



中國香港體操總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

# 2015-2016 年度全港藝術體操公開賽

## 競賽要求

### 甲、個人項目

#### 1. 時間

- 預備級、四級、三級 和 二級：按規定動作套路之時間
- 第一級：1 分 15 秒至 1 分 30 秒（由運動員動作開始一刻計算）
- 少於或超過規定的時間，由協調裁判員每秒扣 0.05 分。

#### 2. 音樂

- 個人或集體項目，只能有一首音樂帶有歌詞 / 字，請清楚標明在難度表上，不符合規定由協調裁判員扣 0.50 分。

#### 3. 服裝

- 是次比賽均不能配帶特區章或其他團體章（包括校章），不符合規定由協調裁判員每名運動員扣 0.30 分。
- 繃帶或保護用具(如：護腕)，除肉色外，不可帶任何其他顏色，不符合規定由協調裁判員每名運動員扣 0.30 分。

#### 4. 評分標準

##### 4.1 預備級、四級(碟中三級) 和 三級(碟中二級)

參照由北京體育大學音像出版社製作之 2002 年版《藝術體操等級規定動作》評分標準

##### 4.2 二級(碟中三級)

參照由北京體育大學音像出版社製作之 2011 年版《藝術體操等級規定動作》及附加 2011 年補充修訂內容的評分標準

##### 4.3 第一級

###### A) 難度 (D)

- 難度分最高為 10.00 分，當中包括：身體難度(D)，舞步系列(S $\rightarrow$ )，結合旋轉和拋的動力性動作(DER)和器械熟練性(M)。
- 在難度中，必須按動作順序填入正式難度表格。包括：D，S $\rightarrow$ ，DER，M。
- 在難度中，難度價值的總和計算應該完全正確，否則扣 0.3 分。

###### 4.3.1 身體難度 (D)

- 成套動作最少 6 個，最多 9 個身體難度，當中可包括單獨難度，複合難度和混合難度。
- 每個身體動作組最少有 2 個，最多 4 個；分別為跳躍、平衡，旋轉。

- 每個身體難度只計算一次，相同姿態難度重複使用則不被計算(除：一系列的相同姿態的跳步 [最多 3 次] 或 有腳跟支撐的連接相同姿態的轉體)。
- 每個身體難度必須與每種器械的基本技術組或器械的其他技術組結合。
- 身體難度的總價值用是遞加的方式獲得。

- 扣分:

- 如果表格/成套動作中超過個身體難度，只評價已經完成前 9 個難度，扣 0.5 分。
- 在器械基本技術組在整套動作中少於 50% ，扣 0.5 分。
- 如果表格/成套動作中每個身體組的難度動作少於規定要求的數量，扣 0.3 分。
- 難度的總價值相加不正確或一個難度的價值不正確，扣 0.3 分。
- 一套動作中運動員完成並填寫在表格中難度多於 1 個慢轉，扣 0.3 分。

#### 4.3.2 舞步系列(S $\rightarrow$ )

- 舞步系列價值 0.3 分，成套動作中最少要有 1 個舞步系列 (時間為最少 8 秒)。
- 舞步系列可與器械基本技術組(最少 1 個)和其他器械技術組結合，當中可有小、中或大拋接。
- 舞步系列中可有器械熟練性動作，不用申報的 0.1 分價值之身體難度動作或技巧性動作。

- 扣分

- 如果表格/成套動作中缺少 1 個舞步系列，扣 0.5 分。

#### 4.3.3 結合旋轉和拋的動力性動作(DER)

- 拋器械或器械在空中時，身體旋轉失去視線控制，旋轉最少 2 次。
- 整套中，結合旋轉和拋的動力性動作最多 3 次。

- 扣分

- 如果表格/成套動作中超過 3 個結合旋轉和拋的動力性動作扣，0.5 分

#### 4.3.4 器械熟練性(M)

- 器械熟練性動作價值 0.3 分，最多 5 個。
- 器械熟練性動作可於身體難度，舞步系列中完成。

### B) 完成價值 (E)

起評分為 10.00 分，評價完成情況。

出界：在成套中運動員出界及器械出界每次扣 0.3 分。如在空中出界並未接觸地面不作出界論。

#### 4.3.5 第一級之運動員必須按難度的順序以電腦填寫難度表，並且使用正式表格及相應符號，於二零一五年十一月四日(星期三)前遞交。否則，運動員的比賽資格會被取消。

(是次比賽採用至 2013-2016 年國際賽例，教練應使用最新的難度表)

