員。
   2. 在區、部或地區總會層級比賽中擔任上述裁判職務時：
      a) 為已付費會員，同時至少繳清6個月會費。
      b) 已至少完成《中級演講》當中的六個單元，或在 Toastmasters Pathways 學習途徑中，取得任一學習途徑當中等級 1 與等級 2 的完成證書。
      c) 在擔任裁判職務的比賽中親自出席。
   3. 在國際演講比賽區域半準決賽、準決賽及 World Championship of Public Speaking（世界演講冠軍賽）中：
      a) 為已付費會員，同時至少繳清6個月會費。
      b) 至少已取得銅牌高級演講員（或舊制的 Advanced Toastmaster Bronze，
      ATM-B），或至少完成 Toastmasters Pathways 當中的一個學習途徑。
      c) 曾在 Toastmasters 區、部、地區總會或準決賽層級的演講比賽中擔任裁判。

C. 所有其他比賽行政人員和講評比賽測試講者，都必須為已付費會員。

3.遴選順序

A. 分會、區、部、地區總會。繳費紀錄良好的分會，均可依照該分會希望的方式遴選參賽者來代表參加所屬區舉辦的演講比賽。若舉辦比賽，必須遵守本手冊中的規則，同時不得更改比賽結果。若適用，區演講比賽優勝者將晉級部演講比賽。部演講比賽優勝者則晉級地區總會演講比賽。
   1. 在地區總會決賽前，擁有10個或10個以上部的地區總會，可分別舉行2場決勝賽。
      a) 若可能，每場決勝賽中參賽的部總數應該相同。
      b) 每場決勝賽各選出前3名優勝者，晉級到地區總會比賽; 不公佈名次順序。
   2. 若分會、區或部比賽的優勝者無法參加下一層級賽事，將由排名次高的參賽者遞補。

3. 國際演講比賽是唯一超越地區總會層級，進一步舉辦區域半準決賽、準決賽及 World Championship of Public Speaking（世界演講冠軍賽）的演講比賽。

4. 若國際演講比賽區域半準決賽的優勝者因故無法參加準決賽，世界總會將聯繫排名居次的參賽者，依此類推。

B. 在區比賽舉行前8週，若主辦區內僅有4個或少於4個繳費紀錄良好的分會，地區總會可允許每個分會派出2名參賽者。

1. 若在區比賽前有新分會成立，每個分會可派出2名參賽者。

2. 對僅有4個或少於4個區的部，地區總會可選擇讓每個區派出區比賽成績最高的前2名參加部比賽。

3. 對僅有4個或少於4個部的地區總會，該地區總會可選擇讓每個部派出部比賽成績最高的前2名參加地區總會比賽。

4. 關於是否允許2名參賽者從分會比賽晉級到區比賽、從區比賽晉級到部比賽，及／或從部比賽晉級到地區總會比賽之決定，必須在賽季開始前（即在任何分會開始比賽之前）通知整個地區總會。

a) 一旦做出決定，必須在整個地區總會底下的分會、區與部中落實。

b) 若地區總會決定允許2名參賽者自分會比賽晉級到區比賽，其後自區比賽晉級到部比賽，及／或自部比賽晉級到地區總會比賽的人數不必相同。

4.演講題目與準備工作

A. 所有國際演講、幽默演講與吹牛比賽的題目，皆必須由參賽者自行選定。

B. 依照本規則手冊中「即席問答比賽」部分所明列，即席問答比賽的演講題目，必須由比賽主席決定。

C. 「講評比賽」僅限於對測試講者的演講本身進行口頭講評，詳情請參閱本手冊「講評比賽」部分。

D. 參賽者必須自行撰寫演講稿，同時演講稿絕大部分內容都必須是原創的。

1. 演講稿中引述、轉述或參考的內容，不得超過整篇講稿的 25%。此外，在演講過程中，必須明確指出引述、轉述或參考的內容。

2. 在所有比賽之前，所有參賽者必須填寫 Speaker's Certification of Eligibility and Originality（演講者資格暨原創性聲明書，目前僅有英文版）（編號 1183），並交由裁判長審核，證明演講內容的絕大部分都是或都將是原創。

