

TOASTMASTERS  
INTERNATIONAL



## 演讲比赛 规则手册

2018年7月1日至2019年6月30日



打造杰出领袖的摇篮

**TOASTMASTERS  
INTERNATIONAL**  
[www.toastmasters.org](http://www.toastmasters.org)

© 2017 Toastmasters International. 版权所有。Toastmasters International、Toastmasters International 徽标以及所有其它 Toastmasters International 商标和版权均属 Toastmasters International 独家所有，未经准许不得使用。

# 目录

简介 .....	4
<b>演讲比赛规则</b> .....	5
Toastmasters 演讲比赛通用规则 .....	5
国际演讲比赛规则 .....	14
评估演讲比赛规则 .....	15
幽默演讲比赛规则 .....	16
即兴演讲（Table Topics®）比赛规则 .....	16
天方夜谭演讲比赛规则 .....	17
视频演讲比赛 .....	17
<b>演讲比赛检查清单</b> .....	18
比赛主席检查清单 .....	18
总评委检查清单 .....	20
参赛者检查清单 .....	21
<b>演讲比赛资料</b> .....	22
<b>补充资料</b> .....	24

## 简介

---

演讲比赛是 Toastmasters 教育体系的重要组成部分。它为 Toastmasters 会员提供了学习良机，会员通过互相观摩，向熟练演说和精通演讲的会员取经。

这本册子列出了举办国际演讲、评估演讲、幽默演讲、即兴演讲和天方夜谭演讲比赛应该遵守的规则和标准程序。如果您举办或参加演讲比赛，请仔细阅读并认真遵守所有规则，从而确保演讲比赛在公正愉快的氛围中进行。

### 本册子有三个部分：

- ▶ **演讲比赛规则。**内容包括所有 Toastmasters 演讲比赛的通用规则，以及国际演讲、评估演讲、幽默演讲、即兴演讲和天方夜谭演讲等比赛的特殊规则。
- ▶ **比赛检查清单。**这个部分列出了比赛主席、总评委和参赛者在准备比赛时需要进行的一些通用且必须的步骤。
- ▶ **补充资料。**本部分列出了与 Toastmasters 演讲比赛相关的附加手册、文章、网页和其他有用的资料。

注释：本比赛规则经全球主席、候选全球主席和首席执行官的批准，通过行政裁定的方式，每年修改一次。修改之处将在本手册的左边空白处用（◆）进行标示。

# 演讲比赛规则

## Toastmasters 演讲比赛通用规则

---

除非特别注明，否则，以下规则适用于由 Toastmasters International 俱乐部、小区、中区、大区主办的所有演讲比赛，以及国际峰会上举办的所有比赛。

### 1. 演讲比赛方针

- A. Toastmasters International 认可并支持以下形式的正式演讲比赛：国际演讲、评估演讲、幽默演讲、即兴演讲、天方夜谭演讲和视频演讲（仅适用于未归属大区的俱乐部成员）。大区不得主办任何其他类型的演讲、展示等。
  - 1. 大区必须主办国际演讲比赛。仅限主办英文国际演讲比赛。
  - 2. 大区每年最多可主办三场其他英文演讲比赛。
  - 3. 大区每年最多还可以主办四场非英文演讲比赛。
    - a) 这些比赛中的每一场都要使用大区执行委员会选定的语言。
    - b) 非英文比赛可按照国际演讲比赛规则举办。此类比赛标题应包含语言名称。例如，中文演讲比赛。
    - c) 非英文比赛不得超出大区级别。
- ◆ B. 所有大区级演讲比赛仅在年度大区峰会上举行。
- C. 小区、中区或大区级别的比赛必须从俱乐部级别开始选拔，然后逐步晋级到小区、中区或大区级别。这些比赛只能按照这种级别层次分开举行。在所有比赛中，所有俱乐部都可以将参赛者晋升到小区级别，而无论比赛采用哪种语言或俱乐部主要使用哪种语言。
- D. Toastmasters International 承担全球峰会国际演讲比赛半决赛各位参赛者的差旅费用。出差补贴的计算方式与大区领导相同，且遵循相同的限制条件。
- E. 《演讲比赛规则手册》适用于所有 Toastmasters 的官方演讲比赛。要修改相关规则，必须通过行政裁定审查流程。除此以外，不得对其进行任何形式的更改。
- F. 听众和比赛官员要缴纳比赛的各项入场费，但参加比赛的参赛者无需缴纳，参赛者所属俱乐部也无需缴纳费用。

## 2. 参赛资格

A. 如要参加任何 Toastmasters 正式演讲比赛，会员必须符合以下要求：

1. 会员是在其参赛俱乐部、小区、中区和大会的付费会员。
  - a) 会员所属俱乐部也必须拥有正常缴费的俱乐部资格。
  - b) 新会员、双会会员或者恢复会籍的会员会费和会员申请必须已提交至 Toastmasters 全球总部。
2. 此外，如要参加国际演讲比赛，会员必须符合以下要求：
  - a) 已经完成《有效沟通》手册中的6个演讲项目，或已经获得 Toastmasters Pathways 学习体验中任何路线的1级和2级完成证书。
    1. 但是，俱乐部创立不到一年的新俱乐部的创始会员可以在不满足这一要求的情况下参加比赛。俱乐部必须在小区比赛之前正式成立。
3. 参赛者必须具备各级比赛的参赛资格。
  - a) 在任何级别的比赛中，如果一个参赛者被发现在先前比赛中不具有参赛资格，则必须取消该参赛者的资格。即使该参赛者的参赛资格是在后一级比赛时被发现，并且已经纠正，仍必须取消其参赛资格。
4. 下列会员没有资格参加任何 Toastmasters 演讲比赛：
  - a) 在俱乐部以上级别的比赛中担任总评委、投票评委或平分评委，同时仍参加比赛或者有意参加比赛的会员。
  - b) 现任国际官员和董事
  - c) 区域顾问或者区域顾问申请者
  - d) 任期将在6月30日届满的大区官员：
    1. 大区总监
    2. 教育质量总监
    3. 市场拓展总监
    4. 行政经理
    5. 财务经理
    6. 公关经理
    7. 中区总监
    8. 小区总监
  - e) 国际官员和董事候选人
  - f) 刚卸任的大区总监
  - g) 大区官员或要竞选7月1日任职的下一任职位的大区官员候选人
  - h) 将在小区、中区和大会级比赛时以及全球峰会中发表教育讲座的会员
5. 在比赛会场担任比赛主席、总评委、投票评委、平分评委、计时员、计票员、接待官和示范演讲者的会员不可以参赛。
6. 在8月份的全球峰会上获得国际演讲比赛（World Championship of Public Speaking®）总决赛冠军的会员无资格再度参加任何级别的国际演讲比赛。

