

大阪体操協会男子適用規則 大阪オープン H29.4

区分	Aクラス		Bクラス		C I クラス	C II クラス	Dクラス
学年	中1～中3		小4～小6		小1～小4	小5～中3	年長～中3
能力検定	能力検定1～3級					能力検定なし	
ゆか (演技時間 ～70秒)	難度 2.40 実施 5.50 要求グループ 1.50 加点 0.60 ・難度は0.3×8技 ・要求グループは	難度 2.40 実施 6.00 要求グループ 1.00 加点 0.60 ・難度は0.3×8技 ・要求グループは	2.40 6.00 1.00 0.60	2.40 6.00 1.00 0.60	2.10 7.40 0.50		規定演技
鉄棒	0.3×5 ※A難度以上 ・加点(0.60) 演技構成0.30 熟練性 0.30	0.2×5 ※A難度以上 ・加点(0.50) 演技構成0.20 熟練性最大0.40			・難度は0.3×7技 ・加点(0.50) 熟練性0.50 ・技はすべて 2回まで認定できる		規定演技
つり輪	上記以外は 中体連適用		・姿勢の美しさ ・最大限の振幅を利用した振動技 ・卓越した雄大さ ・演技全体を通してのリズムカルな動き ・安定した着地 ・技はすべて 2回まで認定できる 上記以外は U-12採点規則適用		奨励種目 規定演技		
平行棒					規定演技		
あん馬			2.40 6.20 0.80 0.60	2.40 6.20 0.80 0.60	規定演技		規定演技
			・要求グループは以下の①～④ 0.2×4 ※A難度以上 ①旋回技 ②移動技 ③中向き・外向きでの技 ④終末技				
跳馬	中体連適用 1助走1試技 加点 0.30	2助走1試技 U-12規則(2013年版)を適用する 加点(安定した着地、優れた跳越) 0.20			規定演技 2助走1試技		規定演技 2助走1試技
その他	難度にとらわれず、質を重視し、正しく・美しい演技を評価する 実施減点は、小欠点(0.10)・中欠点(0.20)・大欠点(0.30)・落下(0.50)					実施減点 小欠点(0.10) 中欠点(0.20) 大欠点(0.30) 落下 (0.50)	

Cクラス 鉄棒

例) け上がり～前方支持回転～後方浮き支持回転～け上がり～前方支持回転～開脚足裏支持振り出し(6技)

Bクラス あん馬(とび箱)

例) 正面旋回8回 → 8技

縦向き旋回8回使って前移動 → 8技

縦向き旋回を4回使って前移動-同様に4回使って後ろ移動-1/2転向 ↓ → 9技

Bクラス 平行棒

\* 支持前振りから後ろ振り倒立(2秒)を行なった場合

グループ I A-1 後ろ振り倒立(2秒)と同一枠の技とし、支持前振りを半中間振動としない

\* 後ろ振り倒立(2秒)から続けて倒立(2秒)を行うような捌きは、2技とはカウントせず1技

全国ブロック選抜U-12 2013年版採点規則 跳馬 基礎点

a)前転とび(ヤマシタとび)群

前転とび 9.40

前転とびひねり 9.40

前転とび1回ひねり 9.60

前転とび3/2ひねり 9.70

前転とび前方宙返り 9.80

b)ツカハラとび群

かかえ込みツカハラとび 9.60

屈身ツカハラとび 9.80

大阪体操協会適用規則 大阪オープン寸度表 (\*計測は床面からとする) H29. 4.

区分	A クラス	B クラス	C クラス	D クラス
あん馬	あん馬 115cm (10cm or 12cm着地マット) 踏み台可	とび箱(中型) 80cm (10cm or 12cm着地マット) 踏み台	円馬 (10cm or 12cm着地マット) 踏み台	円馬 (10cm or 12cm着地マット) 踏み台
つり輪	265cm (20cm着地マット)	265cm (20cm着地マット)	265cm (20cm着地マット) +20cmセーフティマット	
跳馬	跳馬 125cm (20cm着地マット)	跳馬 120cm (20cm着地マット)	跳馬 110cm (20cm着地マット)	とび箱 横 100cm±5cm (20cm着地マット)
平行棒	195cm (20cm着地マット)	187cm (20cm着地マット)	160cm (20cm着地マット)	
鉄棒	275cm (20cm着地マット)	265cm (20cm着地マット)	265cm マット上225cm (20cm着地マット)	180cm (20cm着地マット)