E. 所有參賽者必須在比賽主席指定的同一講台或區域進行演講。

1. 比賽開始前，必須明確向所有參賽者、裁判長、評分裁判與同分裁判告知演講區域範圍。

2. 主辦單位必須提供講台。然而，參賽者可自行決定是否使用講台。

3. 若有使用擴音設備的需要，需在講台安裝固定式麥克風，同時也必須準備另一組隨身麥克風。

4. 比賽前，所有設備都必須先交由參賽者測試。參賽者應在出場前，自行安靜準備所需的講台麥克風或其他設備。

5.一般流程

A. 每一層級的 Toastmasters 演講比賽，都必須安排特定人數的評分裁判與工作人員。

1. 在分會比賽中，應盡可能安排 1 名比賽主席、1 名裁判長、至少 5 名評分裁判、1 名同分裁判、2 名計票員與 2 名計時員。
2. 在區比賽中，該區每個分會派出的評分裁判人數必須相同，或比賽中至少要有 5 名評分裁判。此外，還必須委任 1 名比賽主席、1 名裁判長、1 名同分裁判、2 名計票員與 2 名計時員。
3. 在部比賽中，該部每個區派出的評分裁判人數必須相同，或比賽中至少要有 7 名評分裁判。此外，還必須委任 1 名比賽主席、1 名裁判長、1 名同分裁判、2 名計票員與 2 名計時員。與參賽者屬於同一分會的會員，不得擔任裁判長、評分裁判或同分裁判。
4. 在地區總會比賽中，該地區總會每個部派出的評分裁判人數必須相同，或比賽中至少要有 7 名評分裁判。此外，還必須委任 1 名比賽主席、1 名裁判長、1 名同分裁判、3 名計票員與 2 名計時員。與參賽者所屬分會的會員，不得擔任裁判長、 評分裁判或同分裁判。
5. 舉辦國際演講比賽、區域四分之一決賽。每場比賽必須至少要有 9 名評分裁判及 1 名同分裁判。前任世界總會長卸任後，將擔任所有區域四分之一決賽的裁判長。與參賽者屬於同一區域的會員，不得擔任評分裁判或同分裁判。與參賽者屬於同一分會的會員，不得擔任評分裁判或同分裁判。
6. 在國際演講比賽的準決賽中，來自每個地區總會的評分裁判人數必須相同，或在比賽中至少要有九名評分裁判。此外，還需委任1名比賽主席、1名裁判長、1名同分裁判、3名計票員與2名計時員。參賽者所屬分會的會員，不得擔任裁判長、評分裁判或同分裁判。
7. 在世界演講冠軍賽 (World Championship of Public Speaking) 中，每個區域必須派出 1 名評分裁判做為代表。此外，還需委任1名比賽主席、1名裁判長、
   5名資格認定裁判、1名同分裁判、3名計票員與2名計時員。與參賽者屬於同一分會的會員，不得擔裁判長、評分裁判、資格裁判或同分裁判。
8. 若可能，任何層級比賽的評分裁判都必須匿名。
9. 比賽主席可委任1名「比賽總主持人」來履行其職責。此時「比賽總主持人」與「比賽主席」意義相同。「比賽總主持人」亦不得參加所負責的任何比賽。

B. 比賽主席必須在比賽進行前向參賽者講解比賽規則。接著比賽主席協助參賽者抽籤決定出場順序。

C. 若參賽者缺席說明會，而候補參賽者在場，後者可代替主要參賽者出席說明會。

1. 介紹主持人時，主要參賽者若未在場將失去參賽資格，由候補參賽者接替成為正式參賽者。
2. 若主要參賽者在說明會之後但尚未介紹主持人出場之前抵達比賽現場，則主要參賽者在下列情形下可繼續參賽：

a) 抵達現場時向比賽主席報到。

b) 在介紹主持人出場、並宣布比賽開始前，備妥所有必填表格。

c) 放棄參加說明會的機會。

D. 比賽前，裁判長須向評分裁判、計票員與計時員說明其職責。

1. 每位評分裁判都將收到1份合適的比賽評分表。

a) 國際演講比賽評分裁判將收到 International Speech Contest Judge's Guide and Ballot（國際演講比賽裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1172）。

b) 講評比賽評分裁判將收到 Evaluation Contest Judge's Guide and Ballot（講評比賽裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1179）。

c) 幽默演講比賽評分裁判將收到 Humorous Speech Contest Judge's Guide and Ballot（幽默演講比賽裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1191）。

d) 即席問答比賽評分裁判將收到 Table Topics Contest Judge's Guide and Ballot（即席問答"比賽裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1180）。

e) 吹牛比賽評分裁判將收到 Tall Tales Contest Judge's Guide and Ballot（吹牛比賽裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1181）。

f) 所有評分裁判與同分裁判都將收到 Judge's Certification of Eligibility and Code of Ethics（裁判資格認證與道德準則，目前僅有英文版）（編號 1170）。表格需在簽名後交還裁判長。

2. 計時員將收到 Speech Contest Time Record Sheet and Instruction for Timers（演講比賽時間紀錄表與計時員指示，目前僅有英文版）（編號 1175）。必要時，計時員還將收到如何正確使用計時裝置的說明。

3. 計票員將收到 Counter's Tally Sheet（計票員計分表，目前僅有英文版）（編號 1176）。必要時，計票員還將收到有關收集評分表與計票程序的說明（如下所述）。

E. 比賽前，裁判長遴選1名會員擔任同分裁判。

1. 同分裁判的身分不公開，只有裁判長知道。

2. 同分裁判不需要參加裁判說明會。

3. 裁判長必須在賽前提供同分裁判《同分裁判評分指南暨評分表》（僅有英文版）。

a) 國際演講比賽的同分裁判將收到 International Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（國際演講比賽同分裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1188）。

b) 講評比賽的同分裁判將收到 Evaluation Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（講評比賽同分裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文

版）
（編號 1179A）。

c) 幽默演講比賽的同分裁判將收到 Humorous Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（幽默演講比賽同分裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1191A）。

d) 即席問答比賽的同分裁判將收到 Topics Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（即席問答比賽同分裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）（編號 1180A）。

e) 吹牛比賽的同分裁判將收到 Tall Tales Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（吹牛比賽同分裁判評分指南暨評分表，目前僅有英文版）
（編號 1181A）。