7. 加入多个 Toastmasters 俱乐部并符合所有其他资格的会员，只要在各个俱乐部均为付费会员，即可以参加各个俱乐部的比赛。
  - a) 即使参赛者所代表的两个小区隶属不同中区或大区，参赛者也不得参加超过一个小区的同类演讲比赛。
8. 在俱乐部以上级别的比赛中，每一位参赛者比赛时都必须在场。在俱乐部以上级别的比赛中，不得通过录音带、录像、电视电话会议、网络摄像头、音频流和远程技术参赛。（例外：国际演讲比赛地区四分之一决赛和视频会议演讲比赛的参赛者。）
- B. 若要在 Toastmasters 演讲比赛中担任总评委、投票评委或平分评委，必须符合以下所有的要求。
  1. 在俱乐部比赛中任职，需为付费会员。
  2. 在小区、中区或大区比赛中任职：
    - a) 会员必须至少拥有6个月的缴费记录。
    - b) 已经完成《有效沟通》中的至少6个演讲项目，或已经获得 Toastmasters Pathways 学习体验中任何路线的1级和2级完成证书。
    - c) 比赛时必须在场。
- ◆ 3. 在国际演讲比赛地区四分之一决赛、半决赛和World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛）中任职：
  - a) 会员必须至少拥有6个月的缴费记录。
  - b) 至少为铜牌高级 Toastmaster 或铜牌高级沟通者，或在 Toastmasters Pathways 学习体验中至少已经完成一个路线。
  - c) 曾在 Toastmasters 小区、中区或大区或半决赛级别演讲比赛中担任评委职务。
- C. 所有其他比赛干事和评估比赛示范演讲者必须是缴费会员。

### 3. 遴选顺序

- A. 俱乐部，小区、中区或大区凡是具有正常缴费资格的俱乐部，均可以根据该俱乐部希望的方式选择参赛者参加各小区的演讲比赛。如果举办比赛，必须遵守本手册中的规则，不得更改比赛结果。如果适用，小区演讲比赛获胜者随后会进入中区比赛。中区获胜者随后进入大区比赛。
  1. 大区决赛前，拥有10个或10个以上中区的大区需要在中区获胜者间举行两场独立的预选赛。
    - a) 只要可能，参加每场预选赛的中区数目应相同。
    - b) 各预选赛中胜出的冠亚季军将晋级参加大区比赛。
  2. 如果俱乐部、小区或中区比赛的获胜者无法参加下一轮比赛，名次紧随其后者将取代其参加。
- ◆ 3. 国际演讲比赛是唯一高于大区级别的比赛（从四分之一决赛、半决赛逐层晋级，最终到达World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛））。
- ◆ 4. 如果国际演讲比赛的地区四分之一决赛参赛者无法参加半决赛，全球总部将会联系排名紧随其后的参赛者。

- B. 在小区比赛举行之前的8个星期，如果一个小区有4个或者少于4个具有正常缴费资格的俱乐部时，大区可让每个俱乐部派出2位参赛者参加小区比赛。
1. 如果在大区比赛之前有新的中区创立，每个俱乐部可派出2名参赛者。
  2. 对于拥有4个或者少于4个指定小区的中区，大区可允许每个俱乐部派出2名比赛成绩最佳的参赛者参加比赛。
  3. 对于拥有4个或者少于4个指定中区的大区，大区可允许每个中区派出2名比赛成绩最佳的参赛者参加大区比赛。
  4. 关于是否允许2名参赛者从俱乐部赛晋级到小区赛、从小区赛晋级到中区赛和/或从中区赛晋级到大区赛的决定必须在赛季开始之前（即所有俱乐部尚未举行比赛之前）通知整个大区。
    - a) 一旦作出决定，必须在整个大区的所有相关俱乐部、小区和中区中落实。
    - b) 如果大区决定允许2名参赛者从俱乐部赛晋级到小区赛，则从小区赛晋级到中区赛和/或从中区赛晋级到大区赛的人数不必相同。

#### 4. 演讲的题目和准备工作

- A. 所有国际演讲、幽默演讲和天方夜谭演讲比赛的演讲稿题目皆应由参赛者选定。
- ◆ B. 即兴演讲比赛的题目应由比赛主席出题，详情请参阅本手册“即兴演讲比赛”部分。
- C. “评估演讲比赛”应仅限于对示范演讲者的演讲进行口头点评，详情请参阅本手册“评估演讲比赛”部分。
- D. 参赛者必须自行创作演讲稿，而且每一篇演讲稿的大部分内容必须是原创的。
1. 演讲稿中引述、转述或参考的资料，不得超过整篇演讲稿的25%。此外，在演讲过程中，应对引述、转述或参考的内容进行说明。
  2. 开始所有比赛之前，每位参赛者必须通过使用 Speaker's Certification of Eligibility and Originality（参赛者资格和原创证明书）（书目编号1183，仅限英文），以书面形式向总评委证明其演讲稿的内容或大部分将为原创的。
- E. 所有参赛者必须使用比赛主席指定的同一个讲台或区域进行演讲。
1. 在开赛之前，必须将演讲区域告知所有的参赛者、总评委、投票评委和平分评委。
  2. 主办方将提供讲台。不过，参赛者可选择是否使用讲台。
  3. 如果有必要使用扩音设备，需在讲台安装固定式麦克风或提供便携式麦克风。
  4. 比赛前，所有演讲设备均应可提供给参赛者进行试用，参赛者应在被介绍出场之前，自行安静地摆放其需要的讲台麦克风或其他设备。



