

中華民國體操協會 韻律體操 國小中、低年級組 自訂辦法

106 年 3 月 14 日修訂

個人項目

★ 國小低年級組

1. 難度分最多 6.00 分

2. 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，最多 6 個	S 最少 3 組	R 不限	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 每一要素最多 3 個			

3. 徒手難度特別要求：

動作	說明	符號	基本 分值	難度 扣分 0.30
BD	<ul style="list-style-type: none"> ● 身體難度可增加非慣用邊（左或右）實施，算一個身體難度，無需註明 R 或 L。 ● 身體難度分值無限制。 ● 依據該身體難度分值計算，無連接加分。 如：(F F) = 0.20 + 0.20 = 0.40 (F F) = 0.20 + 0.00 = 0.20 ● 左右邊身體難度連接實施可有 1 步（單腳起跳、平衡）或 2 步（雙腳起跳、立踵旋轉）。 	依照 FIG 規定		<ul style="list-style-type: none"> ● 少於 3 個身體難度 ● 多於 6 個身體難度 ● 每缺少 1 個身體要素 ● 每一要素超過 3 個
S	<ul style="list-style-type: none"> ● 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"> ● 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。 ● 不得重複相同的轉動。 ● 可結合改變軸心或空間變化之轉動，每一串僅分別給予「改變軸心」、「空間變化」各一次 Z。 		R2 = 0.20 R3 = 0.30 R2 Z = 0.30 R3 Z = 0.40 R2 Z Z = 0.40 R3 Z Z = 0.50	
身體 波浪	<ul style="list-style-type: none"> ● 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。 ● 可單獨或結合 S 實施。 ● 不得重複相同的波浪。 ● 具空間變化的波浪，以起始位置計算站姿或低姿。 	S 站姿 S 低姿 S ^l 側波浪	0.20	少於 2 個 身體波浪

- 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。

★ 國小中年級組

1. 難度分最多 7.00 分

2. 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，最多 6 個	S 最少 2 組	R 最少 1 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 每一要素最多 3 個			

3. 徒手難度特別要求：

動作	說明	符號	基本 分值	難度 扣分 0.30
BD	<ul style="list-style-type: none"> ● 身體難度可增加非慣用邊（左或右）實施，算一個身體難度，無需註明 R 或 L。 ● 身體難度分值無限制。 ● 依據該身體難度分值計算，無連接加分。 如：$(\underline{F} \underline{F}) = 0.20 + 0.20 = 0.40$ $(\underline{F} \underline{\overline{F}}) = 0.20 + 0.00 = 0.20$ ● 左右邊身體難度連接實施可有 1 步（單腳起跳、平衡）或 2 步（雙腳起跳、立踵旋轉）。 	依照 FIG 規定		<ul style="list-style-type: none"> ● 少於 3 個身體難度 ● 多於 6 個身體難度 ● 每缺少 1 個身體要素 ● 每一要素超過 3 個
S	<ul style="list-style-type: none"> ● 各項規定與說明同 FIG。 	依照 FIG 規定		少於 2 組 韻律步伐組合
R	<ul style="list-style-type: none"> ● 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。 ● 不得重複相同的轉動。 ● 可結合改變軸心或空間變化之轉動，每一串僅分別給予「改變軸心」、「空間變化」各一次 $\overline{\overline{Z}}$。 	$R2 = 0.20$ $R3 = 0.30$ $R2 \overline{\overline{Z}} = 0.30$ $R3 \overline{\overline{Z}} = 0.40$ $R2 \overline{\overline{\overline{Z}}} = 0.40$ $R3 \overline{\overline{\overline{Z}}} = 0.50$		少於 1 個 動力性轉動
身體 波浪	<ul style="list-style-type: none"> ● 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。 ● 可單獨或結合 S 實施。 ● 不得重複相同的波浪。 ● 具空間變化的波浪，以起始位置計算站姿或低姿。 	\underline{S} 站姿 $\underline{\underline{S}}$ 低姿 \underline{S}^{\prime} 側波浪	0.20	少於 2 個 身體波浪

- 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

★ 國小低年級組：5 徒手

1. 難度分最多 6.00 分

2. 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, 其餘 3 個 BD 不限)	S 最少 3 組	R 最多 1 個	C 最少 6 個	<u>S</u> <u>S</u> <u>S</u> ^I 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 0.30
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"> ● 多於 6 個身體難度 ● 5 名選手少於 3 個相同的身體難度 ● 每缺少 1 個身體要素
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"> ● 請參照國小低年級組個人項目。 ● 每名選手須實施相同動作。 	R2 = 0.20 R3 = 0.30 R2 <u>Z</u> = 0.30 R3 <u>Z</u> = 0.40 R2 <u>Z</u> <u>Z</u> = 0.40 R3 <u>Z</u> <u>Z</u> = 0.50		多於 1 個動力性轉動
C	<ul style="list-style-type: none"> ● C：基本分值 0.20 分。 ● 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。 ● 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。 ● CRR：一名選手做一轉動，並從隊友的上、下面或中間通過，分值 0.40 分。 ● CRR2：多名選手做一轉動，並從隊友的上、下面或中間通過，分值 0.50 分。 			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> ^I 側波浪	0.20	少於 2 個身體波浪

- 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

1. 難度分最多 7.00 分

2. 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 0.30
BD	● 各項規定與說明同 FIG。	依照 FIG 規定		● 少於或多於 3 個身體難度 ● 每缺少 1 個身體要素
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

★ 國小低年級組

	徒手	繩	環	球	棒
106 年	○			○	○
107 年	○	○		○	
108 年	○		○	○	
109 年	○	○		○	

★ 國小中年級組

	徒手	繩	環	球	棒	帶
106 年	○	○	○	○		
107 年	○		○	○	○	
108 年	○	○		○	○	
109 年	○	○	○		○	

★ 國小中年級組團隊項目

	項目
106 年	10 棒
107 年	10 棒
108 年	5 環
109 年	5 環