

# 韻律體操評分規則

## 2013-2016



\* 經由本人同意使用此照片

講者：王文凱

就讀：國立體育大學

指導老師：王慧玫老師

# 目錄

- 講者前言
- 總則
  - 比賽項目
  - 評分規則
    - 身體難度
    - 韻律步伐
    - 動力性轉
    - 動拋手具熟練度
- 影片欣賞
- 結語
- 參考文獻

# 講者前言

- 主要以成人組為主講依據
- 主觀意識強的項目
- 以總則中D分評扣分為主軸
- 依據規則加扣分講解

# 總則

- 比賽項目



參考資料：[http://web.pts.org.tw/php/world\\_games2009/detailc.php?id=38](http://web.pts.org.tw/php/world_games2009/detailc.php?id=38)

<http://rabbitgood.pixnet.net/blog/post/22345342-跳舞>

<http://blog.xuite.net/ina125kimo/twblog/150876205-韻律體操的簡介>

<http://topic.udn.com/london2012/storypage.jsp?>

[http://kidpower.jerrybearbrother.com/about/about04\\_04.html](http://kidpower.jerrybearbrother.com/about/about04_04.html)  
[f\\_ART\\_ID=2020](http://kidpower.jerrybearbrother.com/about/about04_04.html)

# 總則

- 個人項目：
  - 成人包含五項手具
- 時間：
  - 1分15秒 ~ 1分30秒 ( 1秒扣 0.05分 )
- 團體項目：
  - 必須兩套 單手具 兩種不同手具 ( 五人 )
- 時間：
  - 2分15 ~ 2分30秒 ( 1秒扣 0.05分 )



# 總則

- 團隊與個人皆只能有一套動作含有人聲吟唱的音樂，必須標明哪套有人聲吟唱之音樂。（超過一套扣0.5分）



<http://cn.nytimes.com/sports/20140710/cc10messicup/zh-hant/>

# 總則

- 評分規則

## 配分與計算

難度分 ( D分 )

最高10分

4位裁判平均分數該為此D分

一位 協調裁判

實施分 ( E分 )

最高10分

\* 藝術扣分

\* 技術扣分

4-5位裁判裁判平均分數該為此E分

最後得分：最高20.00分

# 總則

## ● 協調裁判 扣分機制



1	音樂逾時或時間不足，依不足或超過的秒數扣分	0.05
2	音樂不符規定	0.50
3	音樂開始超過4秒沒有動作	0.30
4	手具或單/雙足或部分身體出界觸地或手具出界自動回場	0.30
5	個人或團隊選手換場地或結束時在場外或動作中離開場地	0.30
6	使用未經檢驗的手具(個人動作或團隊動作)	0.50
7	使用允許的備用手具	0.50
8	不允許的方法取回手具	0.50
9	使用不允許的預備手具(原手具仍在場內)	0.50
10	個人或團隊比賽服裝不符規定	0.30
11	不合規定的徽飾或廣告	0.30
12	保護繃帶不合規定	0.30
13	選手未經裁判示意太早或太晚進場	0.50
14	選手在比賽場暖身	0.50
15	團隊比賽時選手交談	0.50
16	準備動作太久延遲比賽進行	0.50
17	比賽中教練與選手、樂師、裁判交談	0.50
18	團隊選手比賽中離開團隊	0.30
19	選手因故離場使用遞補選手	0.50
20	團隊進場不合規定	0.50
21	選手順序錯誤或依出場序選擇錯誤手具進場	1.00




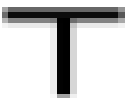



<http://blog.yam.com/lovecorn11/article/57371354>

# 難度分 D 分

難度分 D 分 滿分 10 分			
<p>身體難度 代號 D</p> <p>融入該手具特性與基本技術動作群以及其他手具基本技術動作群。</p> <p>至少六個至多九個 各分值：0.1 0.2 0.3 0.4 0.5</p>	<p>韻律步伐 代號 </p> <p>結合不同韻律節奏（國標，現代，民俗等等）搭配手具且沒有停頓。至少一組（16拍）</p> <p>至少一組 分值：0.3</p>	<p>動力性轉動拋 代號 </p> <p>至多三個</p>	<p>手具熟練度 代號 M</p> <p>無限制</p> <p>分值：0.2</p>

# 難度分D分（身體難度）D

- 身體動作難度：
  - 包含各類群的身體動作要素至少2至多4個動作
  - 跳躍 
  - 平衡 
  - 旋轉 
  - 如何才算是一個難度？

# 難度分D分（身體難度）D

- 身體難度必須無下列情況才算一個難度
  - 單獨、複合、組合難度，每一動作配合手具一個基本技術，如無配合手具動作，該難度不算。
  - 偏離該身體動作組的特性。
  - 旋轉：跳動，滑動（跳動前的難度都算）。
  - 手具掉落（包含一支棒）
  - 手具靜止

# 難度分D分（韻律步伐）

- 怎樣是一串韻律步伐？
  - 至少**8秒**且配合音樂**手具**
  - 部分或全串的舞步要移動
  - 每串韻律步伐**得分0.3分**。
- 如何使用手具？
  - **不能有大拋**。
  - 至少一個手具基本技術組

# 手具基本技術組

- 必須為整套主要動作 (超過50%)
- 手具技術基本組如無佔主要動作 扣0.5分

繩 環 球 棒 帶



# 難度分 D 分（動力性轉動拋）<sup>R</sup>






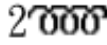








- 拋接必須包含兩個任何軸身體轉動。
- 失去視線
- 拋接加分機制。

基本難度值	基本動作
$\sqrt{2} = 0.20$ 分	2 個動態性的身體轉動
$\sqrt{3} = 0.30$ 分或更多 ( $\sqrt{4}$ 等)	3 個或以上的動態性的身體轉動（每增加一個轉動 +0.10 分）

# 難度D分（手具熟練度）M

- 實施必須無任何失誤
- 如何辦定手具熟練度？
  - 身體難度動作
  - 韻律步伐組合
- 申請獨創手具 分值为**0.4**分

# 難度D分（手具熟練度）M

	視線外
	不有手
	∩ / ○ / ⊙ / ∥ 的二迴旋跳躍或小跳 雙棒在空中飛行時快速轉動
	身體旋轉時操作(至少轉動180度以上)
	手具在身上 至少2個部位不用手傳遞
  	不同身體部位的2或3個長滾 ○ ● ∥ ⊙ 在地面不同身體部位的長滾
 	接時身上滾動手具 ○ ● ∥ 接時穿過手具 ∩ ○
	接時轉動手具 ○
	非對稱拋2棒 混合接 ∩ ∥ 跳躍或小跳時交叉手臂
	跳躍時單腳或雙腿腿下拋和/或接 以單腳或雙腳大腿下部位操作手具技術動作/ 旋轉時(環之風車、螺旋、旋轉動作等)
	連拋
	展開繩、直繩拋

那

# 影片欣賞

- <https://www.youtube.com/watch?v=SkD7ApsywiM>

# 結語

經過本次研究發現國內外評分標準不一，國內都容易有主觀意識過強（如人氣分），這是國內韻律體操的一大問題。

近年來難度的需求漸漸人性化，相對的運動傷害就此降低，如韻律步伐，就是這次規則改革的一大方向。

# 參考文獻

Federation of International Gymnastics  
(2013):韻律體操國際評分規則2013版。