F. 在國際演講、幽默演講與吹牛比賽時，參賽者的介紹方式為宣布參賽者姓名、演講題目，隨後再複頌演講題目、參賽者姓名。

◆ 1. 在即席問答比賽時，參賽者的介紹方式為宣布參賽者姓名、題目，隨後再複頌題目、參賽者姓名。

2. 在講評比賽時，參賽者的介紹方式為宣布參賽者姓名2次。

G. 國際演講、幽默演講與吹牛比賽參賽者可在比賽時，全程留在現場。

H. 講評比賽參賽者必須在測試講者發表完演講後離場（詳情請參閱本手冊「講評比賽」部分）。

I. 依照本規則手冊中「即席問答比賽」部分所明列，所有即席問答比賽參賽者必須先離場，直到前一位參賽者針對題目發表完演講後才能進場。

J. 參賽者演講完畢後，會場肅靜1分鐘，以便評分裁判與同分裁判進行評分。評分裁判與同分裁判必須為所有參賽者評分；裁判長不為參賽者評分。

K. 當最後一位參賽者完成演講後，比賽主席請大家保持肅靜，直到計票員收完所有評分表。

1. 為確保評分表有效，裁判必須：

a) 完整填寫所選的第1、第2、第3名。

b) 在評分表上以正楷填寫姓名並簽名。

2. 評分裁判填寫完評分表後，必須撕下表下半部，放入主辦方提供的信封內，隨後舉起信封示意計票員收取。

a) 評分裁判不需將評分表上半部交給計票員，但必須在比賽後確實將其銷毀。

3. 裁判長必須親自向同分裁判收取評分表，同分裁判必須根據參賽者表現，在表中依照順序列出所有參賽者名次。

a) 同分裁判不需將評分表上半部交給裁判長，但必須在比賽後確實將其銷毀。

4. 比賽結束後，在評分裁判與同分裁判填寫評分表同時，計時員應完成時間紀錄，隨後放入主辦單位提供的信封，再交給裁判長。

L. 收集所有評分表後，計票員與裁判長將離開比賽現場，前往計票室。

1. 在計票室內，計票員以 Counter's Tally Sheet（計票員計分表，目前僅有英文版）（編號 1176）登錄比賽成績。
   a) 計票員在 Counter's Tally Sheet（計票員計分表）上根據評分裁判在評分表上列出的第1、第2、第3名填入參賽者應得的分數。
      1. 第1名得3分。
      2. 第2名得2分。
      3. 第3名得1分。
   b) 所有分數填妥後，計票員將每一參賽者的分數加總，然後將總分填寫在計票表下方。
      1. 總分將由所有計票員逐一審核，確認無誤後再填入計票表。
      2. 根據所得總分將參賽者按名次排列在計分表下方。
   c) 若出現平手，裁判長將參考同分裁判的評分表。
   d) 若出現參賽者同名次的情況，依照同分裁判評分表中的排名決定，排名高者贏得名次，次高者退居下1名，以此類推。
2. 比賽成績經登錄並確認無誤後，裁判長將所有參賽者排名填入 Notification of Contest Winner form（比賽優勝者通知表，目前僅有英文版）（編號 1182），然後提交給下一層級的比賽主席。若是地區總會層級的國際演講比賽，
   則提交給世界總會總部。裁判長另外於 Result Form（比賽結果表，目前僅有英文版）（編號 1168）上按照得獎名次由低而高填入得獎人姓名，然後交給比賽主席。
   a) 裁判長必須保管所有評分表與計分表，直到優勝者公布。
   b) 在公布優勝者後，裁判長將銷毀所有評分表、計時表與計分表。

