

107 年桃園市運動會-市長盃體操錦標賽競賽規程

壹、主旨：發展全民體育，加強社會及學校體育活動，提倡體操運動風氣及技術水準，培養正當休閒活動，並促進身心健康。

貳、指導單位：桃園市政府、中華民國體操協會、桃園市議會、桃園市體育會

參、主辦單位：桃園市政府體育局

肆、承辦單位：桃園市體育會體操委員會

伍、協辦單位：龍潭國中、新街國小、新街國小家長會、桃園市高中小學家長會長協會、文華國小、武漢國小、長庚國小、雙龍國小、治平高中、國立體育大學

陸、比賽日期：107 年 6 月 2 日（星期六）

柒、比賽地點：桃園市龍潭國中活動中心（地址：桃園市龍潭區龍華路 460 號）

捌、比賽組別：

- (一)學齡前男生組 (二)學齡前女生組
- (三)國小低年級男生組 (四)國小低年級女生組
- (五)國小中年級男生組 (六)國小中年級女生組
- (七)國小高年級男生組 (八)國小高年級女生組
- (九)國中男子組 (十)國中女子組

玖、參賽資格：

- (一)學齡前組建議四歲以上至六歲報名參加。
- (二)國小及國中各組以學校為單位報名參賽。
- (三)國小一、二年級為低年級組，三、四年級為中年級組，五、六年級為高年級組。
- (四)國中不分組

拾、報名辦法：

- (一)請以正楷依式填寫報名表，自即日起至 107 年 4 月 30 日止。
- (二)比賽酌收報名費：個人 300 元、團體 1000 元，比賽當日現場報到時繳交。
- (三)採 E-mail 報名，請將報名表填妥後寄至電子信箱報名(SE-5@hotmail.com)再以電話聯絡確認是否報名完成。承辦人蕭教練連絡電話：0912-226-846。
- (四)報名費不含供餐，午餐請各參賽單位自理。大會有投保選手特定活動險，請各參賽單位自行加保旅平險。

(五)外縣市可報名參賽，參賽單位列於秩序冊外縣市公開組，成績採計個人不計團體成績，並且不列入本市成績及排名內。

拾壹、單位報到：107年6月2日(星期六)早上8點至8點30分於比賽場地(龍潭國中活動中心)報到繳交參賽報名費並領取比賽秩序冊。

拾貳、領隊教練會議及抽籤：107年6月2日(星期六)早上8點30分於比賽場地(龍潭國中活動中心)召開；4/30報名截止後統一由大會抽籤，各參賽單位不得異議。

拾參、比賽制度及規則：

第一條：競賽項目：

一、成隊競賽

二、全能競賽

三、單項競賽：(一)地板，(二)跳板或跳箱，(三)小彈翻床

第二條：報名人數規定

一、每單位各組別報名「成隊」至少需有三人有成隊資格最多五人為限。

二、各組別最多只能派一隊成隊(A隊)下場比賽，若組別人數超過五人以上則第六、七、八人皆得報名個人組(B隊)以此類推。**學齡組報名參賽隊數不受此限制。**

三、各參賽單位隊職員規範，請掛領隊一名、管理一名、教練至多二名，不同組別管理及教練可掛不同人。

第三條：成績計分及名次判定方式

一、成隊競賽(成隊總分)：以「單項競賽」每隊的每項最優之三名選手得分相加總，為該單位組別成隊競賽之成績(若有AB隊，則成隊成績取A隊，學齡前組不在此限)，加總後的得分數最高者為第一名，其次為第二名，餘依此類推，至多錄取前六名。

二、全能競賽(個人全能)：選手完成「單項競賽」項目後所得之分數相加總，為該選手全能競賽成績，分數最高者為第一名，其次為第二名，餘依此類推，至多錄取前八名，每隊最多入取2人為限。(同一單位之組別若有AB隊，則同單位只能入取前兩名選手)。

三、單項競賽(個人單項)：以該項目競賽之成績，分數最高者為第一名，其次為第二名，餘依此類推，至多錄取前八名，每隊最多入取2人為限。(同一單位之組別若有AB隊，則同單位只能入取前兩名選手)。