## 5. 一般程序

- A. Toastmasters 每个级别的演讲比赛都必须安排一定数量的投票评委和工作人员。
1. 在俱乐部比赛中，除非不切实际应尽可能安排1名比赛主席、1名总评委、至少5名投票评委、1名平分评委、3名计票员和2名计时员。
  2. 在小区比赛中，来自该小区每个俱乐部的投票评委人数应该相等，或者至少有5名投票评委。此外，还要委任1名比赛主席、1名总评委、1名平分评委、3名计票员和2名计时员。
  3. 在中区比赛中，来自该中区每个小区的投票评委人数应该相等，或者至少有7名投票评委。此外，还要委任1名比赛主席、1名总评委、1名平分评委、3名计票员和2名计时员。参赛者所属俱乐部的会员不能担任总评委、投票评委或平分评委。
  4. 在大区比赛中，来自该大区每个中区的投票评委人数应该相等，或者至少有7名投票评委。此外，还要委任1名比赛主席、1名总评委、1名平分评委、3名计票员和2名计时员。参赛者所属俱乐部的会员不能担任总评委、投票评委或平分评委。
- ◆
5. 对于国际演讲比赛、地区四分之一决赛，每场比赛至少有9名投票评委和一名平分评委。对于每场地区四分之一决赛，将指派一名总评委。参赛者所属地区的会员不能担任投票评委平分评委。参赛者所属俱乐部的会员不能担任总评委、投票评委或平分评委。
  6. 在国际演讲比赛半决赛中，来自每个大区的投票评委人数应该相等，或者至少有9名投票评委。此外，还要委任1名比赛主席、1名总评委、1名平分评委、3名计票员和2名计时员。参赛者所属俱乐部的会员不能担任总评委、投票评委平分评委。
  7. 在World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛）中，每个区域各派出1名投票评委作为代表。此外，还要委任1名比赛主席、1名总评委、5名资格评定评委、1名平分评委、3名计票员和2名计时员。参赛者所属俱乐部的会员不能担任总评委、投票评委、资格评定评委或平分评委。
  8. 在实际操作中，任何级别比赛的投票评委都必须匿名。
  9. 比赛主席可指定比赛主持人来履行主席的任何职责。在这种情况下，术语“比赛主持人”应视为与“比赛主席”意义相同。比赛主持人不可以参加他们负责的比赛。
- B. 比赛主席必须在比赛举行之前向参赛者说明比赛规则。然后，参赛者将通过抽签决定出场顺序。
- C. 如果参赛者没有出席说明会而替补演讲者在场，后者将获准代替所替补的参赛者出席说明会。
1. 比赛主席介绍参赛者时，如果主要参赛者不在场，他将失去参赛资格，替补将正式成为参赛者。
  2. 如果主要参赛者在说明会后抵达现场，而比赛主席又尚未介绍其出场，该主要参赛者可继续参赛，但是主要参赛者必须：
    - a) 在抵达时向比赛主席报告。
    - b) 在参赛者被介绍出场前，应已经填妥所有相关表格。
    - c) 放弃参加说明会的机会。

- D. 比赛之前，总评委向投票评委、计票员和计时员说明其主要职责。
1. 每一位投票评委都将收到一份相应的比赛评分表格。
    - a) 国际演讲比赛的投票评委将收到 International Speech Contest Judge's Guide and Ballot (书目编号 1172) (仅限英文)。
    - b) 评估演讲比赛的投票评委将收到 Evaluation Contest judge's Guide and Ballot (书目编号 1179) (仅限英文)。
    - c) 幽默演讲比赛的投票评委将收到 Humorous Speech Contest Judge's Guide and Ballot (书目编号 1191) (仅限英文)。
    - d) 即兴演讲比赛的投票评委将收到 Table Topics Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot (书目编号 1180) (仅限英文)。
    - e) 天方夜谭演讲比赛的投票评委将收到 Tall Tales Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot (书目编号 1181) (仅限英文)。
    - f) 所有投票评委和平分评委都将收到 Judge's Certification of Eligibility and Code of Ethics (书目编号 1170) (仅限英文)。有关表格签名之后必须交还给总评委。
  2. 计时员将收到 Speech Contest Time Record Sheet and Instruction for Timers (书目编号 1175) (仅限英文)。必要时，计时员还将收到关于如何正确使用计时设备的说明。
  3. 计票员将收到 Counter's Tally Sheet (书目编号 1176) (仅限英文)。必要时，计票员还将收到有关收集投票和计分室程序的说明(如下所述)。
- E. 赛前，总评委将甄选一名会员担任平分评委。
1. 平分评委的身份保密，只有总评委知道他的身份。
  2. 平分评委不必参加评委说明会。
  3. 总评委必须在赛前为平分评委提供 Tiebreaking Judge's Guide and Ballot (仅限英文)。
    - a) 国际演讲比赛的平分评委将收到 International Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot (书目编号 1188) (仅限英文)。
    - b) 评估演讲比赛的平分评委将收到 Evaluation Contest tiebreaking Judges's Guide and Ballot (书目编号 1179A) (仅限英文)。
    - c) 幽默演讲比赛的平分评委将收到 Humorous Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot (书目编号 1191A) (仅限英文)。
    - d) 即兴演讲平分评委将收到 Table Topics Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot (书目编号 1180A) (仅限英文)。
    - e) 天方夜谭演讲比赛平分评委将收到 Tall Tales Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot (书目编号 1181A) (仅限英文)。
- F. 介绍国际演讲、幽默演讲和天方夜谭演讲比赛各参赛者的时候，必须宣布参赛者姓名、演讲题目、演讲题目和参赛者姓名。
1. 介绍即兴演讲比赛参赛者的时候，必须宣布参赛者姓名、即兴演讲题目、即兴演讲题目和参赛者姓名。
  2. 介绍评估演讲比赛参赛者的时候，必须宣布参赛者的姓名两次。

- G. 国际演讲、幽默演讲和天方夜谭演讲比赛的参赛者可在比赛进行时留在现场。
- H. 评估演讲比赛的参赛者必须在示范演讲者发表演讲之后离场（详情请参阅本手册的“评估演讲比赛”部分）。
- I. 所有即兴演讲比赛的参赛者都必须离场，直到前一位参赛者演讲完毕后方可进场比赛。（详情请参阅本手册的“即兴演讲比赛”部分）。
- J. 参赛者讲完之后，会场应肃静一分钟，以便投票评委和平分评委进行评定。投票评委和平分评委必须为所有的参赛者评分，总评委不可为参赛者评分。
- K. 当最后一位参赛者讲完之后，比赛主席请大家保持肃静，直到计票员收完所有评分表格。
1. 为了确保评分表格的有效性，评委必须做到：
    - a) 完整填写所选择的第一、第二、第三名。
    - b) 在评分表格上清晰签名。
  2. 投票评委填写评分表格之后，撕下评分表格的下半部分，放入主办方所提供的信封内，然后举起信封示意计票员来收取。
    - a) 投票评委不必将评分表格的上半部分交给计票员，但必须在比赛过后将其谨慎销毁。
  3. 总评委必须亲自向平分评委收取评分表格，平分评委必须根据参赛者的表现，在表格中按照顺序排列全部参赛者的名次。
    - a) 投票评委不必将评分表格的上半部分交给总评委，但必须在比赛过后将其谨慎销毁。
  4. 比赛结束之后，投票评委和平分评委填写评分表格时，计时员应填写时间记录单，然后放进主办方所提供的信封，交给总评委。
- L. 收齐所有评分表格之后，计票员和总评委将离开比赛现场，前往计分室。
1. 在计分室内，计票员将利用 Counter's Tally Sheet（书目编号 1176）（仅限英文）通过图表统计比赛成绩。
    - a) 计票员在计分单上根据投票评委在评分表格上列出的第一、第二和第三名统计参赛者应得的分数。
      1. 第一名记3分。
      2. 第二名记2分。
      3. 第三名记1分。
    - b) 所有得分填妥之后，计票员将各位参赛者的得分加起来，然后将总分填写在计分表格的下方。
      1. 所有计票员都必须审核总得分，然后再填入计分单。
      2. 参赛者将根据其得分，按名次排列在计分表格下方。
    - c) 如果出现平局，总评委将按照平分评委的评分表格进行裁定。
    - d) 若有参赛者出现名次并列的情况，在平分评委的评分表格上排名高者赢得该名次，在平分评委的评分表格上排名低者排在该名次的下一位。
  2. 比赛成绩汇总并经过审核后，总评委将所有参赛者的排名填入 Notification of Contest Winner Form（书目编号 1182，仅限英文），

然后提呈给下一级比赛的比赛主席。若是大区国际演讲比赛，则必须提呈给全球总部。总评委将得奖者的姓名按排名从低到高的顺序写在 Results Form（书目编号 1168，仅限英文）上，然后交给比赛主席。

- a) 总评委必须保管评分表格和计分单，直到宣布优胜者的姓名。
- b) 直到宣布优胜者的姓名之后，总评委才可销毁所有选票、时间记录和计分表。

M. 采访参赛者过后，比赛主席将以结果表中的从低到高的顺序宣布比赛的优胜者。

- ◆ 1. 比赛如果有3名或更多参赛者，比赛主席将按照第三名、第二名和第一名的次序宣布得奖者。
- ◆ 2. 比赛如果有3名或更少参赛者，比赛主席将按照第二名（如适用）和第一名的次序宣布得奖者。
- 3. 如果整场比赛只有一名参赛者，在这种情况下，比赛必须照常举行，如果参赛者在规定时间内或 / 和原创讲稿和资格规定方面达不到所规定的要求，他/她的资格必须被取消。
- 4. 除非比赛结果被错误的宣布，比赛结果一旦宣布即为最终结果。在比赛有误情况下，总评委、计票员或计时员须马上打断，纠正错误。

## 6. 演讲计时

- A. 总评委必须委任2名计时员，为其中一名提供秒表，为另外一名提供能展示绿色、黄色和红色的信号装置。
- B. 必须确保每一位参赛者都能够非常清楚地看到信号装置。
- C. 使用秒表的计时员必须将演讲超时进行书面记录，填入 Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（书目编号 1175）（仅限英文），然后交给总评委。
- D. 负责管理计时装置的计时员必须确保参赛者在演讲过程中随时都可以清楚准确地看到绿色、黄色或红色信号。
- E. 参赛者的演讲必须遵守比赛计时指导原则。
  1. 国际演讲和幽默演讲比赛的时限是5分钟到7分钟。演讲时间若是少于4分30秒或多于7分钟30秒，参赛者将失去资格。
  2. 即兴演讲的时限是1到2分钟。演讲时间若是少于1分钟或者多于2分30秒，参赛者将失去资格。
  3. 评估演讲的时限是2到3分钟。演讲时间若是少于1分30秒或者多于3分30秒，参赛者将失去资格。
  4. 天方夜谭演讲比赛的演讲时限是3到5分钟，演讲时间若是少于2分30秒或者多于5分30秒，参赛者将失去资格。演讲时间若是少于2分30秒或者多于5分30秒，参赛者将失去资格。
- F. 参赛者的姓名一旦宣布，他/她必须马上前往演讲区域。
  1. 参赛者只要和观众发生明确沟通（不论是否言语沟通），计时马上开始。通常是指参赛者开口说出第一个字，但也包括任何其他形式的沟通，例如：音响效果、参赛者指示他人作表演动作等。