◆ M. 在訪問完參賽者後，比賽主席將宣布比賽的優勝者。

◆ 1. 比賽若有3名或更多參賽者，比賽主席依照第3名、第2名與第1名的順序宣布結果。優勝者名次將會以由低而高的方式公佈。

◆ 2. 比賽若僅有不到3名參賽者，比賽主席依照第2名（若有）與第1名的順序宣布結果。優勝者名次將會以由低而高的方式公佈。

◆ 3. 有時整場比賽僅有1名參賽者。即便在此情況下，比賽仍必須照常舉行，但若參賽者不符合時間、講稿原創性與參賽資格的要求，他 / 她將被取消資格。

◆ **4.** 國際演講比賽的區域半準決賽在公佈晉級準決賽的名單時，將不會宣佈名次順序。 不公佈名次順序。

◆ **5.** 國際演講比賽的區域準決賽在公佈晉級世界演講冠軍賽的名單時，將不會宣佈名次順序。 不公佈名次順序。

◆ 6. 除非宣布的優勝者名單不正確，否則在名單宣布後便不得再修改。若發現錯誤，裁判長、計票員或計時員可立刻打斷，並糾正錯誤。

6.演講計時

A. 裁判長必須委任2名計時員。為其中1名提供碼錶，為另1名提供能顯示綠色、黃色與紅色的信號裝置。

B. 必須確定每位參賽者均能非常清楚地看到信號裝置。

C. 使用碼錶的計時員負責將演講所用時間填入 Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（演講比賽時間紀錄表與計時員指示，目前僅有英文版）（編號 1175），並交給裁判長。

D. 負責操作計時裝置的計時員，必須確保參賽者在演講過程中在正確的時間點準確地見到綠色、黃色或紅色信號。

E. 參賽者的演講都必須遵守比賽時限規定。

1. 國際演講與幽默演講比賽的時限必須是 5 到 7 分鐘。演講歷時若少於4分30秒或多於7分30秒，參賽者將被取消資格。
2. 即席問答演講的時間限制必須是 1 到 2 分鐘。演講歷時若少於1分鐘或多於2分30秒，參賽者將被取消資格。
3. 講評演講的時間限制必須是 2 到 3 分鐘。演講歷時若少於1分30秒或多於3分30秒，參賽者將被取消資格。
4. 吹牛比賽的時限必須是 3 到 5 分鐘。演講歷時若少於2分30秒或多於5分30秒，參賽者將被取消資格。

F. 一旦經介紹，參賽者必須立刻前往演講位置就定位。

1. 參賽者只要與觀眾有明確互動（無論是語言或肢體語言），立刻開始計時。這通常指參賽者開口說出第1個字，但也包括其他形式，例如：音效、參賽者指示他人動作等。
2. 參賽者在演講位置就定位後，必須在短時間內開始演講 ，不准無故拖延比賽。

G. 計時員必須提供參賽者警示信號，參賽者也必須能夠清楚見到信號，但不能讓觀眾察覺。

1. 在國際演講與幽默演講中：
   a) 5分鐘時，顯示綠色信號，持續長達1分鐘。
   b) 6分鐘時，顯示黃色信號，持續長達1分鐘。
   c) 7分鐘時，顯示紅色信號，直到演講結束。
2. 在講評演講比賽中：
   a) 2分鐘時，顯示綠色信號，持續長達30秒。
   b) 2分30秒時，顯示黃色信號，持續長達30秒。
   c) 3分鐘時，顯示紅色信號，直到講評結束。
3. 在即席問答比賽中：
   a) 1分鐘時，顯示綠色信號，持續長達30秒。
   b) 1分30秒時，顯示黃色信號，持續長達30秒。
   c) 2分鐘時，顯示紅色信號，直到演講結束。
4. 在吹牛比賽中：
   a) 3分鐘時，顯示綠色信號，持續長達1分鐘。

b) 4分鐘時，顯示黃色信號，持續長達1分鐘。

c) 5分鐘時，顯示紅色信號，直到演講結束。

- 5. 在所有演講比賽中，不得透過任何信號提醒參賽者超時。
6. 若參賽者有視覺障礙，主辦單位應允許該參賽者使用其個人所選擇之時間提醒信號。

a) 可用的提醒信號包括但不限於：蜂鳴器、鈴聲或他人告知5分鐘、6分鐘與7分鐘時間已到。

b) 如果提醒信號需要任何特殊裝置及 / 或特別指示，參賽者必須自行準備。

7. 若信號或計時設備故障，參賽者可獲得額外30秒的演講時間，若在此條件下講者仍超時，則將被取消資格。

- H. 比賽結果公布前，比賽主席必須宣布是否有參賽者因不符時間規定遭淘汰，但不得宣布其姓名。

7. 提出異議與取消資格

- A. 只有評分裁判與參賽者可提出異議，同時異議事項必須僅限參賽資格與原創性。若要異議，必須在宣布得獎者與候補得獎者前，向裁判長及 / 或比賽主席提出。

B. 裁判長、比賽主席、評分裁判與參賽者，均不得考慮觀賽會員提出的異議。

C. 裁決參賽者因原創性爭議遭取消資格前，必須讓參賽者有向評分裁判申辯的機會。必須有超過半數的評分裁判同意，才可取消參賽者資格。

D. 比賽主席可依據參賽資格認定，取消參賽者資格。

E. 所有評分裁判與資格認定裁判所做的決定均為最終決定。

8. 使用道具與電子裝置

A. 有意使用道具（包括任何種類的電子裝置）的參賽者，必須在比賽開始前告知比賽主席。

B. 參賽者必須遵守場地有關使用道具的規則限制。

C. 所有道具必須在參賽者開始演講前利用1分鐘肅靜時間安裝完成，並在演講後的1分鐘肅靜時間內移除。

1. 參賽者得由他人協助使用道具，但比賽主席與其他工作人員並無義務協助。
2. 參賽者必須在比賽開始前，向比賽主席證明能在指定時間內安裝、移除道具。

a) 若參賽者無法證明，則不能在比賽中使用該道具。

國際演講比賽規則

國際演講比賽僅能以英語進行，同時遵守本手冊「通用規則」部分敘述的所有規則。此外，也適用以下補充規則與例外狀況。

◆ 1. 國際演講比賽從分會層級開始，隨後經區、部（若有）、地區總會、區域四分之一決賽賽、準決賽逐層晉級，最後至決賽。

A. 送交世界總會以便參加區域半準決賽評分的地區總會層級參賽影片，必須符合這些要求：

音訊

- 音訊內容必須清晰且無回音、雜訊或其他過多的噪音干擾。

攝影機

- 攝影機必須以高畫質解析度來拍攝。
- 僅能使用單一台攝影機，不得以多角度拍攝。
- 攝影機必須置於三腳架上以維持穩定度，並且避免不必要的移動。
- 攝影機必須拍攝到不受阻擋、完整聚焦於參賽者的影像。
- 錄影期間，整個演講區域必須維持清楚可見。
- 攝影機必須由攝影人員全程操作，以確保正確地錄下演講過程。
- 攝影時不得遠近縮放畫面。