四、評分方式：依據FIG競技體操評分規則評分，D分(動作難度分)+E分(動作實施分)=最後得分。E分(動作實施分)由10分開始減分。

五、賽後成績將公告在：

(一)中華民國體操協會_歷年成績查詢

<http://ctga.com.tw>

(二)桃園市體育會體操委員會 FB

<https://www.facebook.com/桃園市體育會體操委員會-817342465009473>

第四條：比賽細則

一、通則

- (一)成隊競賽各單位出場比賽之運動員最多以五人為限，每一項目可派五人下場參賽，每項至少需有三人下場完賽才有成隊分數。
- (二)參加比賽各單位同隊之運動員，應穿同一式顏色之體操服裝或學校體育服裝，違反以上規定者依 FIG 總則規訂(全隊違規：成隊競賽中違反著裝規定)從團體最後總得分中扣 1.0 分。
- (三)各單位運動員於進場敬禮後，即作賽前練習，項目交換及練習以 2 分鐘為限隨即進行比賽，未能確實遵守之運動員，將由該項得分扣 0.3 分。
- (四)國中、小及學齡前組比賽項目之動作，均以規定動作為主，每多做一個動作不扣分但得扣動作實施分數。(女子組地板項目比賽若有編排舞蹈及跳躍動作不扣分)

二、地板比賽

- (一)女子地板比賽，國中及國小高年級組必須要加舞蹈及音樂(依 FIG 規定，整套動作需於 90 秒內完成)，國小中、低年級及學齡前女子組不用加舞蹈及音樂。
- (二)動作實施超出第六條所規定之地板長度及寬度範圍皆扣 0.3 分。

三、跳箱(跳板)比賽

- (一)國小中高年級組及國中組，男女生跳箱皆為「縱箱」。
- (二)成隊競賽_男女均要試跳 2 個不同動作，且 2 個動作所得分數相加再平均為該項得分。如動作相同第 2 個動作扣 2 分。
- (三)跳箱長度高度：國中組(高 100 公分*寬 60 公分*長 100 公分)；國小中高年級組(高 80 公分*寬 60 公分*長 100 公分)。
- (四)國小低年級組及學齡前只使用跳板比賽，不使用跳箱(跳板彈簧數量可自行調整)。
- (五)學齡前及低年級組動作難度，依據中華民國體操協會競技體操規則(990617 修正版)所訂定之初級規定動作。
- (六)跳箱難度分數：分腿騰越(1.0 分)，併腿蹲騰越(1.4 分)，側翻(2.0 分)，側翻轉體 180 度(2.4 分)，側翻轉體 360 度(3.0 分)，前手翻(2.0 分)，前手轉體 180 度(2.4 分)，前手轉體 360 度(3.0 分)。

四、小彈翻床比賽

- (一)動作難度分依據中華民國體操協會競技體操規則(990617 修正版)訂定。本委員會 1060622 修訂增列動作難度。
- (二)各組起跳台高度：各組別高度自行選擇 60cm~90cm 之間。
- (三)成隊及單項決賽男女均要試跳 2 個不同動作(動作可任選)，且 2 個動作所得分數相加再平均為該項得分。如動作相同第 2 個動作扣 2 分。

第五條：比賽器材：

比賽用之各項器械及設備，均由大會設置，各單位不得使用自備器械，為女子地板可自配音樂伴奏，但不含聲樂歌唱為原則。

第六條：器材規格：

- 一、地 板：長約 12 公尺~14 公尺，寬度(鋪設組合地墊則寬 2 公尺，若鋪泡棉墊則寬 1.85 公尺)。
- 二、跳 箱：底層(高 20 公分*寬 60 公分*長 100 公分)，中層(高 20 公分*寬 60 公分*長 100 公分)，上層(高 60 公分*寬 60 公分*長 100 公分)，三層堆疊總高度為 100 公分。
- 三、跳 板：助跑道長 12 公尺、跳板(長 120 公分*寬 60 公分*高 22 公分)。
- 四、小彈翻床：長 100 公分*寬 100 公分*高 50 公分；起跳台：高度約 60 公分至 90 公分。
- 五、所有項目之比賽器材依比賽現場器材為主。

