



中國香港體操總會 主辦 康樂及文化事務署 資助

## 第十三屆全港藝術體操分齡比賽

### 比賽章程

- 目的** : 推動香港藝術體操之發展，提供更多比賽機會給各運動員，藉此提高香港藝術體操之水準。
- 性質** : 個人單項、個人全能、集體及團體比賽
- 日期及地點** : (1) 二零零六年二月十二日上午九時正至晚上七時正  
蕙荃體育館 (新秀 A 組及 B 組)  
(2) 二零零六年二月十九日上午九時正至晚上七時正  
蕙荃體育館 (初、中、高級組及集體組)
- 報名方法** : 不同組別之運動員，必須分開兩張報名表格報名，並連同回郵信封及劃線支票，抬頭「中國香港體操總會」，郵寄或遞交銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1002 室- 中國香港體操總會收。
- 報名費用** : 個人組- 每項 50 元正  
集體組- 每組 100 元正  
團體組- 每隊 200 元正(但必須參加個人項目)
- 截止報名日期** : 二零零六年一月十六日(星期一)，以郵戳為準
- 領隊/教練會議** : 二零零六年一月二十四日(星期二)，晚上七時正至八時三十分  
北河街體育館六樓會議室 (請各參賽單位必須派員出席)，屆時必須遞交參賽者的難度價值表及藝術價值表，否則，運動員的比賽資格會被取消。而賽程表在抽籤後一星期，可在本會網頁 (<http://www.gahk.org.hk>)查看。

組別	年齡規限	單項一		單項二	
1. 個人項目					
A 新秀 A 組 新秀 B 組	初級組 1996 年 1 月 1 日或以後出生者 高級組 1995 年 12 月 31 日或以前出生者	徒手 (規定套路)		繩操 (規定套路)	
B 初級組	1995 年 1 月 1 日或以後出生者	圈操		球操	
C 中級組	1992 年 1 月 1 日至 1994 年 12 月 31 日出生者	繩操	圈操	棒操	帶操
D 高級組	1991 年 12 月 31 日或以前出生者	繩操	球操	棒操	帶操
2. 集體項目		五人(球操)			
	初級組 1993 年 1 月 1 日或以後出生者 高級組 年齡不限	五人(帶操)			

\*凡報名人數超過 24 位，必須進行預賽，獲排列前 12 名者均合資格進入決賽。

## (一) 規 限：

### 1. 競賽辦法

A) 團體賽 (每間學校/團體只能在每組派出一隊參加比賽，而該單位必須是政府註冊。此外，參加比賽套路的數量必需符合每組的要求。)

新秀A組：每隊由 3 名運動員組成，每名運動員要完成 1-2 套動作，將團體運動員所完成的 2 套最佳得分之徒手及 2 套最佳得分之繩操相加，來決定團體名次。

新秀B組：每隊由 3 名運動員組成，每名運動員要完成 1-2 套動作，將團體運動員所完成的 2 套最佳得分之徒手及 2 套最佳得分之繩操相加，來決定團體名次。

初級組：每隊由 3 名運動員組成，每名運動員要完成 1-2 套動作，將團體運動員所完成的 2 套球操及 2 套圈操之最佳得分相加，來決定團體名次。

中級組：每隊由 3-4 名運動員組成，每名運動員要完成 1-4 套動作，每個團體必須由不同運動員用每項器械完成 2 套動作，總計 8 套動作，將團體運動員所完成的 6 個最佳得分相加，來決定團體名次。

高級組：每隊由 3-4 名運動員組成，每名運動員要完成 1-4 套動作。每個團體必須由不同運動員用每項器械完成 2 套動作，總計 8 套動作，將團體運動員所完成的 6 個最佳得分相加，來決定團體名次。

B) 個人全能賽

中級組及高級組：用指定的器械完成 4 套動作，並將 4 套動作的得分相加來排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者。

C) 個人單項比賽

比賽中獲得各單項前 8 名運動員排列名次，取得最高分的運動員為獲勝者。

D) 集體項目比賽

比賽中獲得前 3 名隊伍排列名次，取得最高分的運動員為獲勝隊伍。

2. 每位參加者不可以同時參加多於一個組別的賽事(集體組不計算在內)。

3. 每位參加者可以選擇參加所屬組別至少一項的比賽套路。

4. 凡未曾在任何分齡賽獲得徒手操及繩操規定套路冠、亞、季軍者，可參加新秀組。(若運動員獲得以上其中一項冠、亞、季軍，則只許參加其他組別，不能參加新秀組。)

5. 參加者必須自備音樂(徒手及繩操規定套路除外)，音樂帶必須是 type 1。在音樂開始前允許錄一個聲響信號，每套動作必須使用不同的錄音帶或 CD\*。音樂只允許在一面而且是在錄音帶或 CD 的開始部分。錄音帶或 CD 上應該作下列標記：

