

## 令和2年度 大阪2部男子 自由演技規則

2017年改訂版採点規則・平成29年度高等学校男子適用規則に準じ、大阪高体連2部大会・公立校大会男子自由演技大阪高体連2部適用規則を定める。

### 【演技の採点】

Dスコア (演技内容)	Difficulty
・ 難度	最大7つの技(難度の高い順)と終末技。 *同一技は2回まで数える *難度設定は高体連適用
・ 要求グループ	4つの要求グループ技。各0.50×4 最大2.00
・ 組合せ加点	なし
・ 熟練性加点	0.5まで 1部分または全体演技の流れに対して評価する。 *美しさ(足首、指先、体線) *雄大さ(宙返りの高さ、旋回の高さ、振動の高さ)

Eスコア (演技の実施)	Execution
	10.00から始まり、0.10単位の減点によって算出。 *美的、実施欠点による減点。(腕、膝、腰の曲がりやリズムに欠ける等) *技術と構成上の欠点による減点。(静止時間や角度、ひねり、雄大性不足等)

$$\text{最終得点} = (\text{Dスコア} + \text{Eスコア}) - (\text{ニュートラル・ディダクション})$$

ニュートラル・ディダクションとは、ライン減点、タイム減点、種目特有の要求、技数減点等のことをいう。以下、ニュートラル・ディダクションをNDと記す。

◎要求グループ 各0.50×4 最大2.00 (難度の指定はしない)

ゆか

- ① 前方系の跳躍技
- ② 後方系の跳躍技
- ③ 倒立静止技(2秒静止)
- ④ 終末技 (③以外の技)

ただし、2つ以上の技からなるアクロバット系シリーズのない演技は NDとして-0.3

あん馬

- ① 片足振動技・交差技
- ② 旋回・旋回倒立・転向技
- ③ 旋回移動技
- ④ 終末技

つり輪

- ① 懸垂振動技
- ② 倒立静止(2秒静止)
- ③ 倒立・脚前挙を除く力静止技(2秒静止)
- ④ 終末技

跳馬

- ・ D(価値点+0.5) + Eスコア(10.0)
- ・ 足からの着地がなければ0点
- ・ 開脚とび・閉脚とびはDスコア1.00としEスコア7.00満点とする

平行棒

- ① 支持振動技
- ② 腕支持振動技
- ③ 懸垂振動技
- ④ 終末技

ただし、支持振動倒立(2秒静止)のない演技は NDとして-0.3

鉄棒

- ① 前方車輪
- ② 後方車輪
- ③ バーに近い技
- ④ 終末技

ただし、鉄棒上で倒立を経過しない演技は NDとして-0.3

\*補足説明

1. 終末技とは「採点規則」に記載されている技(高体連適用を含む)をいう。

2. 跳馬以外の種目における短い演技に対する減点(ND)