燈光

- 演講區域必須有充分的照明。
- 整個演講期間，講者的面部表情必須清晰可見；畫面不應太亮或太暗。
- 不得有任何天然或人為光線直接照向攝影機。

影片錄製

- 錄影內容只能包括比賽主席為（地區總會層級）優勝者的演講簡介及完整的優勝演講。
- 錄製內容不得有任何後製編輯，例如加入文字、圖像、圖片，或任何不符以上要求的內容。

B. 地區總會送交世界總會

1. 國際演講比賽的地區總會層級賽事結束後，裁判長根據排名在 Notification of District Winner form（地區總會優勝者通知表，目前僅有英文版 ）列出所有地區總會層級參賽者名單，然後將該表繳交給課程品質執行長。
2. 課程品質執行長負責將Notification of District Winner form（地區總會優勝者通知表）、Region Quarterfinal Video Release（區域半準決賽錄影發行同意表），以及優勝者的演講影片，依照規定的格式與方式繳交至世界總會。

◆ C. 區域半準決賽會在各地區總會送交優勝者名單後，以影片播放的方式進行。

◆ 1. 區域半準決賽的裁判將依照裁判長提供的順序觀看指定地區的所有影片。

◆ 2. 區域半準決賽的裁判必須一次觀看所有的參賽影片，中間不得中斷。

◆ 3. 區域半準決賽的裁判僅能觀看參賽影片一次。 觀看中途不得暫停或倒帶。

◆ 4. 區域半準決賽結果公布後，世界總會會將準決賽的相關資訊提供給優勝者。

◆ D. 準決賽將於世界總會年會中舉辦，屆時各區域半準決賽的前兩名優勝者將隨機分為 4 組進行比賽。

1. 由世界總會總部工作人員同時向所有準決賽參賽者講解比賽規則。
2. 由世界總會總部工作人員同時向所有準決賽裁判講解裁判規則。

E. 每一位World Championship of Public Speaking（世界演講冠軍賽）參賽者都必須發表一篇與當年度的演講比賽準決賽或是任何前一年度的演講比賽準決賽及決賽發表過的演講不同而且全新的演講。

1. 世界總會年會準決賽的優勝者，必須準備準決賽演講的大綱並提交至世界總會總部，世界總會總部將在 World Championship of Public Speaking（世界演講冠軍賽）裁判說明會進行前，將其交給資格認定裁判。
2. 主辦單位同時將交給資格認定裁判 Speaker Qualification Sheet（演講者資格認定表，目前僅有英文版）（編號 1186）。資格認定裁判將在此表上，註明將在 World Championship of Public Speaking（世界演講冠軍賽）上發表的演講是否為全新內容，同時與準決賽的演講不同。
3. 比賽結束後，在評分裁判填寫評分表時，資格認定裁判將填寫《演講者資格認定表》，簽名後，將其妥善放入主辦單位提供的信封內，並舉起信封提示計票員將其收走。
4. 裁判長將在計票室打開並審核所有《演講者資格認定表》。若5名資格認定裁判中有3名針對同1名參賽者勾選「失去資格」的欄位，則該參賽者將被取消資格，且不得有任何異議。

2. 國際演講比賽準決賽與World Championship of Public Speaking（世界演講冠軍賽）將遵守賽季開始前一年的7月1日，大約是世界演講冠軍賽前14個月，所頒布的規則手冊版本。

講評比賽規則

講評比賽遵守本手冊「通用規則」部分敘述的所有規則。此外，也適用以下補充規則與例外狀況。

1. 比賽一開始，測試講者將發表1篇5到7分鐘長的演講。
   A. 測試講者的演講內容必須符合比賽類型，或是選自《中級溝通》手冊當中的任一單元，或是 Toastmasters Pathways 學習體驗中的單元演講。
   B. 參賽者如果決定在測試講者發表演講期間，利用筆記準備講評，則必須使用 Evaluation Contestant Notes Sheet（講評比賽參賽者筆記，目前僅有英文版）（編號 1177）。一次可用多張筆記。
   C. 在各層級比賽中，挑選測試講者時應避免選擇與任何參賽者來自同分會的會員。
   D. 比賽主席必須介紹測試講者的姓名、演講題目，隨後再複頌演講題目、測試講者姓名。
   E. 不得將測試講者所選手冊單元與演講目標透露給參賽者、裁判長、評分裁判、同分裁判與現場觀眾等。
2. 當測試演講結束後，所有參賽者必須先離場。隨後將有5分鐘時間利用「講評比賽參賽者筆記表」來準備講評。
   A. 時間與準備過程，必須由比賽事務長進行監督與控制。