- A) 運動員姓名、編號及組別
- B) 學校或團體名稱
- C) 所使用器械的符號
- D) 音樂的時間長度

缺少以上一項，將由助理裁判員扣 0.50 分。

\* 本會鼓勵各參賽者使用 CD，但請多預備錄音帶作後備。

6. 器械規則：

A) 個人項目：

初級組、中級組及高級組 - 按 2005-2008 年度國際規則為標準

\* 初級組 - 圈：直徑 60 – 90 厘米

- 球：直徑 16 – 20 厘米，重量至少 300 克

B) 集體項目：

初級組、高級組 - 按 2005-2008 年度國際規則為標準

對於使用不符合規定的器械，將由助理裁判員扣 0.30 分。

(二)獎項：

1. 團體賽及集體項目比賽：各設冠、亞、季軍，得獎者可獲獎杯一座及獎牌。
2. 全能賽：中、高級組設冠、亞、季軍，得獎者可獲獎杯一座及獲證書乙張，其他五名最佳成績之運動員也獲頒優異證書乙張。
3. 個人單項比賽：每組各設冠、亞、季軍，得獎者可獲獎牌一枚及獲證書乙張，其他五名最佳成績之運動員也獲頒優異證書乙張。

備註：所有團體賽、個人全能賽、個人單項比賽及集體項目比賽，運動員只需比賽乙次，得分最高者或隊為勝。

(三)出場次序：各參賽運動員及隊伍之出場次序均由大會抽籤決定。

查詢：請於辦公時間內致電 2504 8233 與中國香港體操總會職員聯絡。

備註：

1. 如有需要，本會將有權改章程而不另行通知。
2. 報名表格歡迎自行影印。
3. 一經取錄，所有報名費用概不發還。如比賽滿額或取消，本會將退還報名費。
4. 請在報名表格附上回郵信封，以便寄出收據。
5. 有關比賽資料(如程序表、運動員編號及出場次序等)將於比賽前於本會網頁刊登，敬請留意。

#### (四)評分標準：

##### 甲、個人項目

##### 1. 時間

- 新秀 A 組及 B 組- 按規定動作套路之時間
- 初級組、中級組、高級組 – 1 分 15 秒至 1 分 30 秒
- 少於或超過規定的時間，由助理裁判員每秒扣 0.05 分。

##### 2. 徒手及器械規定動作套路

運動員請參考錄影帶的套路進行，凡(1)動作輕微錯誤每次扣 0.10 分，顯著錯誤每次扣 0.20 分，嚴重錯誤每次扣 0.30 分；(2)沒有以下的身體動作，則每個扣 0.50 分；(3)附加動作、代替沒有分值動作、動作方向或路線錯誤每次扣 0.10 分；(4)動作與音樂不配合、器械動作欠熟練、動作欠幅度，以整套計算，每項扣 0.10 分至 0.5.分。

\*所有規定套路之難度動作可用左或右腿進行，不會扣分。

新秀 A 組徒手規定套路			新秀 B 組 徒手規定套路		
A	跳	- 小貓跳 - 垂直跳轉 180 度	A	跳	- 追步加小貓跳 - 追步加小跨跳 135 度 - 蹲腿跳 - 垂直跳轉 180 度
B	平衡	- 阿拉貝斯 45 度 - 自由腿向側 45 度	B	平衡	- 阿拉貝斯 45 度 - 側轉後腿 45 度接阿拉貝斯 45 度
C	轉體	- 踏轉 360 度 - 巴塞旋轉 360 度	C	轉體	- 踏轉 360 度 - 巴塞旋轉 360 度
D	波浪/ 柔韌	- 手波浪 - 體前屈分腿坐 - 全身波浪	D	波浪/ 柔韌	- 手波浪 - 全身波浪 - 側波浪 - 前劈叉
E	舞蹈步	- 小跑、樸克步、踏跳步	E	技巧動作	- 後滾翻
			F	舞蹈步	- 小跑 - 樸克步 - 華爾茲

新秀組 繩操規定套路		
	身體動作	器械
跳	小跳	過繩小跳
	小跳轉體 (每次 180 度)	過繩小跳
	并步	側「8」字
	貓跳	拋接
	鹿跳	轉動繩
	小跨跳 (不少於 135 度)	過繩跳
轉	踏轉 360 度	帆
	巴塞 360 度	轉動繩
平衡	單膝支撐前腿位於水平部位	轉動繩
	巴塞	拋接繩一端
	有幫助側劈腿	轉動繩
柔韌	前劈腿向側滾動 360 度	運用繩