第七條：獎勵：

- 一、成隊成績：同一組別參賽隊伍達二隊錄取第一名；三隊取前二名；四隊取前三名；五隊取前四名；六隊以上至十隊取前五名；達十一隊以上取前六名。
- 二、單項及全能成績取前八名由體操委員會頒發獎狀。
- 三、市府獎狀發給依「桃園市市立各級學校及幼兒園教職員獎懲要點」辦理，參加各競賽組別達五隊(人)以上者，獎勵第一名；達六隊(人)以上者，獎勵至第二名；達七隊(人)以上者，獎勵至第三名。

第八條：國中、小及學齡組競技體操規定動作及說明

- 一、學齡前組：地板級跳板規定動作及說明(如附件一)
- 二、低年級組：地板級跳板規定動作及說明(如附件二)
- 三、中年級組：地板級跳箱規定動作及說明(如附件三)
- 四、高年級組及國中組：地板級跳箱規定動作及說明(如附件四)
- 五、小彈翻床動作難易度表(如附件五)
- 六、報名表(如附件六)

拾肆、申訴辦法：

- 一、得依據 F. I. G. 國際體操總會規定提出申訴，凡任何有關競賽方面的質疑，得於技術會議、裁判會議提出，不得提出抗議。
- 二、若提出難度申訴，須提出書面申訴書及繳交 5000 元之保證金；申訴成立即退回保證金，不成立之保證金納入本會推展經費。

(附件一)

一、學齡前組基礎規定動作

(一)地板規定動作：……………D起評分4.5分。(動作數量以黑框動作計算為8個)

1. 直立→兩臂經前上至側平舉放下→前滾翻→前滾翻左右分腿→正劈腿向前趴下(靜止2秒) (0.2分) (0.5分) (0.5分) (0.5分)

→雙腿往後擺越成俯臥撐→蹲起站立→左右分腿跳緊接垂直跳轉180度→俯平衡(靜止2秒) (0.5分) (0.5分) (0.5分) (0.5分)

2. 向前垂直跳緊接垂直跳轉360度。
(0.3分) (0.5分)

(二)跳板規定動作：

*跳板(彈簧數量可自行調整)

*助跑踏板彈起後實施動作。

*成隊競賽_男女均要試跳2個不同動作，且2個動作所得分數相加再平均為該項得分。
如動作相同第2個動作扣2分。

【跳板動作難易度表】※以下動作是由助跑踏板彈起後實施之動作

第一類、直接上板					
01	垂直跳(4.0)	02	垂直跳轉180度(4.4)	03	垂直跳轉360度(5.0)
04	垂直跳轉540度(5.4)	05	垂直跳轉720度(5.8)	06	垂直跳轉900度(6.2)
07	團身前空翻(5.0)	08	團身前空翻轉體180度(5.4)	09	團身前空翻轉體360度(5.8)
10	屈體前空翻(5.4)	11	屈體前空翻轉體180度(5.8)	12	屈體前空翻轉體360度(6.2)
13	直體前空翻(5.8)	14	直體前空翻轉體180度(6.2)	15	直體前空翻轉體360度(6.6)
16		17	直體前空翻轉體540度(6.8)	18	直體前空翻轉體720度(7.0)
第二類、側翻內轉1/4上板					
01	垂直跳(4.4)	02	垂直跳轉180度(4.8)	03	垂直跳轉360度(5.4)
04	團身後空翻(5.4)	05	團身後空翻轉體180度(5.8)	06	團身後空翻轉體360度(6.2)
07	直體後空翻(6.2)	08	直體後空翻轉體180度(6.6)	09	直體後空翻轉體360度(7.0)
10		11	直體後空翻轉體540度(7.2)	12	直體後空翻轉體720度(7.4)