7技またはそれ以上	-0.0
5~6技	-2.0
4~3技	-4.0
2~1技	-6.0

◎ Eスコアの実施減点

小欠点	0.10
中欠点	0.30
大欠点	0.50

【Eスコアの減点項目】

欠点	小欠点 0.1	中欠点 0.3	大欠点 0.5
美的・実施欠点による減点			
あいまいな姿勢（かかえこみ・屈身・伸身）	+	+	+
手や握り手を調整、修正する（毎回）	+		
倒立で歩く、またはとぶ（1歩につき）	+		
ゆか、マット、または器械に触れる	+		
ゆか、マット、または器械にぶつかる			+
演技中の選手に補助者が触れる		+	
落下なしに演技を中断する			+
腕、脚をまげる、脚を開く	+	+	+
終末姿勢の姿勢不良、修正	+	+	+
宙返りでの脚の開き	肩幅以下	肩幅を超える	
着地で脚を開く	肩幅以下	肩幅を超える	
着地でぐらつく、小さく足をずらす、手を回す	+		
転倒や手の支えのない不安定な着地（歩数については最大-1.0）	安定感に欠ける、小さくとぶ、小さく1歩動く（1歩につき0.10）	大きく1歩、大きくとぶ、片手、両手がゆかに触れる	
着地で転倒する、または片手、両手で支える			1.00
足からの着地がみられない			1.00 難度不認定
無価値な開脚		+	
その他の美的欠点	+	+	+
技術的欠点			
振動からの倒立や倒立経過、旋回技での角度逸脱	15°～30°	31°～45°	45°を超える
正しい静止姿勢からの角度の逸脱	15°まで	16°～30°	31°～45° 45°を超える ＝難度不認定
角度逸脱の減点がある静止技から押し上げ	静止技の減点と同等の減点		
ひねり不足	30°まで	31°～60°	61°～90°
宙返りや手放し技で高さや大きさ不足	+	+	
余分な手をつく	+		
力技を振動で、振動技を力で行う	+	+	+
静止時間		2秒未満	なし＝不認定
上昇運動が途切れる	+	+	+
倒立への技で、脚が下がる（元の位置から）	15°まで	16°～30°	31°～
静止技、力技において2回以上試みる		+	+
倒立でぐらつく、または倒れる	+	大きくぐらつく	倒れる
落下、器械上に倒れる			1.0
中間振動、または無価値な振り下ろし		半中間振動	中間振動
補助者が技の実施を手助けする			1.0 不認定
体を伸ばす準備のない着地	+	+	
ゆか、あん馬において演技面全体を使用しない		+	
その他の技術欠点	+	+	+

減点に対する特例

- 鉄棒において、振れ戻りは減点の対象としない。  
例：後ろ振り上りや逆手から順手への同時もちかえ

【補足】

- 禁止技 2017年制定・2018中学校男子適応規則に準じる
  - (1) 難度表に記載されているFIGジュニアールの禁止技。
    - ・つり輪のグチョギー系の技
    - ・平行棒の宙返りから腕支持となる技
  - (2) 前方に2回以上宙返りをする技
    - ※例外としてゆかの後方ひねり前方かかえ込み(屈身・伸身)2回宙返りひねりは後方かかえ込み(屈身・伸身)2回宙返り1回ひねりと同一棒のため禁止技から除外する。
    - 禁止技を行った場合、その得点は0点とする。
- 難度認定の特例  
体操競技の健全な発展と評価、そして普及の観点から次の技を「a 難度」として0.10の難度を与える。各種目の要求グループ①～④の要求を満たさない。

ゆか	側方倒立回転(側転)、ロンダート、後転倒立
あん馬	四つ脚(脚の入れ、入れ、抜き、抜きの1往復で1技)
	旋回を伴わない単純なとび越し下り(上向き、下向き、倒立)
つり輪	前振り出し(屈伸で肩が輪まで上がらなくてもよいが、明確に振り出す姿勢が必要)
	肩倒立(ワイヤーに脚をつけるものは認めない、2秒静止)
平行棒	肩倒立(バーに肩をのせてよい、瞬時静止)
	または、前ロール
	後ろロール
	後ろ振り上がり
	支持振動からの横下り(水平以上のスイングであること)
鉄棒	懸垂逆上がり、脚かけ上がり
	懸垂前振りひねり
	後方支持回転、前方支持回転
	両手を同時に持ち換える技
	倒立を経過しないとび越し下り

- 次のものは、A難度とし、要求グループも満たす。
  - あん馬 横向き旋回(両把手、馬端、逆馬端でそれぞれ1つの技) ②
  - 平行棒 倒立経過片手ひねり下り ④
  - 鉄棒 足裏支持前振り出しひねり片逆手懸垂(フットひねり) ③
  - 足裏支持前振り出し下り(フット下り) ④
  - 後方浮き支持前振り出し下り ④
  - 倒立経過片手ひねり下り ④