

# 令和7年度 岐阜県体操競技選手権大会 競技規則

## 【3部】

### I. 競技方法

1. 男女一緒に実施する。
2. 選手の能力に相応して、3部A・3部B・3部Cと分ける。
3. 全ての部で、2種目の平均点に応じて表彰する。
4. 全ての部で、マット、跳び箱の2種目で実施する。

### II. 採点の基本方針

1. 技の難度にとらわれることなく、演技実施を重視した評価をする。
2. 演技が美しくのびのびと正しく行われているか、その演技実施の習熟度を評価する。
3. 演技の良い部分に対しては、積極的に加点する。

### III. 演技の採点

#### 第1条 演技の原則

1. 演技内容は選手の能力に相応していなければならない。
2. 演技は理にかなったやり方で、美しくのびのびと実施されなければならない。

#### 第2条 マットの得点の構成および価値部分の要求

1. マットの演技は、次の配点により構成される。

a) 価値部分	3.00
b) 演技実施	6.00
c) 加点	1.00

可能な最高得点 10.00

2. 価値部分の要求

・価値部分で最高点を得るために、次の要求を満たさなければならない。

6つの価値部分 (1つの価値部分につき  $0.50 \times 6$  部分 = 3.00)

・以下の技や要素で、価値部分を満たすこと。

3部C 前転、後転、開脚前転、開脚後転、伸膝前転、伸膝後転、倒立前転、側方倒立回転  
背倒立、頭倒立、倒立（もどってもよい）、カエルバランス  
スキップ、ツーステップ、全てのジャンプ技、全てのバランス技、  
全ての柔軟技（開脚前屈、ブリッジ等も含む）

3部B 3部Cの技や要素に加えて、

後転倒立、倒立ひねり、脚前拳、開脚前拳、全てのシンピ倒立、全ての力技  
男子採点規則のグループIに記載がある技

前方倒立回転、後方倒立回転、前転とび、前とび前転、ロンダート、後転とび（バク転）

3部A 3部Bの技や要素に加えて、

ひねりの伴わない前方宙返り（かかえ込み、屈伸、伸身）

ひねりの伴わない後方宙返り（かかえ込み、屈伸、伸身）

・記載のない技や要素を行った場合、1回につき0.50の減点とする。

### 第3条 マットの演技の構成要素

#### 1. 価値部分と繰り返しの認定

- ・同一技は2回（1回の繰り返し）まで価値部分として認める。
- ・同一技が3回以上実施された場合は、3回目からは価値部分として認定しない。  
繰り返しの減点はしないが、実施減点はあり得る。
- ・難度表の同一番号の技であっても、姿勢などが異なるものは別の技とする。

#### 2. 演技は、1往復半以内で行うこととする。超えた場合は、0.20の減点とする。

### 第4条 マットの加点

優れた実施に対して1.00まで加点を与えることができる。

a) 様々な要素の美しい姿勢や表現に対して

- ・つま先、膝、腕や頭の保ち方、体線、つま先立ち等

b) 雄大性のある実施に対して

c) のびのびとした勢いのある実施に対して

d) 着地が止まることに対して

e) 開始や演技終了後のポーズがしっかり行われていることに対して

## 第5条 跳び箱の採点

1. 以下のとび方から選ぶこと。すべてのとび方の基礎点を9.00とする。

3部C…両足で踏み切って台上に乗り着地マットにとびおりる、開脚とび、台上前転

3部B…開脚とび、閉脚とび（かかえ込みとび）、台上前転、首はねとび、頭はねとび、  
前方倒立回転とび

3部A…頭はねとび、前方倒立回転とび、側方倒立回転とび

2. 3助走2跳躍とし、高い方の得点を決定点として採用する。

3. 加点

優れた実施に対して1.00まで加点を与えることができる。

a) 美しい姿勢の実施に対して

b) スピード感のある実施に対して

c) 突き放しのある雄大な跳越に対して

d) 着地が止まることに対して

e) 開始や演技終了後のポーズがしっかり行われていることに対して

## 第6条 演技実施（欠点と減点）

小欠点 0.1

中欠点 0.2

大欠点（落下、転倒） 0.3

## IV. 補足

1. この適用規則に記述されていない事項に関しては、現行の採点規則（日本体操協会）に準ずる。

2. 事故防止と選手の精神的援助のため、跳び箱において2名までの補助者が立つことが許される。

また、ソフトマットの使用も許される。

しかしながら、演技内容は選手の能力に相応していなければならない。

3. 選手の服装は、男子はランニングシャツ、短パン、長パン、女子はレオタード等、採点規則に則った服装以外に、クラブTシャツや学校の体操服、体操ズボンでの参加も認める。

4. 3部のみで参加する団体は、団体として岐阜県の登録していなくてもよい。

5. 2種目の平均点が9.0以上の選手には金賞、8.0以上9.0未満の選手には銀賞、7.0以上8.0未満の選手に

は銅賞とし、表彰する。また、2種目の得点と平均点、賞を記した賞状を、参加選手全員に配布する。

# 令和7年度 岐阜県体操競技選手権大会 競技規則

## 【2部】

### I. 競技方法

1. 男女別で実施する。
2. 男子、女子ともに、それぞれの学年別で、個人総合競技と種目別競技とする。
3. 男子は全ての学年で、マット、跳び箱及び跳馬、鉄棒の3種目で実施する。  
女子は全ての学年で、跳び箱及び跳馬、平均台、マットの3種目で実施する。

### II. 採点の基本方針

1. 技の難度にとらわれることなく、演技実施を重視した評価をする。
2. 演技が美しくのびのびと正しく行われているか、その演技実施の習熟度を評価する。
3. 演技の良い部分に対しては、積極的に加点する。

### III. 演技の採点

#### 第1条 演技の原則

1. 演技内容は選手の能力に相応していなければならない。
2. 演技は理にかなったやり方で、美しくのびのびと実施されなければならない。

#### 第2条 得点の構成および価値部分の要求

1. マット、鉄棒、平均台の演技は、次の配点により構成される。

a) 価値部分	3.00
b) 演技実施	6.00
c) 加点	1.00

可能な最高得点 10.00

2. 価値部分の要求

・価値部分で最高点を得るために、次の要求を満たさなければならない。

6つの価値部分 (1つの価値部分につき  $0.50 \times 6$  部分 = 3.00)

- ・男子は、採点規則集に記載されていない技も、価値部分として認める

マット：前転、後転、開脚前転、開脚後転、側方倒立回転、ロンダート 等

鉄棒：逆上がり、足かけ上がり、懸垂振り出し、飛行機とびおり 等

- ・女子は、採点規則集に記載されていない以下の技を、価値部分として認める。

平均台：前転、後転、伸身ジャンプ、かかえ込みジャンプ、水平バランス、

Y字バランス、転回下り、ロンダート下り

マット：倒立前転、後転倒立、前方倒立回転、後方倒立回転、側方倒立回転

伸身ジャンプ、かかえ込みジャンプ

### 第3条 演技の構成要素

#### 1. 価値部分と繰り返しの認定

- ・同一技は1回まで価値部分として認める。
- ・同一技が2回以上実施された場合は、2回目からは価値部分として認定しない。  
繰り返しの減点はしないが、実施減点はあり得る。
- ・難度表の同一番号の技であっても、姿勢などが異なるものは別の技とする。

#### 2. 実施される価値部分は、以下の要素を満たすこと。満たさない場合は、それぞれ以下の減点とする。

##### 男子

###### a) マット

- ・倒立、バランス技、柔軟性を表現する技、回転系の技（1要素につき0.20）
- ・1往復半以内で演技を行うこと（0.20）

###### b) 鉄棒

- ・懸垂振動技、鉄棒に近い技、終末技（1要素につき0.20）

##### 女子

###### a) 平均台

- ・ダンス系の要素2部分、アクロバット系の要素4部分（1要素につき0.20）
- ・1往復以内で演技を行うこと（0.20）

###### b) マット

- ・ダンス系の要素2部分、アクロバット系の要素4部分（1要素につき0.20）
- ・1往復半以内で演技を行うこと（0.20）

#### 第4条 加点

マット、鉄棒、平均台の演技で、優れた実施に対して1.00まで加点を与えることができる。

- a) 様々な要素の美しい姿勢や表現に対して
  - ・つま先、膝、腕や頭の保ち方、体線、つま先立ち等
- b) 雄大性のある実施に対して
- c) のびのびとした勢いのある実施に対して
- d) 着地が止まることに対して
- e) 開始や演技終了後のポーズがしっかり行われていることに対して

#### 第5条 跳び箱・跳馬の採点

1. すべてのとび方の基礎点を9.00とする。
2. 男子は2助走1跳躍とする。

女子は2助走2跳躍とし、高い方の得点を決定点として採用する。

#### 3. 加点

優れた実施に対して1.00まで加点を与えることができる。

- a) 美しい姿勢の実施に対して
- b) スピード感のある実施に対して
- c) 突き放しのある雄大な跳越に対して
- d) 着地が止まることに対して
- e) 開始や演技終了後のポーズがしっかり行われていることに対して

#### 第6条 演技実施（欠点と減点）

小欠点 0.1

中欠点 0.2

大欠点（落下、転倒） 0.3

#### IV. 補足

1. この適用規則に記述されていない事項に関しては、現行の採点規則（日本体操協会）に準ずる。
2. 事故防止と選手の精神的援助のため、マットを除く種目において2名までの補助者が立つことが許される。

また、ソフトマットの使用も許される。

しかしながら、演技内容は選手の能力に相応していなければならない。

3. 選手は、男子はランニングシャツと、短パンや長パン、女子はレオタード等、採点規則に則った服装で演技を行う。

# 令和7年度 岐阜県体操競技選手権大会 競技規則

## 【1部】

### I. 競技方法

1. 男女別で実施する。男子、女子ともに、以下の部門別とする。  
小学生低学年の部（1～3年生）、小学生高学年の部（4～6年生）  
中学生の部、高校生の部
2. 男子、女子ともに、それぞれの部門別で、個人総合競技と種目別競技とする。
3. 男子は全ての部で、6種目で実施する。  
女子は全ての部で、4種目で実施する。

### II. 採点の基本方針

1. 技の難度にとらわれることなく、演技実施を重視した評価をする。
2. 演技が美しくのびのびと正しく行われているか、その演技実施の習熟度を評価する。
3. 演技の良い部分に対しては、積極的に加点する。

### III. 演技の採点

#### 第1条 演技の原則

1. 演技内容は選手の能力に相応していなければならない。
2. 演技は理にかなったやり方で、美しくのびのびと実施されなければならない。

#### 第2条 得点の構成および価値部分の要求

各部に応じて、以下のように規則を採用する。

##### ○小学生低学年（1～3年生）男子の部、小学生高学年（4～6年生）男子の部

- ・公財）日本体操協会制定 2025年版体操競技男子採点規則及び2025年版全国ブロック選抜U-12男子適用規則を一部変更して採用する。

<特別要求・ND（ニュートラルディダクション）>

低学年の部はゆかとあん馬の2種目において、高学年の部はゆか、あん馬、つり輪、平行棒の4種目

において、以下の技を特別要求（種目特有の要求）として演技構成に入れること。要求を満たさない場合は各々0.30のNDとする。なお、カウントされる6技に含まれる必要はなく、大過失で難度認定されなかった場合でも実施していれば認める。ただし倒立静止においては静止が認められなければならない。

また、種目特有のNDも以下のように採用する。

- ゆか
  - ・倒立静止（ND 0.30）
  - ・ロンダート～後転とび～後方宙返り系の技（ND 0.30）
  - ・片足平均立ち（ND 0.30）
  - ・フロアエリア全体を使用（2つの対角線上（2ライン）で実施）する（ND 0.30）
  - ・同じ対角線の連続使用は2回まで（ND0.30）
  - ・ライン減点（各々 ND 0.10 or 0.30）
  - ・タイム減点（ND 0.10 or 0.30 or 0.50）
- あん馬
  - ・交差技（ND 0.30）
  - ・旋回技（ND 0.30）
- つり輪
  - ・倒立静止技（高学年の部のみ）
  - ・背面水平懸垂または正面水平懸垂（高学年の部のみ）
- 跳馬
  - ・ウォームアップの跳越は、最大2本まで（ND 0.30）
  - ・ライン減点（各々ND 0.10 or 0.30）
- 平行棒
  - ・倒立静止（高学年の部のみ）
- 鉄棒
  - ・なし

・以下の技は、要求しない。実施しない場合や不認定となった場合のNDは、なしとする。

ゆか … 2回宙返り技

つり輪 …倒立静止技（低学年の部のみ）

背面水平懸垂または正面水平懸垂（低学年の部のみ）

振動倒立静止技

平行棒 …倒立静止（低学年の部のみ）

・短い演技（技数不足）に対するND等、一般条項に関するNDは、規則通り採用する。

・跳馬の高さは、低学年の部は110cm、高学年の部は120cmとする。

・つり輪、鉄棒は、ウレタンマットで高さ調整を行う。必用に応じて追加マットの使用を可とする。

・平行棒において、ウレタンマットの使用を可とする。（低学年の部のみ）

### ○中学生男子の部

- ・公財) 日本体操協会制定 2025 年版体操競技男子採点規則及び 2025 年版中学校男子適用規則 (U-15)を採用する。

### ○高校生男子の部

- ・公財) 日本体操協会制定 2025 年版体操競技男子採点規則及び 2025 年版高等学校男子適用規則を採用する。

### ○小学生低学年(1~3 年生)女子の部

- ・公財) 日本体操協会制定 2025 年版体操競技女子採点規則及び変更規則 II を一部変更

<構成要求>

一段違い平行棒

1. 低棒と高棒で少なくとも 1 つ以上の技を実施 (開始技と終末技は除く)
2. 後ろ振り上げ倒立 (閉脚)

—平均台 変更なし

—ゆか 変更なし

### ○小学生高学年(4・5・6 年生)女子の部

- ・公財) 日本体操協会制定 2025 年版体操競技女子採点規則及び変更規則 II を採用

### ○中学生女子の部、高校生女子の部

- ・公財) 日本体操協会制定 2025 年版体操競技女子採点規則及び変更規則 I を採用

## IV. 補足

1. この適用規則に記述されていない事項に関しては、現行の採点規則 (日本体操協会) に準ずる。
2. 選手は、男子はランニングシャツと、短パンや長パン、女子はレオタード等、採点規則に則った服装で演技を行う。