### 3. 難度價值

A) 每套動作的難度價值最多 18 個，價值 10 分。身體難度的總價值是由器械規定身體動作組動作（至少 6 個）的價值和其他組任意動作（每組最多 2 個）價值相加而得。

B) 各項具有難度的規定的身體動作組

繩	圈	球	棒	帶
大跳	四組 (跳、轉體、平衡、 柔韌和波浪)	柔韌和波浪	平衡	轉體

\*圈操中 4 個基本身體動作組必須均衡使用，任何一組動作的使用不能超過其他任何組動作 2 個額外的難度。

C) 如果在表格中，難度超過 18 個：-0.5 分。只有前面 18 個難度給予評分。表中如果規定的身體動作組動作少於 6 個：-0.5 分。表格中非規定的身體動作組動作多於 2 個：-0.5 分(每組)。只評判表格前面 2 個難度。圈：沒有均衡使用各身體動作組難度動作：-0.5 分。只有不超過其他組兩個難度的一組身體難度，符合規則且列在正式表格中才被計算。

D) 初級、中級及高級組運動員必須用書面形式預先提交難度的順序，並且使用正式表格及相應符號，於領隊/教練會議時遞交。否則，運動員的比賽資格會被取消。

E) 難度分值：

μA 難度= 0.10

μB 難度= 0.20

μC 難度= 0.30

μD 難度= 0.40

μE 難度= 0.50

μ 每升一級難度加 0.10，如此類推

μ 每個難度只能計算一次，因此，重複的難度動作不予計算。除非在一些特別的情況下涉及到一組連續的各種身體動作組。

### 4. 藝術價值

藝術價值最多為 10.00 分

A) 音樂 1.00 分

B) 舞蹈 9.00 分 (包括基本編排 2.00 分，特殊藝術特性 7.00 分)

5. 完成評價

起評分為 10.00 分，對每個錯誤動作每次扣完成分。

6. 計分方法：

新秀組：最高得分 10 分。

初級組，中級組及高級組：技術分 10 分，完成分 10 分，藝術分 10 分。

$$\frac{\text{技術分 10 分} + \text{藝術分 10 分} + \text{完成分 10 分}}{2} = \text{最高得分 20 分}$$

乙、集體項目

1. 時間：

2 分 15 秒至 2 分 30 秒

少於或超過規定的時間，由助理裁判員每秒扣 0.05 分。

2. 服裝

體操服必須一致(面樣、樣式及圖案)，全隊 5 名運動員服裝的顏色要一致，違反上述規定由助理裁判員扣 0.50 分。

3. 難度價值

A) 每套動作的技術價值是由 18 個最高價值的難度來決定，如果在表格中，難度超過 18 個扣 0.5 分。只有前面 18 個難度給予評分。此外，至少要有 6 個交換難度動作，如果表格中缺少 1 個或 1 個以上交換難度扣 0.5 分。

B) 難度價值

無交換的難度價值

μA= 0.10 分

μB= 0.20 分

μC= 0.30 分

μD= 0.40 分

μE= 0.50 分

μ 每升一級難度加 0.10，如此類推

μ 每個難度只能計算一次，因此，重複的難度動作不予計算。除非在一些特別的情況下涉及到一組連續的各種身體動作組。

### 器械交換難度

μA 難度交換= 0.30 分 (A 難度 0.10 分+交換難度 0.20 分)

μB 難度交換= 0.40 分 (B 難度 0.20 分+交換難度 0.20 分)

μC 難度交換= 0.50 分 (C 難度 0.30 分+交換難度 0.20 分)

μD 難度交換= 0.60 分 (D 難度 0.40 分+交換難度 0.20 分)

μE 難度交換= 0.70 分 (E 難度 0.50 分+交換難度 0.20 分)

μ 每升一級難度加 0.10，如此類推

當一個難度動作不是由 5 名運動員完成時，則不算作難度。5 名運動員所完成的難度動作可以是同一水平同一類型，或者是不同水平不同類型。然而，要以其中一名運動員所完成的最容易的難度來決定其集體的難度價值。

#### 4. 藝術價值

藝術價值最多為 10.00 分

A) 音樂 1.00

B) 舞蹈 9.00 (包括基本編排 2.00 分，特殊藝術特性 7.00 分)

#### 5. 完成價值

起評分爲 10.00 分。按錯誤的程序每次扣 0.10 至 0.50 分數。

#### 6. 計分方法：

完成 10 分 +  $\frac{(\text{技術值 10 分} + \text{藝術值 10 分})}{2}$  = 最高得分 20 分

2

備註：個人項目初、中、高級及集體項目均採用 2005-2008 年國際體聯頒發的國際藝術體操規則，請參閱附件。