

# 男子新体操 キッズルール

## 1部

### 【総則】

原則として、日本体操協会新体操男子競技規則（2015年度版）を採用する。但し、以下の項目はキッズルールとして追加採用する。

### 【競技規則】

- (1)競技は個人徒手（10.00点満点）で順位を決定する。
- (2)競技者は当該年度の小学1年生から小学6年生に限る。
- (3)必ず伴奏音楽をつけて演技を実施する。歌詞の有無は問わない。

### 【競技ルール】

#### 構成に要求されるもの

演技の構成は、あらゆる徒手系要素と基本的な転回系要素に分けられる。

徒手系要素においては、跳躍力、柔軟性、巧緻生などを充分発揮し、その技術は独創的であり、迅速な動きで静止（3秒以上）を含まず、流れるように実施されなければならない。

転回系においては正確な姿勢での実施を基本とし、その中でも実施中（空中）の姿勢に重点を置く。

#### ◇徒手系における要求要素

各種の徒手・・・上肢、下肢、体前屈、体後屈、体側屈、体回旋、腕の振動、脚の屈伸、胸の後反、体の弾性、波動（蛇動）などさまざまな複合運動

各種の跳躍（ジャンプ）・・・鹿跳び、前後開脚跳び、左右開脚跳びなどさまざまな跳躍

柔軟・・・左右開脚体前屈柔軟、前後開脚柔軟、閉脚体前屈柔軟などさまざまな柔軟

バランス・・・さまざまなバランスなど

倒立・・・さまざまな倒立など

各種の歩、走・・・さまざまなステップなど

回転及び転向（ターン・ピヴォット）

以上7項目のうち、すべての項目最低1つずつを組み合わせて構成すること

【要求要素の不足・・・1つにつき0.50点減点】

#### ◇転回系における要求要素

一つの演技に入れられる転回系の数は最大2つまでとする。

演技には前方、後方、側方の転回運動をすべて入れなければならない。

【上記要素の過不足・・・1つにつき0.50点減点】

転回系の技の難度は B 難度までとする。

ただし、ひねりを伴うものや、B 難度の宙返りから即座に B 難度の宙返りを行うもの、着地においての伏臥及び座は禁止技とする。

【禁止技の実施・・・得点を 0. 0 0 点とする】

#### 難度における要求要素

難度の要素は A 難度 4 つ、B 難度 2 つを入れなければならない。

※要求される難度は徒手系、転回系どちらでも数えることができる。

【A 難度不足・・・1 つにつき 0. 3 0 点減点】

【B 難度不足・・・1 つにつき 0. 5 0 点減点】

#### 構成要素の典型的な欠点

	小欠点 (0. 1 0 点)	中欠点 (0. 2 0 点)	大欠点 (0. 3 0 点)
	演技面の移動が不十分	各種ステップの使い方に多様性がない	
	同一要素を 3 回以上行う	徒手要素の一つが不十分	
	要素が単調で価値のない運動	異なる諸要素の使用が平均していない	変化に乏しく演技に盛り上がりがない
	価値のない部分や組み合わせ	各要素の選択のしかたがやや多様性を欠く	独創性及び組み合わせの技術が乏しい
			音楽の性格が演技の適応性に明らかに欠けている

#### 追加の難度

演技中に要求される難度において、B 難度が 3 つ以上入っている場合

【1 つにつき 0. 1 0 点加点 (最大 0. 4 0 点加点)】

#### 実施に要求されるもの

実施に際しては新体操の特徴を正確に生かしたものでなくてはならない。すなわち、正しい身体の位置、スケールの大きさ、支点の制御、移動の正確さなどである。

身体の動きはすべて、緩急の変化、及び力動感、大きさ、スピードの密な結びつきを伴った継続的な動作でなくてはならない。

また、すべての要素は、頭と腕を含む身体全体で行われなくてはならない。つまり動きは局部的であってはならない。

#### 実施の欠点における主な減点

【大欠点 著しく欠けた場合 減点・・・0. 3 0 点】

【中欠点	欠けた場合	減点・・・0.20点】
【小欠点	少し欠けた場合	減点・・・0.10点】
【微少欠点	わずかに欠けた場合	減点・・・0.05点】

実施欠点表

徒手系の技術	全体を通じて美しい姿勢に欠けた場合	上記欠点基準に準じる
	全体を通じて柔軟性に欠けた場合	
	全体を通じてみぞおちから始まる動きや、その自然性や深さ、大きさに欠けた場合	
	全体を通じて動きの間やアクセントに欠けた場合	
	跳躍の高さに欠けた場合	
	全体を通じて四肢の動きの制御に欠けた場合	
	全体を通じて踵を引き上げた動きに欠けた場合	
	全体を通じて張りや活気に欠けた場合	
リズムカルな実施	リズムカルな動きにやや欠ける場合	その都度 0.10点
転回系の技術	転回中の姿勢に欠点がある	その都度 0.10点
	着地が少し乱れた場合	1歩につき 0.10点
	着地で軽く手をついた場合	0.20点
	着地がしりもち、四つん這い、背打ちになった場合	0.30点
柔軟	静止時間不足の場合	0.10点
	静止が全くない場合	0.20点
	硬さが見られる場合	0.10点
バランス	静止時間不足の場合	0.10点
	静止が全くない場合	0.20点
	片足（上半身）が水平以下の場合	0.20点
	ふらついた場合	1歩につき 0.10点
	手をついた場合	0.20点
倒立	静止時間不足の場合	0.10点
	静止が全くない場合	0.10点
	移動した場合	1歩につき 0.10点

	腕の曲り	頭が肘より下がらない場合	0.10点
		頭が肘より下がった場合	0.10点
	失敗	完全に戻った場合	0.20点
		完全につぶれた場合	0.20点

各難度（徒手系・転回系）の難度は日本体操協会新体操男子競技規則（2015年度版）P46～P53を参照

## 2部

### 【服装】

試合用ユニフォームに限らず、体操服でも可

### 【演技時間】

1分00秒～1分30秒程度（演技時間の過不足による減点はありません）

### 【伴奏音楽】

必ず伴奏音楽をつけて演技を実施する。

歌詞の有無は問わない。

### 【転回系】

転回系はA難度までとし、演技内での転回系の回数制限は無しとする。

### 【表彰】

審査員の協議の上、以下の賞を表彰する。

「ベーシック賞」・・・基本動作が優れている選手

「アーティスティック賞」・・・表現力に溢れた選手

「ファイティング賞」・・・元気溢れる選手

### 【審査の基準】

音楽にあわせた踊りであること。

美しい姿勢・柔軟性のあるパフォーマンスであること。

音楽のテーマを表現したパフォーマンスであること。

リズムカルではつらつとしたパフォーマンスであること。