

# 中華民國體操協會 韻律體操 國小中、低年級組 自訂辦法

109 年 5 月 25 日修訂

## 個人項目

### ★ 國小低年級組

#### 1. 各項目難度要求：

難度要素與 手具技術動作組合	身體難度	韻律步伐組合	動力性轉動	手具難度
符號	BD 最少 3 個 計最高分 6 個	S 最少 3 組	R 最多 3 個	AD 不限
身體難度組	跳 / 躍 最少 1 個 平衡 最少 1 個 旋轉 最少 1 個			

#### 2. 徒手難度特別要求：

動作	說明	符號	基本 分值	難度 扣分 <b>0.30</b>
BD	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 身體難度可增加非慣用邊（左或右）實施，算一個身體難度。</li> <li>● 每個身體難度分值無限制。</li> <li>● 依據該身體難度分值計算，無連接加分。 如：<math>(\underline{F} \underline{F}) = 0.20 + 0.20 = 0.40</math> <math>(\underline{F} \underline{\overline{F}}) = 0.20 + 0.00 = 0.20</math></li> <li>● 左右邊身體難度連接實施可有中間步。 如：起落同腳之單腳起跳跳躍、雙腳起跳跳躍、單腳支撐平衡、單腳支撐旋轉可有 1 步；起落不同腳之單腳起跳跳躍可有 2 步（跳躍落地腳不算 1 步，雙腳起跳視為 1 步，旋轉之自由腿落地不算 1 步）。 <span style="color: red;">下 更換左右腳時，僅能踩 1 步，不得以手再支撐。</span></li> <li>● 上述難度實施時，若兩個難度皆成功，或第一個難度成功，但過程中斷，則僅能計算第一個難度分值，如：<math>(\underline{F} \wedge \underline{F}) = 0.20</math>、<math>(\underline{F} \wedge \underline{\overline{F}}) = 0.20</math>。若第二個難度成功，但過程中斷，則難度不計，如：<math>(\underline{\overline{F}} \wedge \underline{F}) = 0.00</math>。</li> </ul>	依照 FIG 規定		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 每缺少 1 個身體要素</li> <li>● 少於 3 個身體難度</li> </ul>
S	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 各項規定與說明同 FIG。</li> </ul>	依照 FIG 規定		少於 3 組 韻律步伐組合
R	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 每一串最少 2 個轉動，最多 3 個轉動，每一個轉動為 360 度，未滿 2 圈不計分。</li> <li>● 不得重複相同的轉動。</li> <li>● 可結合改變軸心或空間變化之轉動，每一串不論「改變軸心」或 / 和「空間變化」，僅給予一次 <math>\overline{\overline{\quad}}</math>。</li> </ul>	$R2 = 0.20$ $R3 = 0.30$ $R2 \overline{\overline{\quad}} = 0.30$ $R3 \overline{\overline{\quad}} = 0.40$		多於 3 個 動力性轉動
身體 波浪	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 每一整套最少 2 個波浪，其中 1 個是站姿，另 1 個是低姿（含膝支撐）或側波浪。</li> <li>● 可單獨或結合 S 實施。</li> <li>● 不得重複相同的波浪。</li> <li>● 具空間變化的波浪，以起始位置計算站姿或低姿。</li> </ul>	$\overline{\overline{S}}$ 站姿 $\overline{\overline{S} \overline{\overline{S}}}$ 低姿 $\overline{\overline{S} \overline{\overline{S}}}$ 側波浪	0.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 少於 1 個站姿波浪。</li> <li>● 少於 1 個低姿波浪或側波浪。（少於 2 個波浪由藝術裁判扣分。）</li> </ul>

- 徒手項目第一難度小組（D1/D2）負責身體難度、韻律步伐組合，第二難度小組（D3/D4）負責動力性轉動、身體波浪。



## 團隊項目

### ★ 5 徒手：適用於國小中年級組、國小低年級組

#### 1. 難度要求：

難度要素 與手具技術 動作組合	無交換難度： 身體難度	韻律步伐 組合	動力性轉動	協作	身體波浪
符號	BD 最多 6 個 (其中 3 個 BD，必 須由 5 名選手同時完 成同一個難度)	S 最少 3 組	R 最多 1 個	C 最少 6 個	<u>S</u> <u>S</u> <u>S</u> <u>I</u> 最少 2 個
身體難度組	跳 / 躍 最少 1 個 平衡 最少 1 個 旋轉 最少 1 個				