B. 主持人應介紹測試講者的姓名、演講題目，隨後再複頌演講題目、測試講者姓名。

C. 參賽者不得在比賽過程使用任何可能影響比賽公平性的數位或其他裝置。

3. 五分鐘時限截止後，所有參賽者必須立刻停止準備，首名參賽者則將被介紹上台，此時所有其他參賽者應同時將「講評比賽參賽者筆記表」交給比賽事務長。事務長應在介紹參賽者上台時，交還「講評比賽參賽者筆記表」給參賽者。

4. 介紹參賽者出場時，主持人應唱名參賽者姓名2次。請注意，此與標準流程（姓名、演講題目、演講題目、姓名）不同，因為講評比賽沒有題目。

幽默演講比賽規則

幽默演講比賽遵守本手冊「通用規則」部分敘述的所有規則。此外，也適用以下補充規則與例外狀況。

1. 幽默演講比賽主題必須由參賽者自行選擇。參賽者應必須避免使用可能令人反感的語言、趣聞軼事與資料。
2. 演講必須要有主題（開場、正題、結語），不得為一系列無關聯的笑話。

即席問答比賽規則

即席問答比賽遵守本手冊「通用規則」部分敘述的所有規則。此外，也適用以下補充規則與例外狀況。

1. 所有參賽者的題目必須一致，同時題目必須有普遍性。
   A. 由比賽主席選定題目。
2. 主題長度必須適中，必須避免涉及專業知識，同時必須引出觀點或結論。
3. 參賽者在比賽主席介紹出場後，才能知道題目。
4. 參賽者不得在比賽過程使用任何可能影響比賽公平性的數位或其他裝置。
5. 比賽開始時，除了首名參賽者外，其他參賽者必須離開比賽場地，同時由事務長監督。
6. 比賽主席必須唱名參賽者姓名、題目，隨後再複頌題目、參賽者姓名。
7. 在每次演講結束後，下一名講者才會受邀進入比賽場地。

吹牛比賽規則

吹牛比賽遵守本手冊「通用規則」部分敘述的所有規則。此外，也適用以下補充規則與例外狀況。

1. 吹牛比賽的主題應怪誕誇張，同時應有主題或劇情。
2. 參賽者可運用自身幽默與其他道具，來凸顯或闡釋演講內容。

錄影演講比賽

- 1. 不歸屬地區總會的分會會員（包括地區代表大會與臨時地區總會）可受邀參加影片演講比賽。錄影演講內容必須以英語進行。
  2. 錄影演講比賽應遵守所有適用的 Toastmasters International 演講比賽規則。
     A. 錄影演講比賽未劃分區、部、地區總會比賽或準決賽，參賽者也無旅行津貼。
     B. 參賽者僅需參加分會舉行的演講比賽，並由分會提交優勝演講之錄影影片即可。
- 3. 每個分會僅能提交1份演講。影片必須遵照以下流程製作：
     A. 填寫並提交1份含有1個可以提交影片的即時連接網址之 Video Speech Contest Entry Form（錄影演講比賽參賽表，僅有英文版）
     B. 影片應包括整個演講過程，也包括演講前的介紹。概不接受任何影片經編輯的演講。
     C. 必須仔細為演講計時，以遵守國際演講比賽規則。
     D. 在提交參賽表時附上完整的 Speaker's Certification of Eligibility and Originality
     （演講者資格暨原創性聲明書，目前僅有英文版）（編號 1183）。
     E. 參賽者必須在北美山區時間3月31日下午5時或之前，以電子郵件寄到 videospeechcontest@toastmasters.org 並確定已由世界總會總部收件，才能取得參賽資格。

演講比賽檢查項目

演講比賽必須經仔細規劃，同時以專業水準進行。強烈建議參考以下檢查項目內容。

比賽主席檢查項目

做為比賽主席，應規劃比賽預算、安排場地及音響，並進行賽前與賽後公關活動，確保所有事務帳單均及時支付。應確保每位講者符合參賽資格，並熟悉比賽規則，確保視聽設備正常運作，確保裁判長、評分裁判、計時員與計票員均了解其職責，確保評分表計算無誤，並舉辦讓優勝者感到自豪的頒獎典禮。

雖然您可能有委員會協助完成以上任務，但仍應親自確認所有任務均確實完成。

準備

1. 確定比賽預算，牢記比賽應收支平衡。核可獎品、比賽資料、押金、餐點、列印、郵資等支出。註：比賽若有收取入場費，不得向參賽者收取該費用。同時不得向參賽者收取參賽費用。
2. 選擇演講比賽時間與地點，並與 Toastmasters 各級幹部協調相關事務。
3. 確定比賽議程表。
4. 為比賽準備必需品與服務。
5. 向世界總會總部購買參賽證書與得獎者獎盃
   （注意：在非購自世界總會總部的物件上使用 Toastmasters 或 Toastmasters International 字樣或標誌，屬侵犯商標行為。
6. Toastmasters International 比賽資料可在 www.toastmasters.org 網站上免費下載：
   - Speaker's Certification of Eligibility and Originality（演講者資格暨原創性聲明書，目前僅有英文版）（編號 1183）
   - Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（演講比賽時間紀錄表與計時員指示，目前僅有英文版）（編號 1175）
   - Judge's Guide and Ballot（裁判指南暨評分表，僅有英文版）
   - Judges' Certification and Code of Ethics（裁判資格認證與道德準則，目前僅有英文版）（編號 1170）
   - Counter's Tally Sheet（計票員計分表，目前僅有英文版）（編號 1176）
   - Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（同分裁判評分指南暨評分表，僅有英文版）
   - Speech Contestant Profile（參賽者資料，目前僅有英文版）（編號 1189）
   - Result Form（比賽結果表，目前 僅有英文版）（編號 1168）
7. 遴選裁判長。查看本規則手冊中「資格」的相關資格要求，對裁判長進行遴選。

