

マット運動大会実施要項

ひろしま FUN² フェスタ 2023 実行委員会

目 的 学校体育のマット運動程度のわざの組み合わせ演技をすることで、器械運動に親しむ機会を与えることで、近年不足がちな感覚統合運動の一助とする。

演技内容 2019 年度版 小体連採点規則 床運動の演技の 4～6 番（※参照）のいずれかを実施

参加資格 5 歳～高校生

参加料 500 円

その他

<※参照 1～4 番の各演技内容>

4 番の演技

側方倒立回転→倒立前転→伸身とび 1 / 2 ひねり→開脚後転→開脚前屈座→後転→直立
→任意の片足立バランス（2 秒）
→2、3 歩助走とび前転→伸身とび 1 / 2 ひねり→後転→伸膝後転→直立

5 番の演技

前転→前転→伸身とび 1 / 2 ひねり→開脚後転→開脚前屈座→後転→直立
→任意の片足立バランス（1 秒）
側方倒立回転→倒立前転→伸身とび 1 / 2 ひねり→後転→直立

6 番の演技

前転→前転→伸身とび 1 / 2 ひねり→後転→後転
任意の片足バランス（瞬時）
→側方倒立回転→側方倒立回転→直立

<評価> 年齢等を勘案し 4 段階でそれぞれの記録賞を授与

「S」 ➡美しい演技。

「A」 ➡小さな姿勢欠点があるがスムーズな演技

「B」 ➡小さな姿勢欠点はあるが連続で行われた

「C」 ➡演技が途切れるが最後まで頑張った。