動作	說明	符號	基本 分值	難度 扣分 <b>0.30</b>
BD	● 請參照國小低年級組個人項目。	依照 FIG 規定		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 多於 6 個身體難度</li> <li>● 每缺少 1 個身體要素</li> <li>● 5 名選手少於 3 個相同的身體難度</li> <li>● 每 1 個身體難度，未同時執行（或未快速依序；非小組）。</li> </ul>
S	● 各項規定與說明同 FIG。	依照 FIG 規定		少於 3 組韻律步伐組合
R	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 請參照國小低年級組個人項目。</li> <li>● 每名選手須實施相同動作。</li> </ul>	R2 = 0.20 R3 = 0.30 R2 $\overline{\text{Z}}$ = 0.30 R3 $\overline{\text{Z}}$ = 0.40		多於 1 個動力性轉動
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>● C：一或多名選手，越過、鑽過或穿過隊友，基本分值 0.10 分。</li> <li>● CR：一名選手做一轉動，可在隊友的協助下（抬舉）完成，分值 0.30 分。</li> <li>● CR2：多名選手做一轉動，可在隊友的協助下（抬舉）完成，分值 0.40 分。</li> <li>● CRR：一名選手做一轉動，並從隊友的上、下或中間通過，分值 0.40 分。</li> <li>● CRR2：多名選手做一轉動，並從隊友的上、下或中間通過，分值 0.50 分。</li> </ul>			少於 6 個協作
身體波浪	● 請參照國小低年級組個人項目。	<u>S</u> 站姿 <u>S</u> 低姿 <u>S</u> <u>I</u> 側波浪	0.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 少於 1 個站姿波浪。</li> <li>● 少於 1 個低姿波浪或側波浪。</li> <li>● (少於 2 個波浪由藝術裁判扣分。)</li> </ul>

- 第一難度小組 (D1/D2) 負責身體難度、韻律步伐組合，第二難度小組 (D3/D4) 負責動力性轉動、協作、身體波浪。

★ 國小中年級組 (單器械)

1. 難度要求：

難度要素 與手具技術 動作組合	無交換難度： 身體難度	交換難度： 交換難度	韻律步伐 組合	動力性轉動	協作
符號	BD 3 個	ED 3 個	S 最少 2 組	R 最多 1 個	C 最少 4 個
身體難度組	跳 / 躍 最少 1 個 平衡 最少 1 個 旋轉 最少 1 個				

動作	說明	符號	基本 分值	難度 扣分 <b>0.30</b>
BD	● 各項規定與說明同 FIG。	依照 FIG 規定		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 少於或多於 3 個身體難度</li> <li>● 每缺少 1 個身體要素</li> <li>● 每 1 個身體要素的身體難度，未同時執行（或未快速依序；非小組）。</li> </ul>
ED	● 各項規定與說明同 FIG。	依照 FIG 規定		少於或多於 3 個交換難度
S	● 各項規定與說明同 FIG。	依照 FIG 規定		少於 2 個韻律步伐組合
R	● 各項規定與說明同 FIG。	依照 FIG 規定		多於 1 個動力性轉動
C	● 各項規定與說明同 FIG。	依照 FIG 規定		少於 4 個協作

註：

1. 國小高年組依據 FIG 2017 ~ 2020 年國際韻律體操青少年評分規則評分。
2. 對於每一組的評分規定若有未盡詳述之處，依據 FIG 2017 ~ 2020 年國際韻律體操（青少年）評分規則評分。

中華民國體操協會 韻律體操 國小中、低年級組  
自訂競賽項目表

個人項目

項目	繩		環		球		棒		帶		徒手	
	中	低	中	低	中	低	中	低	中	低	中	低
109 年			○	○	○	○	○				○	○
110 年			○	○	○			○	○		○	○
111 年			○			○	○	○	○		○	○
112 年				○	○	○	○		○		○	○
113 年			○	○	○		○	○			○	○
114 年			○		○	○		○	○		○	○
115 年			○	○		○	○		○		○	○
116 年				○	○		○	○	○		○	○
117 年			○		○	○	○	○			○	○

團隊項目

年級	國小中年級組		國小低年級組
項目	單器械	5 徒手	5 徒手
109 年	5 球	○	○
110 年	5 球	○	○
111 年	5 繩	○	○
112 年	5 繩	○	○
113 年	10 棒	○	○
114 年	10 棒	○	○
115 年	5 球	○	○
116 年	5 球	○	○
117 年	5 環	○	○
118 年	5 環	○	○