動作編號：如第1類、垂直跳(D起評分4.0分)動作編號為101；E起評分為10.0分

(三)小彈翻床規定動作：*請參閱(附件五)小彈翻床動作難易度表

(附件二)

二、國小低年級組規定動作

(一)地板規定動作：……………D起評分4.5分。(動作數量以黑框動作計算為8個)

- 側翻緊接側翻內轉 1/4 雙腿依次落地併腿站立 → 後滾翻 → 站立 →
(0.2分) (0.2分) (0.4分)
單腿後踢腿轉體 180 度緊接前滾翻 → 前滾翻成左右劈腿(向前趴下靜止 2 秒) →
(0.1分) (0.5分) (0.5分)
雙腿往後擺越成俯臥撐 → 蹲起 → 左右分腿跳接垂直跳轉 180 度 站立。
(0.2分) (0.3分) (0.3分)
- 俯平衡(靜止 2 秒) → 側翻緊接側翻外轉 1/4 前後腿落地 → 前滾翻緊接垂直跳轉 360 度
(0.5分) (0.2分) (0.2分) (0.4分) (0.5分)

- ※加分
- 「側翻內轉 1/4 雙腿依次落地併腿站立」 → 「側翻內轉 1/4」加 0.1 分。
 - 「後滾翻」 → 「直膝後滾翻」加 0.1 分、「直膝後滾翻倒立」加 0.2 分。
「直膝後滾翻倒立(靜止兩秒)」加 0.3 分。
 - 「180 度緊接前滾翻」 → 「倒立前滾翻」加 0.1 分。
「倒立(靜止兩秒)前滾翻」加 0.2 分。
 - 「前滾翻」 → 「魚躍前滾翻」加 0.1 分、「挺身魚躍前滾翻」加 0.2 分。

(二)跳板規定動作：

*跳板(彈簧數量可自行調整)

*成隊競賽_男女均要試跳 2 個不同動作，且 2 個動作所得分數相加再平均為該項得分。
如動作相同第 2 個動作扣 2 分。

【跳板動作難易度表】※以下動作是由助跑踏板彈起後實施之動作

第一類、直接上板					
01	垂直跳(4.0)	02	垂直跳轉 180 度(4.4)	03	垂直跳轉 360 度(5.0)
04	垂直跳轉 540 度(5.4)	05	垂直跳轉 720 度(5.8)	06	垂直跳轉 900 度(6.2)
07	團身前空翻(5.0)	08	團身前空翻轉體 180 度(5.4)	09	團身前空翻轉體 360 度(5.8)
10	屈體前空翻(5.4)	11	屈體前空翻轉體 180 度(5.8)	12	屈體前空翻轉體 360 度(6.2)
13	直體前空翻(5.8)	14	直體前空翻轉體 180 度(6.2)	15	直體前空翻轉體 360 度(6.6)
16		17	直體前空翻轉體 540 度(6.8)	18	直體前空翻轉體 720 度(7.0)
第二類、側翻內轉 1/4 上板					
01	垂直跳(4.4)	02	垂直跳轉 180 度(4.8)	03	垂直跳轉 360 度(5.4)
04	團身後空翻(5.4)	05	團身後空翻轉體 180 度(5.8)	06	團身後空翻轉體 360 度(6.2)
07	直體後空翻(6.2)	08	直體後空翻轉體 180 度(6.6)	09	直體後空翻轉體 360 度(7.0)
10		11	直體後空翻轉體 540 度(7.2)	12	直體後空翻轉體 720 度(7.4)

動作編號：如第 1 類、垂直跳 (D 起評分 4.0 分) 動作編號為 101；E 起評分為 10.0 分

(三)小彈翻床規定動作：*請參閱(附件五)小彈翻床動作難易度表

(附件三)

三、國小中年級組規定動作

(一)地板規定動作：……………D起評分4.5分。(動作數量以黑框動作計算為8個)

