富山県学童体操競技大会

採　点　規　則

(2019年度版)

富山県体操協会

* **競技種目**
* **男女とも、とび箱・マット・鉄棒の３種目で行う。**
* **採点要素**
* 演技の採点は以下の要素に基づいて行う。

　**Ａ．態度**

* 演技開始時の「挙手～返事～直れ」
* 演技終了時の「着地ポーズ～直れ～審判へあいさつ」

**Ｂ．実施**

* 姿勢欠点（膝やつま先の曲りなど）
* 技術欠点（不安定な実施など）
* 柔軟性の欠如
* 不安定な着地
* 落下・演技の中断

**Ｃ．基本要求・技数**

* **【マット・鉄棒】**６技以上行う（１技不足0.3減点）
* **【マット・鉄棒】**４つの基本要求（１つ不足0.3減点）
* **【マット・鉄棒】**同じ技の繰り返しは２回までカウントする
* **【とび箱】**あらかじめ技に基礎点を設定する。

**Ｄ．加点**

* 難度加点（設定された難しい技を実施したとき）
* 熟練性加点（技の難易にかかわらず素晴らしい実施）
* **得点の算出**
* 最高得点は１０．００とする。
* 審判は２審制とし、２つの得点の平均を決定点とする。
* **得点の構成　　　１０．００満点**

**Ａ．態度　　　　　　　　　　　　　　　　１．００**

**Ｂ．実施　　　　　　　　　　　　　　　　５．００**

**Ｃ．基本要求　　　　0.3×4　 ＝1.20**

**技数　　　　　　0.3×6技 ＝1.80 　　　 ３．００**

**Ｄ．加点　　　難度加点0.５　　熟練性加点0.５　　　　１．００**

★　とび箱：

Cが基礎点となる

　　　 　Dは熟練性加点のみ（0.5）

* **種目：とび箱**

|  |
| --- |
| * 文部科学省中型６段を縦に置く（高さ100ｃｍ）。
* 試技は２回可とするが、１回でもよい（コーチと相談して決める）。

【基礎点】　２.５０　　　　・開脚とび　　　　　　・台上前転　３.００　　　　・屈身とび　　　　　　・頭はねとび　　　　　　　　　　・側方倒立回転1/4ひねりとび（ロンダート）　３.５０　　　　・前方倒立回転とび（前転とび） |

* **種目：マット**

|  |
| --- |
| * 演技は、１２ｍのマット等を使い、１往復半の中で基本要求を満たした自由演技とする。
* 週末技は、倒立回転系の技とする。
* 禁止技　：　宙返り、後転とび（バック転）

【基本要求】1. 倒立、または、３点倒立を含む技
2. 柔軟系・体操系の技（ターン・ジャンプ・ブリッジ等）
3. 倒立回転系の技
4. 片足でのバランス技
 |

* **種目：鉄棒**

|  |
| --- |
| * 鉄棒の高さは、マットから１００～１３０cm（低鉄棒）とする。
* 演技は、基本要求を満たした自由演技とする。
* 演技中の支持体勢での停滞、最小限の中間振動、懸垂振動時の膝の曲がり、背面支持から正面支持への体勢の入れ替えなど、演技構成上必要と思われる動作は減点しない。
* 禁止技　：　車輪、宙返り下り

【基本要求】1. 上がり技
2. 支持系の技（支持振り上げ水平以上含む）（コウモリ車輪含む）
3. 懸垂系の技（①・④と兼ねることができる）
4. 終末技（コウモリ振り下り可）（②・③と兼ねることができる）
 |

【マット】　技　一覧表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **①** | **②** | **③** | **④** | **難度加点技** |
| **３点倒立** | **前後開脚座** | **側方倒立回転** | **水平バランス** | **倒立伸膝前転①** |
| **倒立前転** | **左右開脚座** | **ロンダート** | **Ｙ字バランス** | **伸腕後転倒立①** |
| **倒立静止（2秒）** | **長座前屈** | **前転とび** | **側方バランス** | **倒立①** |
| **倒立1/2ひねり** | **開脚前屈** | **前方ブリッジ** |  | **伸膝前転②** |
| **倒立1回ひねり** | **ブリッジ** | **後方ブリッジ** |  | **伸身とび前転②** |
| **後転倒立** | **立位～ブリッジ** |  |  | **片脚ターン3/2　以上②** |
| **倒立～ブリッジ** | **ブリッジ～立位** |  |  | **旋回２回以上②** |
| **ブリッジ～倒立** | **前後開脚ジャンプ** |  |  | **脚上挙（2秒）②** |
|  | **左右開脚ジャンプ** |  |  | **前転とび連続③(単独技とする)** |
|  | **片脚1/1ターン** |  |  | **180度以上開脚　バランス④** |
|  | **ｼﾞｬﾝﾌﾟ1/2・1/1** |  |  |  |
|  | **前転** |  |  |  |
|  | **開脚前転** |  |  |  |
|  | **後転** |  |  |  |
|  | **開脚後転** |  |  |  |
|  | **とび前転** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

【鉄棒】　技　一覧表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **①** | **②** | **③** | **④** | **難度加点技** |
| **大振り上がり** | **前方支持回転** | **支持振り出し～　さか上がり** | **ｺｳﾓﾘ振り下り** | **支持振り上45度～倒立②** |
| **さか上がり** | **後方支持回転** | **大振り上がり①** | **飛行機下り** | **後方浮き支持回転** |
| **片膝かけ上がり** | **片膝かけ前回り** | **さか上がり①** | **後方浮き支持振りとび下り②** | **伸膝前方支持回転** |
| **ももかけ上がり** | **片膝かけ後回り** | **片膝かけ上がり①** | **支持横とびこし　下り45度以下②** | **支持横とびこし　下り45度以上②** |
| **えび上がり** | **両膝かけ前回り** | **ももかけ上がり①** |  | **け上がり①** |
| **両膝かけ上がり** | **両膝かけ後回り** | **えび上がり①** |  | **短振け上がり①** |
| **中抜き上がり** | **支持振り上げ水平～45度** | **両膝かけ上がり①** |  | **ともえ②** |
|  | **コウモリ車輪** | **中抜き上がり①** |  | **前方浮腰回転水平以上倒立未満** |
|  |  |  |  | **後方浮腰回転水平以上倒立未満** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **以下0.2加点** |
|  |  |  |  | **翻転倒立** |
|  |  |  |  | **前方浮腰回転水平以上倒立** |
|  |  |  |  | **後方浮腰回転水平以上倒立** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |