**108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：同安國小、新街國小、文華國小、武漢國小、長庚國小、治平高中

國立體育大學、桃園市高中小學家長會長協會

陸、比賽日期：108年6月8日（星期六）

柒、比賽地點：桃園市同安國小活動中心(地址：桃園市桃園區同德11街48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)報名日期自即日起至108年4月30日止。

(二)比賽報名費：**依各單位報名參賽「人數」計算一個人400元**，報名後未參賽仍需

繳交100元行政費用，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)各參賽單位請自行保險，**報名費不含供餐，請各參賽單位自理。**

(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：108年6月8日(星期六)早上8點至8點30分於比賽場地報到時繳交

參賽報名費並領取比賽秩序冊。

拾貳、領隊教練會議及抽籤：108年6月8日(星期六)早上8點30分於比賽場地召開會

議；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」至少需有三人才有成隊資格最多五人為限。

二、各組別最多只能派一隊成隊下場比賽，若組別人數超過五人以上則第六、

七、八人皆得報名個人組以此類推。學齡組同單位報名參賽隊數不受此限制。

三、各參賽單位隊職員規範，請填寫領隊一名、管理一名、教練至多二名，不

同組別管理及教練可填寫不同人。

第三條：成績計分及名次判定方式

1. 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(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2隊或以上，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。(同單位同組別若有2隊或以上，則同單位只能入取最優前兩名選手)。**

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3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：**(所有項目之比賽器材依比賽現場器材為主)**。

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。

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頒獎。

1. 各單項競賽及全能成績取前八名，由體操委員會頒發前三名獎牌獎狀。四

至八名頒發獎狀。

1. 工作人員、指導人員敘獎：依「**桃園市市立各級學校及幼兒園教職員獎懲要點**」辦理。
2. 獲獎選手市府獎狀發給原則：參加各競賽組別達三隊(人)者，獎第一名；達四隊(人)者，獎前二名；達五隊(人)以上者，獎前三名。

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)

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」→「倒立前滾翻」加0.1分。

 「倒立(靜止兩秒)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)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)

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)

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.「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。

 4.「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)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)

|  |
| --- |
| 108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) | □學齡前男生組 | □學齡前女生組 |
| □國小低年級男生組 | □國小低年級女生組 |
| □國小中年級男生組 | □國小中年級女生組 |
| □國小高年級男生組 | □國小高年級女生組 |
| □國中男生組 | □國中女生組 |
| 領 隊： |  | 管 理： |  |
| 教 練： |  | 教 練： |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 姓名 | 出生年月日 | 就讀年級 | 備註 |
| 一 |  |  |  |  |
| 二 |  |  |  |  |
| 三 |  |  |  |  |
| 四 |  |  |  |  |
| 五 |  |  |  |  |

1. 若報名成隊請於備註欄註明(成隊)個人參賽請於備註欄註明(個人)。
2. 同一單位組別若有兩隊則依報名時備註欄填寫之成隊為主，學齡前組不在此限。
3. 每一組別請填寫一張，若有兩組請填寫兩張報名表。
4. 請各參賽單位午餐及保險自理。
5. 表格不夠請自行調整。