

# 広島県ジュニア体操競技選手権大会女子クラスI適用規則について

2024年12月10日

ジュニア普及育成部

女子審判部

## 1. 競技内容について

全日本ジュニア連盟Cクラス規定のショートバージョンを一部変更して適用

## 2. 目標

◎ジュニア期における基本的な技術の習得

◎姿勢の美しさ、動きの美しさの習得

## 3. 採点方法

・10点満点で評価

・減点について

落下、転倒など超大減点・・・0.5

各種目における減点に記載された部分を優先

その他の減点は日本体操協会 2025年版採点規則変更規則Ⅱに準ずる。

(芸術性と構成の減点は適用しない。変更規則Ⅱにある3項目の芸術性の減点のみ適用する。)

・実施減点以外の減点について

技・要素を全く実施しない・・・1.0

技・要素の変更・・・0.5

(変更した技・要素は1回のみ変更とし、同一の技・要素を繰り返した場合は技・要素を全く実施しないの減点とする。・・・例 段違い平行棒 ともえの連続で後ろ回りを2回した場合: 1回目の後ろ回りは変更-0.5、2回目の後ろ回りは技・要素を全く実施しない-1.0とする。)

平均台・ゆかの動きを大幅に変更・・・0.3

余分な技・要素・動き・・・0.3

(規定を逸脱しない範囲での若干の動きの変更は減点をしない。)

・採点の留意点

1) ジュニア期の理想像をしっかりと捉え、減点項目ばかりに目を向けず、演技全体の評価を大切に  
する。

2) 姿勢の美しさ、動きの正確さを優先して評価する。

3) 個々の選手の身長に応じた技の大きさを考慮し、低学年や身長の低い選手が不利にならないよ  
うにする。

## 4. ハナマル賞

加算 0.1 ……各種目で下記の項目に該当すれば最大0.1を得点に加え最終得点とする。

・立ち姿勢が美しい

・足の線がつま先まで美しい

- ・倒立の姿勢が美しい
- ・表情豊かに演技している
- ・180度以上の開脚姿勢
- ・スピードと高さがある
- ・重心の高い安定した着地

## 5. ショートバージョンの変更点

### 跳馬

前方宙返りを前転とびに変更

### 段違い平行棒

変更なし

### 平均台

後方倒立回転開始時の姿勢・・・片足支持からでも前足が台に着いてからでもよい

後方倒立回転～前後開脚ジャンプを後方倒立回転～両足伸身とびに変更

前方倒立回転～伸身とびを前方倒立回転のみに変更

終末技は側転下りでも前方宙返りでもよいに変更

### ゆか

2本のタンプリングを以下に変更

1 本目・・・前転とび片足着地～前転とび両足着地～ジャンプ

2 本目・・・ロングード～後転とび～後転とび～ジャンプ

## 6. 各種目における減点

採点規則にない項目の減点と記載された項目の減点は優先するが、その他の減点は日本体操協会2025年版採点規則変更規則Ⅱに準ずる。

### 1) 跳馬

- ・スピードのない助走・・・0.3まで
- ・不正確な踏切・・・0.3まで
- ・頭が跳馬に触れる・・・0.5
- ・背中が跳馬にあたる・・・0.5
- ・着地後跳馬に触れる・・・0.3まで
- ・0.0になる場合

跳馬を越えない実施・・・体が跳馬にぶつかる、着手したが振り上げ脚が戻ってしまうなど

跳躍板や跳馬に触れて走り抜ける

(選手が跳躍板に触れなければ3回の助走が許される:余分な助走の減点はしない)

- ・足から先に着地しない・・・3.0
- ・台上前転:5.0からの減点

## 2) 段違い平行棒

- ・後ろ振り上げ・ともえの支持角度減点  
肩の位置で水平以上…減点なし  
肩に位置で水平より下で棒の高さまで…0.1  
棒の高さより低い…0.3
- ・棒下振り出し下り  
高さ不十分…0.3まで 棒より上…減点なし  
棒の高さ…0.1  
棒より下…0.3

## 3) 平均台

- ・上り  
引き上げがない…0.1  
台をまたぐときに足が台にふれる…0.1
- ・片足上でのしゃがみ立ち 1/2 ターン  
30度以上の回転不足…0.3  
わずかな回転不足…0.1
- ・後方倒立回転～伸身とび  
連続していない…0.1
- ・前後開脚とび～シソソヌ  
連続していない…0.3まで
- ・横波動・波動  
波動が不十分…0.3まで
- ・1回ターン  
回転不足…0.3まで
- ・終末技(側転下り)  
突き放しがない…0.1
- ・芸術性  
身体の姿勢が悪い(頭部、肩の位置、胴体)…0.5まで  
動きの大きさが不十分…0.5まで  
美しさに欠ける足さばき(つま先が伸びない/足が緩む/足が内向き)…0.5まで