2. 参赛者来到演讲区域之后，必须在短时间内发言，不容许无故拖延比赛。
- G. 计时员必须提供参赛者提示时间信号，参赛者也必须能够清楚地看到信号，但对观众不明显。
  1. 在国际演讲和幽默演讲比赛中：
    - a) 5分钟时，显示绿色信号，为时长达1分钟。
    - b) 6分钟时，显示黄色信号，为时长达1分钟。
    - c) 7分钟时，显示红色信号，直到演讲结束。
  2. 在评估演讲比赛中：
    - a) 2分钟时，显示绿色信号，为时长达30秒。
    - b) 2分钟30秒时，显示黄色信号，为时长达30秒。
    - c) 3分钟时，显示红色信号，直到评估演讲结束。
  3. 在即兴演讲比赛中：
    - a) 1分钟时，显示绿色信号，为时长达30秒。
    - b) 1分30秒时，显示黄色信号，为时长达30秒。
    - c) 2分钟时，显示红色信号，直到即兴演讲结束。
  4. 在天方夜谭演讲比赛中：
    - a) 3分钟时，显示绿色信号，为时长达1分钟。
    - b) 4分钟时，显示黄色信号，为时长达1分钟。
    - c) 5分钟时，显示红色信号，直到演讲结束。
  5. 在所有的演讲比赛中，不得通过任何信号通知参赛者他/她已经超时。
  6. 对于有视觉障碍的参赛者，主办方应允许其选择使用提示时间信号。
    - a) 可接受的提示时间信号包括且仅限于：蜂鸣器、铃声或他人告知5分钟、6分钟和7分钟时间已到。
    - b) 如果参赛者需要此类信号的任何特殊设备和/或特别说明，必须自己提供。
  7. 如果信号或计时设备发生技术故障，可允许演讲者额外延时30秒才被取消参赛资格。
- H. 比赛主席宣布成绩之前，必须先宣布是否有参赛者因为时间问题被取消资格，但是不可公布取消资格参赛者的姓名。

## 7. 提出争议和取消资格

- A. 只有投票评委和参赛者有权针对参赛资格和原创性提出异议。若要异议，必须在宣布得奖者和候选人姓名之前向总评委和比赛主席提出。
- B. 裁决参赛者由于其原创具争议性被取消参赛资格之前，必须给予参赛者向投票评委申辩的机会。必须获得大部分投票评委的赞同，方可取消其参赛资格。
- C. 比赛主席可根据参赛资格的规定，宣布某位参赛者失去参赛资格。
- D. 投票评委和资格评定评委所作决定为最终决定。

## ◆ 8. 道具的使用

- A. 计划使用道具（包括任何一类电子设备）的参赛者应在比赛前事先告知比赛主席。
- B. 在使用道具时，参赛者必须受到场地限制的约束。
- C. 所有道具必须在参赛者开始演讲前的一分钟肃静时间里进行摆放，并在演讲后的一分钟肃静时间里移除。
  - 1. 参赛者可以在他人的帮助下摆放道具，但是这并不是比赛主席或其他比赛官员的职责。
  - 2. 参赛者必须提前向比赛主席示范证明其道具使用能够在指定的时间内安装和拆除。
    - a) 如果参赛者无法证明，则不能在比赛中使用该道具。

## 国际演讲比赛规则

---

国际演讲比赛只能以英语进行，遵循本手册“通用规则”叙述的所有规则。此外，还适用以下附加规则和例外情况。

- ◆ 1. 国际演讲比赛必须从俱乐部级别开始，经过小区、中区（如适用）、大区、地区四分之一决赛和半决赛的逐层晋级，最终达到国际赛。
- ◆ A. 提交至全球总部以用于地区四分之一决赛评判的大区级比赛视频必须满足以下要求：
  - 音频
    - ▶ 音频必须清晰，无回音、静态噪音或其他多余的噪音。
  - 摄像头
    - ▶ 摄像头录制分辨率必须足够高。
    - ▶ 仅允许使用一个摄像头，不允许使用多个摄像头视角。
    - ▶ 摄像头必须置于三脚架上，以保持稳定性和避免发生不必要的移动。
    - ▶ 拍摄时，参赛者在摄像头中必须清晰、无阻挡。
    - ▶ 在整个录制过程中，完整的讲话区域必须可见。
    - ▶ 摄像头操作员必须全程监控摄像头，确保录制顺利进行。
    - ▶ 不允许进行缩放。
  - 灯光
    - ▶ 演讲区域必须照明充足。
    - ▶ 在整个演讲过程中，演讲者的面部表情必须可见；画面不得过亮或过暗。
    - ▶ 不得有光照直接指向摄像头，无论是人工灯光还是自然光照。
  - 视频录制
    - ▶ 录制的内容只能包含由比赛主持人进行的参赛者演讲介绍以及完整的参赛演讲。
    - ▶ 录制好的视频不得以任何方式进行编辑，比如，添加文字、图片、图像或其他不符合上述要求的任何内容。

- ◆ B. 向全球总部提交信息
    1. 大区国际演讲比赛之后，总评委按照成绩顺序，在大区优胜者通知单上列出所有大区参赛者名单，然后将名单呈交给教育质量总监。
    2. 教育质量总监按照要求的形式和方式提交 Notification of District Winner form（大区优胜者通知单）、Region Quarterfinal Video Release form（地区四分之一决赛视频发布表）和全球总部第一名得奖者视频。
    3. 在宣布地区四分之一决赛结果后，全球总部将半决赛的相关详细资料提供给优胜者。
  - ◆ C. 半决赛在国际峰会上举行，所有地区四分之一决赛的优胜者将被随机分配到两个比赛组别。
    1. 将由全球总部的工作人员同时向所有半决赛参赛者进行比赛规则说明。
    2. 将由全球总部的工作人员同时向所有半决赛评委进行比赛说明。
  - ◆ D. World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛）每名参赛者发表的演讲必须是全新的，与当年演讲比赛半决赛或任何前一年半决赛和最后一轮演讲比赛中发表的演讲不同。
    1. 全球峰会半决赛的优胜者必须准备半决赛演讲的大纲并呈交全球总部，全球总部将在World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛）评委说明会之前将其交给评定资格的评委。
    2. 主办方将向资格评定评委提供 Speaker Qualification Sheet（书目编号 1186）（仅限英文）。资格评定评委将在此表上评定将在World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛）上发表的演讲是否为全新内容，与半决赛的演讲稿不同。
    3. 比赛结束后，在投票评委填写评分表格时，资格评定评委将填写 Speaker Qualification Sheet（仅限英文），签署后，将其放入主办方提供的信封内并妥善保管，等待计票员将其收走。
    4. 总评委将在计分室中打开并审核所有 Speaker Qualification Sheet（仅限英文）。如果5位资格评定评委中的3位在一位参赛者的“失去资格”一栏中画叉（X），则该参赛者的资格将被取消，且无权申辩。
2. 半决赛和World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛）将采用已生效的规则手册，比赛周期始于前一年的7月1日，在World Championship of Public Speaking（国际演讲大赛）前约14个月。