※追加着地補助マット10cm厚 つり輪1枚、跳馬1枚(4m×2m)、平行棒1枚、鉄棒2枚(2m×2m4枚でも可)

※あん馬の踏み台に関しては、ロイター板・とび箱の1段・セフティーカラー。持ち込み可。

※Cクラス鉄棒:鉄棒着地マットの上に、平行棒の着地マット2枚を中央・白セーフティを両サイド2枚配置

大阪体操協会 男子《禁止技》

区分	A クラス	B クラス	C クラス
禁止技	E難度以上	D難度以上	C難度以上
ゆか	前方宙返り転以上の技(後ろとびひねりからも含む) 前方2回宙返り(後ろとびひねりからも含む) 側方宙返りにひねりの加わった技 後方2回宙返りに1回半以上のひねりが加わった技	2回宙返り技 側方宙返りにひねりの加わった技 前方宙返り転(後ろとびひねりからも含む)	前方宙返り1回以上のひねり技 後方宙返り3/2回以上のひねり技 2回宙返り技
跳馬	跳越グループⅣ・Ⅴの技 ツカハラとび、ユルチェンコとびに 1回半以上のひねりが加わった技 前転とび前方宙返りに 1回以上のひねりが加わった技 前後ともに3回宙返りの技(ローチェなど)	跳越グループⅢ・Ⅳ・Ⅴの技 ツカハラとびにひねりが加わった技 前転とび前方宙返りに 1回以上のひねりが加わった技	宙返りを伴う技 1回以上のひねり技
鉄棒	前方2回宙返り下り 後方2回宙返り下りに1回半以上のひねりが加わった技 後方3回宙返り下り	伸身宙返り1回ひねり下り 伸身2回宙返り下り	宙返りひねり下り 2回宙返り下り

\*参考:2017年度版 男子採点規則 跳馬の超越グループ〔Ⅲ:ロンダート踏切~後転とびの技 Ⅳ:ロンダート踏切~1/2ひねる技 Ⅴ:ロンダート踏切~3/4または1回ひねる技〕

大阪オープン大会規定

Cクラス あん馬(円馬) 規定演技

区分	配点	解説文
I	9.5	正面立ちから両足左入れ背面支持→閉脚旋回6回 →両足右抜き下り(馬を正面にして着地)
	0.5	加点

※全体を通して逆にできる。

Cクラス つり輪 奨励種目規定演技

区分	配点	解説文
I	1.5	腕を軽くまげて引き上げ逆懸垂～前振り出し～懸垂後ろ振り
II	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
III	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
IV	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
V	2.0	後方かかえ込み宙返り下り
	0.5	加点

Cクラス 平行棒 規定演技

区分	配点	解説文
I		予備運動支持静止から両足を前に上げ、後ろ振り
II	2.0	支持前振り～後ろ振り
III	2.0	支持前振り～後ろ振り
IV	2.0	支持前振り～後ろ振り
V	2.0	支持前振り～後ろ振り
VI	1.5	支持前振り～後ろ振り片手持ち替えて下向き下り(バーを横にして着地)
	0.5	加点

Cクラス 跳馬 規定演技

区分	配点	解説文
I	9.5	前転とび
	0.5	加点

Dクラス ゆか 規定演技

区分	配点	解説文
I	2.0	直立から1歩踏み出して水平バランス(2秒静止)
II	2.0	倒立前転
III	3.0	3～5歩助走し前転とび両足着地
IV	3.0	→直ちにホップ～ロンダートジャンプ着地

Dクラス あん馬(円馬) 規定演技

区分	配点	解説文
I	10.0	正面立ちから両足左入れ背面支持→閉脚旋回4回 →両足右抜き下り(馬を正面にして着地)

※全体を通して逆にできる。

Dクラス 跳馬(とび箱) 規定演技

区分	配点	解説文
I	10.0	前転とび

Dクラス 鉄棒 規定演技

区分	配点	解説文
I	2.0	逆上がり支持
II	2.0	後方支持回転
III	3.0	前方支持回転～後ろ振り上げ
IV	3.0	後方開脚足裏支持棒下振り出し下り