1. 側翻緊接側翻內轉 1/4 雙腿依次落地併腿站立 → 後滾翻 → 站立 →
(0.2分) (0.2分) (0.4分)
單腿後踢腿轉體 180度緊接前滾翻 → 前滾翻成左右劈腿(向前趴下靜止2秒) →
(0.1分) (0.5分) (0.5分)
雙腿往後擺越成俯臥撐 → 蹲起 → 左右分腿跳接垂直跳轉 180度 站立。
(0.2分) (0.3分) (0.3分)
2. 俯平衡(靜止2秒) → 側翻緊接側翻外轉 1/4 前後腿落地 → 前滾翻緊接垂直跳轉 360度
(0.5分) (0.2分) (0.2分) (0.4分) (0.5分)

- ※加分
1. 「側翻內轉 1/4 雙腿依次落地併腿站立」 → 「側翻內轉 1/4」加 0.1 分。
 2. 「後滾翻」 → 「直膝後滾翻」加 0.1 分、「直膝後滾翻倒立」加 0.2 分。
「直膝後滾翻倒立(靜止兩秒)」加 0.3 分。
 3. 「180度緊接前滾翻」 → 「倒立(靜止兩秒)前滾翻」加 0.1 分。
「倒立(靜止五秒)前滾翻」加 0.2 分。
 4. 「前滾翻」 → 「魚躍前滾翻」加 0.1 分、「挺身魚躍前滾翻」加 0.2 分。

(二)跳箱規定動作：

01	分腿騰越(1.0)	02	併腿蹲騰越(1.4)		
03	側翻(2.0)	04	側翻轉體 180度(2.4)	05	側翻轉體 360度(3.0)
06	前手翻(2.0)	07	前手轉體 180度(2.4)	08	前手轉體 360度(3.0)

*成隊競賽_男女要試跳 2 個不同動作，且 2 個動作所得分數相加再平均為該項得分。如動作相同第 2 個動作扣 2 分。

(三)小彈翻床規定動作：*請參閱(附件五)小彈翻床動作難易度表

(附件四)

四、國小高年級及國中組規定動作

(一)地板規定動作：……………D起評分4.5分。(動作數量以黑框動作計算為8個)

- 側翻緊接側翻內轉1/4 雙腿依次落地併腿站立→後滾翻→站立→
(0.2分) (0.2分) (0.4分)
單腿後踢腿轉體180度緊接倒立前滾翻→前滾翻成左右劈腿(向前趴下靜止2秒)→
(0.1分) (0.5分) (0.5分)
雙腿往後擺越成俯臥撐→蹲起→分腿屈體跳接垂直跳轉180度站立。
(0.2分) (0.3分) (0.3分)
- 俯平衡(靜止2秒)→側翻緊接側翻外轉1/4前後腿落地→前滾翻緊接垂直跳轉360度
(0.5分) (0.2分) (0.2分) (0.4分) (0.5分)

- ※加分
- 「側翻內轉1/4雙腿依次落地併腿站立」→「側翻內轉1/4」加0.1分。
 - 「後滾翻」→「直膝後滾翻」加0.1分、「直膝後滾翻倒立」加0.2分。
「直膝後滾翻倒立(靜止兩秒)」加0.3分。
 - 「倒立前滾翻」→「倒立(靜止兩秒)前滾翻」加0.1分。
「倒立(靜止五秒)前滾翻」加0.2分。
 - 「前滾翻」→「魚躍前滾翻」加0.1分、「挺身魚躍前滾翻」加0.2分。

***注意：**高年級以及國中組則需實施倒立前滾翻。

(0.5分)

(二)跳箱規定動作：

01	分腿騰越(1.0)	02	併腿蹲騰越(1.4)		
03	側翻(2.0)	04	側翻轉體180度(2.4)	05	側翻轉體360度(3.0)
06	前手翻(2.0)	07	前手轉體180度(2.4)	08	前手轉體360度(3.0)

*成隊競賽_男女要試跳2個不同動作，且2個動作所得分數相加再平均為該項得分。如動作相同第2個動作扣2分。

(三)小彈翻床規定動作：*請參閱(附件五)小彈翻床動作難易度表

(附件五)