## 评估演讲比赛规则

---

评估演讲比赛遵循本手册“通用规则”叙述的所有规则。此外，还适用以下附加规则和例外情况。

1. 比赛开始后，示范演讲者将发表一篇5至7分钟的演讲。
  - A. 示范演讲者的演讲稿内容必须符合比赛风格，或是选自《有效沟通》手册中的一个项目。
- ◆ B. 选择在示范演讲期间进行记录的参赛者必须使用本册备注页的 Evaluation Contestant Notes（评估演讲笔记）（书目编号1177，仅限英文）。一次可使用多张表格。

- C. 在各级别的评估演讲比赛中，建议选择不属于任何参赛者所在俱乐部的 Toastmaster 会员进行示范演讲。
  - D. 主持人只需介绍示范演讲者的姓名、演讲题目、演讲员姓名。
  - E. 示范演讲者不得将手册项目和其演讲项目目标透露给参赛者、总评委、投票评委、平分评委、现场听众等。
2. 当示范演讲完毕后，所有参赛者离场。他们将有五分钟时间利用评估演讲比赛笔记表准备评估演讲。
- A. 由比赛接待官对时间和准备活动进行监督。
  - B. 如果会场的限制不方便参赛者离开比赛房间，也同样可在接待官的监督下进行五分钟准备。
  - C. 参赛者不允许在比赛过程中使用任何数码设备或其他可能会造成比赛不公平的仪器。
3. 五分钟时限截止后，所有参赛者必须立刻停止准备；第一位参赛者将被带回现场进行评估演讲，其他人应同时将其评估比赛笔记表副本交给接待官。接待官应在介绍参赛者上场时，将评估比赛笔记表交还给参赛者。
4. 在介绍参赛者出场时，主持人应报参赛者姓名两次。请注意，这点与标准流程不同（姓名、演讲题目、演讲题目、姓名），因为评估演讲没有标题。

---

## 幽默演讲比赛规则

---

幽默演讲比赛遵循本手册“通用规则”部分叙述的所有规则。此外，还适用以下附加规则和例外情况。

- 1. 幽默演讲题目由参赛者自拟。演讲者应避免可能会引起反感的语言、故事和资料。
- 2. 演讲必须围绕主题（开场、正文、结语），不得为独角戏或一系列没有关联的笑话。

---

## 即兴演讲比赛规则

---

即兴演讲比赛遵循本手册“通用规则”部分叙述的所有规则。此外，还适用以下附加规则和例外情况。

- 1. 所有参赛者将获得同一个题目，题目应具有普遍性。
  - A. 比赛主席选择题目。
- 2. 题目应长度适中，无需专业知识进行解读，可引出观点或结论。



3. 参赛者在比赛主席介绍出场后，方可获知题目。
4. 参赛者不允许在比赛过程中使用任何数码设备或其他可能会造成比赛不公平的仪器。
5. 比赛开始时，除了第一位参赛者外，其他参赛者应离开房间，比赛接待官负责对其进行监督。
6. 主持人需报出参赛者的姓名、演讲题目、演讲题目、姓名。
7. 一位参赛者结束演讲后，应邀请下一位演讲者入场。

## 天方夜谭演讲比赛规则

---

天方夜谭演讲比赛遵循本手册“通用规则”部分叙述的所有规则。此外，还适用以下附加规则和例外情况。

1. 天方夜谭演讲比赛的主体应怪诞夸张，同时应有主题和情节。
2. 参赛者可采用幽默的语言或运用道具，以支撑演讲内容或进行阐释。

## 视频演讲比赛

---

1. 未归属大区的的俱乐部会员可参加视频演讲比赛。该视频必须以英语进行。
2. 视频演讲比赛遵循所有 Toastmasters International 比赛的适用规则。
  - A. 视频演讲比赛不划分小区、中区、大区比赛或半决赛，参赛者不享有旅行津贴。
  - B. 参赛者只需参加其所在俱乐部的演讲比赛，并提交获胜演讲的视频即可。
3. 每个俱乐部仅能提交一份演讲。视频应采用以下流程制作：
  - A. 填妥并提交一份视频演讲比赛报名表，其中包一个参赛视频的有效播放网址链接。
  - B. 整个演讲过程拍摄视频，包括介绍部分。不接受经过编辑的演讲稿。
  - C. 仔细为演讲计时，以遵守国际演讲比赛规则。
  - D. 在提交报名表时附上填妥的 Speaker's Certification of Eligibility and Originality (书目编号 1183) (仅限英文)
  - E. 必须在 MST (北美山区) 时间3月31日下午5时或之前接将报名表通过电子邮件发送到 [videospeechcontest@toastmasters.org](mailto:videospeechcontest@toastmasters.org) 并由全球总部接收，才有资格参赛。

# 演讲比赛检查清单

演讲比赛应该有仔细的计划 and 专业的引导。强烈建议使用此检查清单。

## 比赛主席检查清单

---

---

作为比赛主席，需计划比赛预算、布置场地、安排音响；赛前及赛后的推广，并确保所有账单已支付。确保每位参赛者符合资格参加比赛，并熟悉比赛规则，确保视听设备运行正常；确保总评委、投票评委、计时员和计票员了解其职责；确保评分表格仔细计票，而且奖项会在获奖者引以为豪的典礼上进行颁发。