8. 通知比賽行政人員比賽及賽前說明會的時間與地點。（務必給充分時間，如在分會比賽前2週。）
9. 在比賽前2至6週，通知參賽者比賽及賽前說明會的時間與地點。此時應發給參賽者演講比賽有關的資訊袋。資訊袋包括：
   - 《演講比賽規則手冊》（編號 CT1171）
   - Speech Contestant Profile（參賽者資料，目前僅有英文版）（編號 1189）
   - Speaker's Certification of Eligibility and Originality（演講者資格暨原創性聲明書，目前僅有英文版）（編號 1183）
10. 透過向媒體發佈比賽訊息，在社群中推廣比賽。
11. 比賽前應確保每位參賽者均符合參賽資格，若有必要，應告知不符資格的參賽者，其參賽資格已被取消。可用以下方式確認參賽者資格：
    - 分會幹部和地區總會幹部可利用 www.toastmasters.org 網站底下 Leadership Central 的 Eligibility Assistant（資格審查助理，僅有英文版）來確認參賽者是否為來自已付費分會的已付費會員，或是否為現任地區總會幹部。
    - 透過寄信至 speechcontests@toastmasters.org 聯絡世界總會總部演講比賽團隊。

參賽者說明會

1. 確定所有參賽者均出席，並確認其姓名發音。註：比賽結束前，也可對每位參賽者進行簡短的非正式訪問。
2. 向參賽者再次說明演講比賽規則。
3. 檢視 Speaker's Certification of Eligibility and Originality（演講者資格暨原創性聲明書，目前僅有英文版）（編號 1183）。提醒參賽者，在聲明書中簽名，即代表其已詳閱並完全了解參賽資格與演講內容原創性的相關規則。
4. 向參賽者再次說明計時規則。
5. 讓參賽者熟悉演講區域，如講台、桌子、燈光、麥克風等。所有參賽者必須在比賽前有機測試任何擴音裝置。
6. 演講順序抽籤。

比賽進行時

1. 以簡單的介紹來開場。向觀眾說明：
   - 裁判長與參賽者均已再次聽取、了解相關規則。
   - 已告知參賽者計時信號的位置。
   - 在參賽者演講期間不得拍照。

2. 介紹每位參賽講者。不要對講者或主題做出任何初步的評論，同時不得提及講者所屬分會的名稱或地區，也不得提及講者的居住地。清晰、有條理地介紹每位參賽者。
3. 演講結束後，請評分裁判與同分裁判填妥評分表。此時，計票員將向評分裁判收取評分表，同時裁判長也向計時員收取並確認計時表，並向同分裁判收取評分表。當所有評分表與計時表收取完畢後，裁判長與計票員將進入計票室。
   - 所有評分表、Counter's Tally Sheet（計分表）與Time Record Sheets（計時表）
     均為機密文件。
   - 將所有表格交由裁判長銷毀。
   - 另保留1份載有參賽者排名的名單，以便在出現優勝者或替補優勝者無法角逐下一階段比賽時使用。
4. 在計票員統計評分表時，比賽主席可訪問每位參賽者。
   - 在最後1位參賽者完成演講，並進入計票階段後，再次介紹演講者，並介紹其代表的分會、區、部與地區總會，同時頒發參賽證明。此時可依據參賽者提交的個人簡歷，來進行簡短訪問。
5. 訪問結束後，向裁判長收取比賽結果。
6. 解決所有異議事件。異議之提出僅限於評分裁判與參賽者。裁判長、比賽主席、評分裁判與參賽者，均不得考慮觀賽會員提出的異議。若要異議，必須在宣布得獎者與候補得獎者前，向裁判長及／或比賽主席提出。比賽主席在宣布休會前，必須告知因不符參賽資格或演講內容原創性不符規定的參賽者，其資格已遭取消。裁決參賽者因原創性爭議遭取消資格前，必須讓參賽者有向評分裁判申辯的機會。必須有超過半數的評分裁判同意，才可取消參賽者資格。比賽主席可依據參賽資格認定，取消某位參賽者資格。
7. 比賽結果公布前，比賽主席必須宣布是否有參賽者因不符時間規定遭淘汰，但不得宣布其姓名。
8. 比賽結束時，向協辦比賽的所有工作人員表達感謝。

比賽後

1. 向裁判長提供所有參賽者的詳細聯絡資訊，以便其完成 Notification of Contest Winner form（比賽優勝者通知，目前僅有英文版）（編號 1182）。與裁判長確認已將此表交給下一輪比賽的比賽主席，若為地區總會層級國際演講比賽，則交給世界總會總部。
2. 若可能，向每位優勝者的社區報刊，或公司公關單位發送新聞稿（附照片，若有）。
3. 確定所有比賽相關的帳單均及時付清。

