

# 2021年常州市中小学生健美操锦标赛 竞赛规程

## 一、竞赛组织机构

主办单位：常州市体育局      常州市教育局

承办单位：常州市青少年业余体育学校

协办单位：常州市体育舞蹈运动协会

## 二、竞赛时间、地点

（一）竞赛时间：2021年5月15日

（二）竞赛地点：常州教育产业园体育馆（新北区通江路299号，老常工院内）

## 三、参加单位

溧阳市、金坛区、武进区、钟楼区、天宁区、新北区、经开区、局属学校。

## 四、竞赛组别和竞赛项目

（一）竞赛组别：

小学组：2008年后；

初中组：2005年后；

高中组：2002年后。

（二）竞赛项目：

1、小学组：单人操、三人操、五人操、舞蹈啦啦操花球自选套路；

2、初中组：三人操、五人操、健美操普及组中学生规定套

路、舞蹈啦啦操花球自选套路；

3、高中组：创造奇迹套路、舞蹈啦啦操花球自选套路。

## 五、竞赛办法

（一）比赛分高中组、初中组和小学组进行。

（二）各项比赛均赛一轮。

（三）规则采用《2009-2012年竞技健美操评分规则》、《2012年全民健身操大赛评分指南》、《2017-2020周期啦啦操竞赛规则》，同时采用常州市健美操比赛的特殊规定。

（四）比赛音乐由大会统一播放，在领队、教练员联席会议上，由各队统一交给大会工作人员，录入比赛播放电脑，同时在比赛现场各队要自备。

（五）出场顺序由领队会议抽签决定。

（六）比赛期间运动员须带注册证，以备资格审查。

## 六、计分与奖励办法

（一）各项均取前八名，按9、7、6、5、4、3、2、1计分，以比赛中的得分高低排列名次，不足8个队伍按实际参赛队伍录取名次。

（二）团体总分取前六名；小学组、初中组以三个小项名次分之和计算团体总分，高中组以两个小项名次分之和计算团体总分。得分高者名次列前，如得分相等，以第一名多者名次列前，如再相等，则以第二名多者名次列前，如再相等，则以三个（两个）小项得分相加多者名次列前。

## 七、狠抓竞赛赛风，严禁弄虚作假，违者按常州市体育竞

赛管理办法严肃处理。

八、报名和报到，另行补充通知。

九、仲裁委员、裁判员名单另行通知。

十、未尽事宜，另行通知。

十一、本规程解释权属常州市体育舞蹈运动协会。

附件：

## 2021年常州市中小学生健美操锦标赛简要规则及特殊规定

### 一、总则

1. 竞赛各单项总分均为 10 分。

### 二、健美操套路

1. 普及组中学生规定套路 6-8 人、创造奇迹套路 6 人；
2. 比赛场地均为 10 米 × 10 米；
3. 成套动作队形变化不得少于 5 次；
4. 规定动作的顺序不得改变；
5. 开始和结束 2 × 8 拍，自编动作或造型；
6. 规定音乐不得更换（更换音乐裁判长减 1 分），由大会统一提供。

### 三、舞蹈啦啦操花球自选套路

1. 比赛人数 8—16 人；
2. 比赛场地为 14 × 14 米；
3. 成套时长：2 分 15-30 秒。

### 四、竞技健美操：单人操、三人操、五人操

组别	小学组		初中组
项目	单人、三人操	五人操	三人操、五人操
比赛场地	7 × 7 米	10 × 10 米	10 × 10 米
比赛时间	1 分 20 秒 ± 5 秒		1 分 20 秒 ± 5 秒
难度动作	6-7 个		8-9 个
规定难度	标准俯卧撑、团身跳、垂直劈腿		夹肘俯卧撑、分腿支撑、跳转 360°、垂直劈腿
难度分值	0.1—0.4 分		0.1—0.5 分
难度组别（四类）	每类至少 1 次		每类至少 2 次
托举	1-2 次（三人操、五人操）		1-2 次（三人操、五人操）
套路编排减分提醒	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 难度动作分值高于 0.4 的，每次 -1 分</li><li>➤ 每缺少一个规定难度 -1 分</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 难度分值高于 0.5 的，每次 -1 分</li><li>➤ 每缺少一个规定难度 -1 分</li></ul>