虽然可能会有委员会帮助完成以上任务，但仍应确认所有任务能顺利完成。

### 准备工作

1. 确定比赛预算，比赛应以收支平衡为目标。奖品、比赛材料、奖牌、押金、餐食、打印、邮费等可当比赛费用。  
备注：若比赛收取入场费，则不得向参赛者收取此费用。不得向参赛者收取参赛费。
2. 与相关俱乐部或大区干事协商后选择比赛时间和地点。
3. 确定比赛日程。
4. 为比赛准备相关用品以及安排相关服务。
5. 向总部购买参赛证书及奖杯。（如果比赛奖品不是从全球总部购买，不得在奖品上印刻国际演讲会的图标，也不得印刻 "Toastmasters"，或 "Toastmasters International" 字样。否则违反了国际演讲会的商标使用规定。）
6. 国际演讲会的国际演讲比赛材料在 [www.toastmasters.org](http://www.toastmasters.org) 网站上可免费下載。：
  - ▶ Speaker's Certification of Eligibility and Originality（书目编号 1183）（仅限英文）
  - ▶ Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（书目编号 1175）（仅限英文）
  - ▶ Judge's Guide and Ballot（裁判指南和选票）（仅限英文）
  - ▶ Judges' Certification and Code of Ethics（书目编号 1170）（仅限英文）
  - ▶ Counter's Tally Sheet（书目编号 1176）（仅限英文）
  - ▶ Tiebreaking Judge's Guide and Ballot《平分裁判指南和选票》（仅限英文）
  - ▶ Speech Contestant Profile（书目编号 1189）（仅限英文）
  - ▶ Results Form（书目编号 1168）（仅限英文）
7. 选择总评委。查看本规则手册中“参赛资格”的相关要求，对总评委进行筛选。
8. 通知比赛相关人员比赛及赛前说明会的的时间和地点。（请给予充足的时间，例如，俱乐部比赛前两周。）
9. 请在比赛前2至6周，通知参赛者比赛及赛前说明会的的时间和地点。并同时向每位参赛者提供一个文件包。文件包括：
  - ▶ 《演讲比赛规则》（书目编号 CS1171）
  - ▶ Speech Contestant Profile（书目编号 1189）（仅限英文）

- ▶ Speaker's Certification of Eligibility and Originality (书目编号 1183) (仅限英文)
10. 如适用, 通过向媒体发送新闻稿, 在社区中推广比赛。
  11. 确保每个参赛者符合参赛资格, 如须取消参赛者资格, 应及时通知参赛者。查询参赛者资格:
    - ▶ 俱乐部干事和大区领导可以使用 [www.toastmasters.org](http://www.toastmasters.org) 的 Leadership Central (仅限英文) 中提供的 Eligibility Assistant (参赛资格助手, 仅限英文) 来确定参赛者是缴费会员还是现任大区领导。
    - ▶ 通过 [speechcontests@toastmasters.org](mailto:speechcontests@toastmasters.org) 联系全球总部负责演讲比赛的团队。

## 参赛者说明会

1. 确定所有的参赛者出席并确认其姓名及发音。  
备注: 进入比赛总结阶段时, 也可以对每个参赛者做一个简短的采访。
2. 向参赛者说明并确认演讲比赛规则。
3. 查看 Speaker's Certification of Eligibility and Originality (书目编号 1183) (仅限英文)。提醒参赛者在表格签字时, 确保理解参赛资格与演讲稿原创性的相关规则。
4. 与演讲者查看计时规则。
5. 向参赛者说明准确的演讲区域, 如讲台、桌子、灯光、麦克风等。所有参赛者都可以在比赛前对任何扩音设备进行检查。
6. 让参赛者抽签决定演讲次序。

## 比赛中

1. 比赛开场做简单介绍。向观众说明:
  - ▶ 已向总评委和参赛者说明比赛规则。
  - ▶ 已经告知参赛者计时灯位置。
  - ▶ 比赛期间不允许拍照。
2. 介绍每位参赛者。严禁在介绍时对参赛者本人或其演讲主题做任何说明, 也不能提及参赛者的俱乐部名称、俱乐部地点以及参赛者本人的居住地。按照相应的比赛规则清晰, 有条不紊地介绍每位演讲者。
3. 演讲结束后, 请投票评委和评分评委填写评分表格。此时, 计票员将向投票评委收取评分表格; 总评委向计时员收取并确认计时表格, 以及向评分评委收取评分表格。当所有的评分表格与计时表格收取完毕后, 总评委及计票员将进入计票室。
  - ▶ 所有选票、计票员表格、时间记录单皆为机密文件。
  - ▶ 将所有表格交由总评委妥善处理。
  - ▶ 保留一份展现所有参赛者名次的名单, 以防获胜者或替补无法角逐下一级比赛。

4. 计票员统计分数时，比赛主席可以对每个参赛者进行采访。
  - ▶ 在演讲比赛结束及统计成绩时，再次介绍参赛者，及其代表的俱乐部、小区、中区和大区，并颁发参赛证书。此时可以参考参赛者的个人简历进行简短采访。
5. 采访过后，向总评委收取比赛成绩。
6. 处理所有异议。只有投票评委及参赛者可以提出异议。异议须在总评委或比赛主席公布获胜者前提出。比赛主席应在宣布会议结束前通知参赛者因原创性或参赛资格而取消资格。在参赛者因原创性问题取消资格前，必须赋予参赛者向投票评委申诉的机会。取消资格需投票评委多数票通过。比赛主席可根据参赛资格，取消参赛者的资格。
7. 在宣布成绩前，主持人应宣布是否有取消资格的情况发生，但不能提及参赛者姓名。总评委可以与被取消资格的参赛者私下讨论相关情况。
8. 比赛结束时，应向所有协办方和工作人员表示感谢。