## 4) ゆか

- ・前転とび片足着地～前転とび両足着地～ジャンプ  
連続しない…各0.3まで
- ・ピケターン  
姿勢不良・つま先立ち…各0.1
- ・1回ターン  
回転不足…0.3まで
- ・ワルツステップ  
足のポジションが不正確…各0.1

・波動

波動が不十分・・・0.3まで

・ロンダード～後転とび～後転とび～ジャンプ

連続しない・・・各0.3まで

・芸術性

身体の姿勢が悪い(頭部、肩の位置、胴体)・・・0.5まで

動きの大きさが不十分・・・0.5まで

美しさに欠ける足さばき(つま先が伸びない/足が緩む/足が内向き)・・・0.5まで

< 解説 >

技・要素を全く実施しない、技・要素を変更する、余分な技・要素・動きの減点について

・技・要素を全く実施しない・・・1.0

走り抜けたり、構えただけで次の技や要素や動きに進み、技や要素を全く実施しない場合をいう。ただし、その技や要素をやったが完了しなかった場合、その技や要素の大半を実施していれば技や要素を承認する。

例) 段違い平行棒

後方振り上げ倒立・・・倒立角度10度を外れても、後方振り上げがあり腕の支持が見られれば要素を認める

平均台

前方倒立回転・・・足での着台がなくても、倒立支持が見られればその技は認める

・技・要素を変更する・・・0.5

技や要素の変更は基本的には同じ系統の技や要素の変更をいう。また、変更した技や要素は、1回のみとし繰り返した場合は技・要素を全く実施しないの1.0の減点をする。

例) 段違い平行棒

ともえ～ともえを後方支持回転～後方支持回転に変更・・・1回目の後方支持回転は変更の0.5の減点 2回目の後方支持回転は技を全く実施しないの1.0の減点

・余分な技・要素・動き・・・0.3

失敗などで技や要素や動きを繰り返した場合をいう。ただし段違い平行棒の落下で次の技や要素をするために必要な技や要素は該当しない。また、平均台で落下した場合は落下のみの減点とする。

例) 段違い平行棒

後方振り上げ倒立をして落下、逆上がりをしてもう一度後方振り上げをし終末技をした・・・終末技につなぐために必要な後ろ振り上げなので余分な要素の減点はない

後方振り上げ倒立をして落下、け上がり後方振り上げをし終末技をした・・・け上がりその後方振り上げが余分な技・要素となり、0.3の減点がそれぞれにつく

## 平均台

前後開脚どびで落下、もう一度前後開脚どびをしシソヌをした・・・前後開脚どびを繰り返したが、落下しているので落下 0.5 の減点のみで余分な技の減点はしない

・技・要素を全く実施しないとみなされたところに実施減点はないが、要素の変更や余分な技や要素や動きには実施減点を伴う

### 例) 平均台

#### 後方倒立回転～両足ジャンプ

・後方倒立回転を構えただけで後方に数歩下がり、両足ジャンプをする

減点: 技を全く実施しない 1.0 連続しない 0.3 ジャンプの実施減点

・後方倒立回転を着台して落下し、台に上がり両足ジャンプから行う

減点: 落下0.5 連続しない 0.3 実施減点

・後方倒立回転を着台しないで落下し、もう一度後方倒立回転し両足ジャンプする

減点: 落下 0.5 実施減点

・後方倒立回転をしたがふらついたのでもう一度後方倒立回転をし両足ジャンプをする

減点: 余分な技 0.3 実施減点

## 技や要素の利き足が違う場合

・技や要素の利き足が異なる場合、1 歩の過不足は認める。平均台などで連続を要求しているところは先に着台した足の前に足を着いて連続してもよい。

### 例) 平均台

#### 側方倒立回転～後方倒立回転

・側方倒立回転着台の足の位置のまま後方倒立回転をする

・側方倒立回転着台後、1 歩前にまたは 1 歩後ろに足をひいて後方倒立回転をする

#### 後方倒立回転～両足ジャンプ(連続)

・後方倒立回転の先に着台した足の後ろに次の足をつけて両足ジャンプをする

・後方倒立回転の先に着台した足の後ろに次の足をつけて両足ジャンプをしジャンプを踏み切った足を入れ替えて着台する

・後方倒立回転の先に着台した足の前に次の足をおいて両足ジャンプをする

## 7. その他

質問がある場合は、ジュニア普及育成部までご連絡ください。