

大阪体操協会 Challenge&Dream大会 女子適用規則

\* 計測は床面から

H29.4. 改正

区分	C Iクラス		C IIクラス	区分	D Iクラス	D IIクラス
学年別	小1~小4		小5~中3	学年別	年長~小4	小5~中3
項目	とび箱・段違い平行棒・平均台・ゆか			項目	とび箱・鉄棒・平均台・ゆか	
	器具寸度	とび箱 横	跳馬	器具寸度	必須構成内容	
とび箱	C I とび箱 100cm (±5cm)	構成要求 D 最大3.00P (3.00P以上で4.20Pまでの跳躍技を実施しても3.00Pとする) E 10.00から実施減点 ※難度表にない跳躍技での実施は E 8.00から実施減点 D なし ※2回の跳躍。よい方の得点が有効点となる	跳馬	とび箱 横 90cm (±5cm以内)	要素であってもなくてもよい (全て10.00満点) ※2回の跳躍。よい方の得点が有効点となる	
	C II 跳馬 110cm (±5cm)					
段違い平行棒(鉄棒)	段違い平行棒 250cm 170cm	①構成要求はない。但し一技不足毎に0.5減点とする ②開始・終末技は要素でなくてもよい ※倒立局面を逸脱することによって難度が変わる要素に対しては禁止技としない (例) 後方浮支持倒立 後方浮支持回転倒立など ※技の実施なしで棒を換えても減点としない ※使用する棒は、高棒のみ・低棒のみ・両棒を使用しても採点には影響しない ※飛びつく際、補助をしても減点対象とならない E 12.50から実施減点		鉄棒 (D I) 160cm (D II) 180cm	①5つの運動または難度で実施 ※後ろ振り上げが倒立になっても減点としない ※後方浮支持回転(A)が倒立近い角度になっても減点としない	
平均台	平均台 110cm 演技時間 90秒まで	①180°開脚(前後/左右)または開脚屈伸姿勢を伴う1つの跳躍技 ②ターン(グループ3) ③前方/側方のアクロバット系の技 ④後方のアクロバット系の技 ⑤終末技はA難度のみ ※難度表にない開始技を実施しても減点としない E 10.00から実施と芸術性と振り付けを減点 芸術性(最大0.90) ・立ち姿勢を含めた美しい体線での実施 0.30まで ・芸術的な演技 0.30まで ・構成と振り付け 0.30まで		平均台 110cm 演技時間 60秒まで	①最大1往復半の演技 ※1往復半以上の演技は1.00の減点 ②アクロバット系の技を少なくとも2つ ③リープ・ジャンプ・ホップの中から少なくとも2つ ④バランス系要素を1つ ⑤片足上の180°以上のターンを少なくとも1つ ※②~⑤は台上で実施しなければならない	
ゆか	ゆか 演技時間 90秒まで	①180度の開脚(前後/左右)または開脚屈伸姿勢の跳躍技を含む2つの異なるダンス系での移動 ②ターン(グループ2) ③前方/側方のアクロバット系の技 ④後方のアクロバット系の技 ⑤最後のアクロバット系の技はA難度のみ E 10.00から実施と芸術性と振り付けを減点 芸術性(最大0.90) ・芸術的な演技 0.30まで ・構成と振り付け 0.30まで ・音楽と音楽性 0.30まで		ゆか 演技時間 60秒まで	①最大1往復半の演技 (対角線のみを使用) ※1往復半以上の演技は1.00の減点 ②アクロバット系の技を少なくとも2つ ③リープ・ジャンプ・ホップの中から少なくとも2つ ④バランス系要素を1つ ⑤片足上の180°以上のターンを少なくとも1つ ※アクロバット系の前に一回より多く両足 (バレエの6番)で立っても減点としない *アクロラインの前の両足上での静止、減点としない *音楽伴奏はあってもなくてもよい	
Dスコア	D 5つ以上の難度を入れる DV(難度点)は最大0.50とする (すべての難度を各0.10の価値とする) 構成要求 各0.50P (2.50P)			*平均台・ゆかの必須構成内容5つは必ず入れる (ない場合は各0.50の減点) *平均台・ゆかの②・③は同一技を2回実施してもよい		
Eスコア	E 10.00から実施と芸術性の減点 (平均台とゆかのみ) <b>全種目最大13.00満点とする</b>			<b>全種目難度点を問わず10.00満点とする</b>		
禁止技	C難度以上(ダンス系を除く)			B難度以上(ダンス系を除く)		

備考: 1) 大阪体操協会適用規則以外は、日本体操協会制定の2017年版女子採点規則集 変更規則Iを適用

2) 着地用追加マット(10cm)はDクラスでは置いても置かなくてもよい。(減点はしない)

ただし、Cクラスは必ず置くこと。

3) 各種目で難度表にはないが、変則規則でA(0.10)の難度点として認められる技はC・Dクラスでも同様に扱う。

## 《女子採点指針》

H30.4 改正

全体として	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 姿勢欠点のない美しい姿勢での演技</li> <li>2. 高いDスコアの演技</li> </ul>
跳馬	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高さや距離を伴うダイナミックな跳躍</li> <li>・着地の体勢が高く、安定した着地</li> </ul>
段違い 平行棒	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肘の曲がり、膝やつま先の緩みのない美しく伸びた体線での実施</li> <li>・多様な空中局面を伴う技を組み入れ、組み合わせ点を獲得できる演技構成</li> <li>・空中局面を伴う技の大きさと、ひねりを伴う技の正確な実施</li> <li>・終末技の高い体勢での安定した着地</li> </ul>
平均台	<ul style="list-style-type: none"> <li>・立ち姿勢や歩く姿勢においても手先足先までコントロールされた、常に美しい姿勢での演技</li> <li>・多様な技を組み入れ、組み合わせ点を獲得できるなど高得点を得るための前向きな構成</li> <li>・アクロバット系、ダンス系の技の正確な実施</li> <li>・リズムとテンポの変化があり、技の前の停止や無駄な調整のないスピード感ある演技</li> </ul>
ゆか	<ul style="list-style-type: none"> <li>・姿勢欠点がなく正確で確実なダンス系の技の実施</li> <li>・立ち姿勢だけでなく床面から足が離れる瞬間につま先が伸びることや手先まで意識された常に美しい姿勢での演技</li> <li>・演技面を大きく使い、止まりや調整のない流れのある演技</li> <li>・スピードや迫力を感じさせる雄大な実施と演技面を大きく使用した躍動感のある演技</li> <li>・複雑で変化のある振り付けと、手や腕だけの動きだけでなく身体全体を使った動きで、観衆を魅了できる芸術的作品として完成度の高い表現力豊かな演技</li> </ul>

## 《禁止技》

女子	Cクラス
跳馬	
段違い平行棒	C難度以上の技 ; 終末技はB難度以上禁止
平均台	空中局面を伴うアクロバット系のC難度以上 ; 終末技はB難度以上禁止
ゆか	空中局面を伴うアクロバット系のC難度以上 ; 終末技はB難度以上禁止

\* 万一禁止技を実施した場合は、男女とも次のとおりとする。

1. 跳馬の場合は0点とする。
2. 実施した禁止技の難度は認めない。ただし実施減点はなされる。
3. 実施した場合、全ての級において各0.50の減点とする。