## 比赛后

1. 向总评委提供所有参赛者的联系方式，以便其完成 Notification of Contest Winner From (书目编号 1182) (仅限英文)。确定总评委将此表格交给下一轮的比赛主席，如果是大区比赛，交给全球总部。
2. 如适用，向每个获胜者的社区报刊及出版公司发送新闻稿（和照片）。
3. 确保所有比赛相关的账单已经付清。

## 总评委检查清单

---

### 比赛前

1. 任命投票评委、计票员、计时员和秘密平分评委，并与他们讨论各自职责。
2. 作为总计票员，任命三名助理计票员并为他们提供 Counter's Tally Sheet (书目编号 1176) (仅限英文)。
3. 鼓励所有演讲比赛工作人员在 [www.toastmasters.org/tlc](http://www.toastmasters.org/tlc) 网站上观看在线演讲比赛培训资料。
4. 向投票评委、计票员和计时员说明并确认各自职责。

### 评委说明会检查清单

1. 向每个投票评委分发以下资料：
  - ▶ 参赛者演讲顺序表
  - ▶ Judge's Guide and Ballot (裁判指南和选票) (仅限英文)
  - ▶ 《演讲比赛规则》(书目编号 CS1171)
  - ▶ Judge's Certification of Eligibility and Code of Ethics (书目编号 1170) (仅限英文)
2. 指示投票评委选择靠近比赛讲台的座位，以防受外界干扰或技术故障的影响。
3. 阅读并检查 Judge's Guide and Ballot (裁判指南和选票) (仅限英文)，及演讲区域。

4. 向计票员讲解 Counter's Tally Sheet（书目编号 1176）（仅限英文）的使用方法。
5. 与计时员一同阅读并检查 Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（书目编号 1175）（仅限英文）。
6. 为计时员提供计时设备。
7. 如有必要，向计时员介绍计时设备的正确使用方法。

## 比赛中

1. 向计时员收取 Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers（书目编号 1175）（仅限英文）。
2. 向平分评委收取 Tiebreaking Judge's Guide and Ballot Form（仅限英文）。
3. 解决可能出现的任何关于参赛资格或演讲稿原创性的异议。
4. 监督计票过程。查看所有评分表格两次，以确保计票无误。
5. 向比赛主席提供一份展现所有参赛者名次的名单。

## 参赛者检查清单

---

### 比赛前

1. 参加国际演讲比赛、幽默演讲比赛和天方夜谭演讲比赛，需选择主题并准备原创的演讲稿。
2. 出席参赛者说明会。
3. 告知比赛主席你计划使用的所有道具。
4. 查看 Speaker's Certification of Eligibility and Originality（书目编号 1183）（仅限英文）。表格签字时，确保你已阅读并理解参赛资格与演讲稿原创性的规则。
5. 出席参赛者彩排环节，并注意演讲舞台范围。

### 比赛中

1. 在被介绍出场前一分钟肃静时间里，摆放道具及视觉辅助工具。可请他人协助，但不可以要求比赛主席或任何其它官方工作人员协助。
2. 在介绍完毕后，立刻进入演讲舞台范围并开始演讲。
3. 演讲时，需注意计时器。若红灯亮起，需尽快结束演讲。
4. 演讲结束后，立即撤除演讲舞台范围内道具及视觉辅助工具。可请他人协助，但不可以要求比赛主席或任何其它比赛官方人员协助。

# 演讲比赛材料

可以索取演讲比赛材料或在 [www.toastmasters.org/speechcontestkits](http://www.toastmasters.org/speechcontestkits) 网站上免费下载电子版。

## 针对所有比赛

你的角色	文件	书目编号
所有参赛者	演讲比赛规则手册	(书目编号 CS1171)
比赛主席	Notification of Contest Winner	(书目编号 1182) (仅限英文)
	Results Form	(书目编号 1168) (仅限英文)
投票和平分评委	Judge's Certification of Eligibility and Code of Ethics	(书目编号 1170) (仅限英文)
计票员	Counter's Tally Sheet	(书目编号 1176) (仅限英文)
计时员	Speech Contest Time Record Sheet and Instructions for Timers	(书目编号 1175) (仅限英文)
参赛者	Speaker's Certification of Eligibility and Originality	(书目编号 1183) (仅限英文)
	Speech Contestant Profile	(书目编号 1189) (仅限英文)

## 国际演讲比赛

你的角色	文件	书目编号
投票评委	International Speech Contest Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1172) (仅限英文)
	International Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1188) (仅限英文)
参赛者	Region Quarterfinal Video Release Form	(书目编号 1193) (仅限英文)

## 评估演讲比赛

你的角色	文件	书目编号
投票评委	Evaluation Contest Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1179) (仅限英文)
平分评委	Evaluation Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1179A) (仅限英文)
参赛者	Evaluation Contestant Notes	(书目编号 1177) (仅限英文)

## 幽默演讲比赛

你的角色	文件	书目编号
投票评委	Humorous Speech Contest Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1191) (仅限英文)
平分评委	Humorous Speech Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1191A) (仅限英文)

## 即兴演讲比赛

你的角色	文件	书目编号
投票评委	Table Topics Contest Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1180) (仅限英文)
平分评委	Table Topics Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1180A) (仅限英文)

## 天方夜谭演讲比赛

你的角色	文件	书目编号
投票评委	Tall Tales Contest Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1181) (仅限英文)
平分评委	Tall Tales Contest Tiebreaking Judge's Guide and Ballot	(书目编号 1181A) (仅限英文)

# 补充资料

## 演讲比赛常见问题

[www.toastmasters.org/speechcontestFAQ](http://www.toastmasters.org/speechcontestFAQ)

## 演讲比赛指南

<http://www.toastmasters.org/Leadership-Central/Speech-Contests/Speech-Contest-Tutorials>

## **Policy 6.0: Speech Contests**（方针 6.0: 演讲比赛）

[www.toastmasters.org/Leadership-Central/Governing-Documents](http://www.toastmasters.org/Leadership-Central/Governing-Documents)



**TOASTMASTERS**  
INTERNATIONAL

书目编号 CS1171