裁判長檢查項目

比賽前

1. 委任並指導評分裁判、計票員、計時員、以及一名不對外公開的同分裁判。
2. 身兼計票長，應任命3名助理計票員並提供其 Counter's Tally Sheet（計票員計分表，目前僅有英文版）（編號 1176）。
3. 鼓勵所有演講比賽行政人員上 www.toastmasters.org/tlc 網站收看線上演講比賽訓練。
4. 向評分裁判、計票員與計時員說明工作內容。

裁判職責說明檢查項目

1. 發以下資料給每位評分裁判：
   - 參賽者演講順序表
   - Judge's Guide and Ballot（裁判評分指南暨評分表，僅有英文版）
   - 《演講比賽規則手冊》（編號 CT1171）
   - Judge's Certification of Eligibility and Code of Ethics（裁判資格認證與道德準則，目前僅有英文版）（編號 1170）
2. 指示評分裁判在靠近比賽區域就坐，以免因外界干擾或設備技術問題影響評分。
3. 檢視裁判評分指南暨評分表以及演講區域。
4. 向計票員說明如何使用 Counter's Tally Sheet（計票員計分表，目前僅有英文版）（編號 1176）。
5. 與計時員一起檢視 Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers
   （演講比賽時間紀錄表與計時員指示，目前僅有英文版）（編號 1175）內容。
6. 提供計時員碼錶。
7. 若有必要，向計時員說明計時器的正確操作方式。

比賽進行時

1. 向計時員收取 Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（演講比賽時間紀錄表與計時員指示，目前僅有英文版）（編號 1175）。
2. 向同分裁判收取 Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（同分裁判評分指南暨評分表，
   僅有英文版）。
3. 解決任何可能出現、有關參賽資格與演講原創性的異議。
4. 監督計票過程。確認所有評分表均已計算2次，以確保計票結果無誤。
5. 提供比賽主席1份所有參賽者名次的名單。

參賽者檢查項目

比賽前

1. 參加國際演講比賽、幽默演講比賽與吹牛比賽，需選擇主題並充分準備原創講稿。
2. 出席參賽者說明會。
3. 告知比賽主席任何您將使用的道具。
4. 檢視 Speaker's Certification of Eligibility and Originality（演講者資格暨原創性聲明書，目前僅有英文版）（編號 1183）。在聲明書中簽名，代表您已詳閱並完全了解參賽資格與演講內容原創性的相關規則。
5. 出席參賽者排練，並留意演講區域。

比賽進行時

1. 在介紹您上台前的1分鐘肅靜期間，完成所有道具與視覺輔具的架設。您可請他人協助架設，比賽主席或任何其他官方工作人員無須負責協助。
2. 介紹完畢後，立刻進入演講區域並開始演講。
3. 演講時，請定時注意時間信號。若見到紅色信號，請立刻進入結論，縱使您仍未完成演講。
4. 演講結束後立刻移除演講區域內的所有道具與視覺輔具。您可請他人協助，但比賽主席或任何其他官方工作人員無須負責協助。

演講比賽資料

可訂購紙本演講比賽資料，或在 www.toastmasters.org/speechcontestkits 免費下載電子檔。

所有比賽適用

角色	項目	編號
所有參與者	《演講比賽規則手冊》	（編號 CT1171）
裁判長	Notification of Contest Winner（僅有英文版）	（編號 1182）
	Results Form（僅有英文版）	（編號 1168）
評分與同分裁判	Judge's Certification of Eligibility and Code of Ethics（僅有英文版）	（編號 1170）
計票員	Counter's Tally Sheet（僅有英文版）	（編號 1176）
計時員	Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（僅有英文版）	（編號 1175）
參賽者	Speaker's Certification of Eligibility and Originality（僅有英文版）	（編號 1183）
	Speech Contestant Profile（僅有英文版）	（編號 1189）

國際演講比賽

角色	項目	編號
評分裁判	International Speech Contest Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1172）
同分裁判	International Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1188）
參賽者	Region Quarterfinal Video Release Form （僅有英文版）	（編號 1193）

講評比賽

角色	項目	編號
評分裁判	Evaluation Contest Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1179）
同分裁判	Evaluation Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1179A）
參賽者	Evaluation Contestant Notes（僅有英文版）	（編號 1177）

幽默演講比賽

角色	項目	編號
評分裁判	Humorous Speech Contest Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1191）
同分裁判	Humorous Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1191A）

即席問答比賽

角色	項目	編號
評分裁判	Table Topics Contest Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1180）
同分裁判	Table Topics Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1180A）

吹牛比賽

角色	項目	編號
評分裁判	Tall Tales Contest Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1181）
同分裁判	Tall Tales Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot（僅有英文版）	（編號 1181A）

補充資料

演講比賽常見問題
www.toastmasters.org/speechcontestFAQ

演講比賽教學
http://www.toastmasters.org/Leadership-Central/Speech-Contests/Speech-Contest-Tutorials

Policy 6.0: Speech Contests（政策6.0：演講比賽）
www.toastmasters.org/Leadership-Central/Governing-Documents

TOASTMASTERS
INTERNATIONAL

編號 CT1171