## 5 計分方法：

### 5.1 預備級、三級、四級

起評分 9 分 + 加分 1 分 = 最高得分 10 分

### 5.2 二級

難度 10 分 + 完成 10 分 = 最高得分 20 分

### 5.3 一級

難度 10 分 + 完成 10 分 = 最高得分 20 分

## 乙、集體項目

### 1. 時間

- 2 分 15 秒至 2 分 30 秒
- 少於或超過規定的時間，由協調裁判員每秒扣 0.05 分。

### 2. 音樂

- 集體項目，只能有一首音樂帶有歌詞 / 字，請清楚標明在難度表上，不符合規定由協調裁判員扣 0.50 分。

### 3. 服裝

- 是次比賽均不能配帶特區章或其他團體章 (包括校章)，否則將按甲項第 3 點扣分。
- 體操服必須一致(面樣、樣式及圖案)，全隊 5 名運動員服裝的顏色要一致。  
\*違反上述規定由協調裁判員扣 0.30 分。

### 4. 評分標準

- 集體五人球比賽規則是按國際藝術體操少年賽制(2013-2016)規例要求而進行。
- 集體五人球比賽規則是按國際藝術體操成年賽制(2013-2016)規例要求而進行。

## 5. A) 難度

### 3.1 難度(D)

- 每套集體成套動作中可以包括  
公開組：最多 10 個難度 (5 個無交換難度，5 個交換難度)  
少年組：最多 8 個難度 (4 個無交換難度，4 個交換難度)
- 所有難度必須按動作順序填入正式表格。
- 成套動作必須至少有 6 個有或無身體旋轉的協作動作
- 成套動作必須運用每組身體難度動作組最少 1 個。
- 無交換難度：不能使用複合難度和混合難度，除浮埃迪轉體外。
- 交換難度：沒有距離限制，但必須要拋器械的交換才被視為交換難度。
  - 1 個交換難度 = 在一個交換中最少有 1 個或多個身體動作；
  - **身體難度動作**不能在交換難度中使用，身體難度動作將會**無效**；
  - 必須運用不同形式的拋和/或接來完成；
  - 必須 5 位運動員都進行交換器械(可同時進行或分小組進行)。

-扣分:

- 如果表格/成套動作中超過規定難度數量：  
公開組：10 個身體難度，只評價已經完成的前 10 個難度，扣 0.5 分。  
少年組：8 個難度，只評價已經完成的前 8 個難度，扣 0.5 分。
- 如果表格/成套動作中少於規定要求的數量的交換難度 或 無交換難度，扣 0.5 分。
- 無交換難度中，5 名運動員同時完成 3 個或以上的不同身體難度動作，扣 0.3 分。
- 難度的總價值相加不正確或一個難度的價值不正確，扣 0.3 分。
- 在器械基本技術組在整套動作中少於 50% ，扣 0.3 分。
- 未能完成最少 5 個不同類型交換難度，扣 0.3 分。
- 每缺少一個協作動作，扣 0.3 分。

### 3.2 舞步系列(S→)

- 舞步系列價值 0.3 分，成套動作中最少要有 1 個舞步系列 (時間為最少 8 秒)。
- 可由 5 名運動員同時完成，動作可相同或不相同。
- 可分小組型式完成，動作可相同或不相同。
- 與個人項目的舞步系列要求相同

- 扣分

- 如果表格/成套動作中缺少 1 個舞步系列，扣 0.5 分。

### 3.3 結合旋轉和拋的動力性動作(DER)

- 成套動作中只能有 1 個 DER。
- 與個人項目的 DER 要求相同。

- 扣分

- 如果表格/成套動作中超過 1 個結合旋轉和拋的動力性動作，扣 0.5 分。

## B) 完成價值 (E)

- 起評分為 10.00 分，評價完成情況。
- 出界：在成套中每名運動員出界及每個器械出界每次扣 0.3 分。如在空中出界並未接觸地面不作出界論。

## 4. 計分方法

公開組：完成 10 分+難度 10 分 = 最高得分 20 分

少年組：完成 10 分+難度 8 分 = 最高得分 18 分

備 註： 個人項目第一級及集體項目均採用 2013-2016 年國際體聯頒發的國際藝術體操規則。