五、小彈翻床動作難易度表

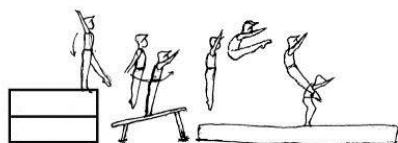
編號	01	02	03
1	團身跳(4.2)	分腿屈體跳(4.4)	併腿屈體跳(4.6)
2	垂直跳(4.0)	垂直跳轉體 180 度(4.4)	垂直跳轉體 360 度(5.0)
3	垂直跳轉體 540 度(5.4)	垂直跳轉體 720 度(5.8)	垂直跳轉體 900 度(6.2)
4	團身前空翻(5.0)	團身前空翻轉體 180 度(5.4)	團身前空翻轉體 360 度(5.8)
5	屈體前空翻(5.4)	屈體前空翻轉體 180 度(5.8)	屈體前空翻轉體 360 度(6.0)
6	直體前空翻(5.8)	直體前空翻轉體 180 度(6.2)	直體前空翻轉體 360 度(6.6)
7	團身前空翻 2 周(7.4)	直體前空翻轉體 540 度(6.8)	直體前空翻轉體 720 度(7.0)
8	向後垂直跳(4.0)	向後垂直跳轉體 180 度(4.4)	向後垂直跳轉體 360 度(5.0)
9	團身後空翻(5.2)	團身後空翻轉體 180 度(5.6)	團身後空翻轉體 360 度(6.0)
10	屈體後空翻(5.6)		
11	直體後空翻(6.0)	直體後空翻轉體 180 度(6.4)	直體後空翻轉體 360 度(6.8)
12	團身後空翻 2 周(7.6)	直體後空翻轉體 540 度(7.0)	直體後空翻轉體 720 度(7.2)

備註：

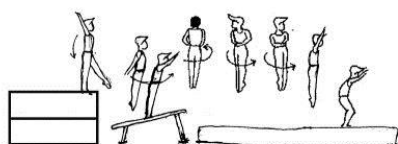
1. 取實施二次之不同動作相加平均分數為其最後得分，動作可任選(如動作相同第 2 個動作扣 2 分)。
2. 起跳台高度：學齡組、國小各組及國中組(各組別高度自行選擇 60cm~90cm 之間)
3. 向後系列動作允許手撐起跳台預彈 3 次再做動作(超過預彈次數則每次扣 0.3 分)，若預彈時停止未做動作則採 0 分計算。

圖例：

1. 併腿屈體跳(動作編號 103，D 起評分 4.6 分)



2. 垂直跳轉 360 度 (動作編號 203，D 起評分 5.0 分)



3. 團身前空翻 (動作編號 401，D 起評分 5.0 分)



(附件六)

107 年桃園市運動會-市長盃體操錦標賽報名表

單位：			
組別： (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學齡前男生組	<input type="checkbox"/> 學齡前女生組	
	<input type="checkbox"/> 國小低年級男生組	<input type="checkbox"/> 國小低年級女生組	
	<input type="checkbox"/> 國小中年級男生組	<input type="checkbox"/> 國小中年級女生組	
	<input type="checkbox"/> 國小高年級男生組	<input type="checkbox"/> 國小高年級女生組	
	<input type="checkbox"/> 國中男生組	<input type="checkbox"/> 國中女生組	
領隊：		管理：	
教練：		教練：	

編號	姓名	身分證號	出生年月日	就讀年級	備註
一					
二					
三					
四					
五					

1. 務必填上身份證字號以利大會投保選手特定活動險，請參賽單位自行加保旅平險。
2. 若報名成隊請於備註欄註明(成隊或填 A)個人參賽請於備註欄註明(個人或填 B)。
3. 同一單位組別若有兩隊則**成隊成績取 A 隊**，學齡前組不在此限。
4. 每一組別請填寫一張，若有兩組請填寫兩張報名表。
5. 請各參賽單位午餐及保險自理。
6. 表格不夠請自行調整。