

2022ジュニアニュース No. 1

第1号 (一社)全日本ジュニア体操クラブ連盟

発行日:2022年1月7日(金)

発行所:東京都中央区日本橋1-16-6 久富ビル4階

Tel:03(3281)7788

新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞ宜しくお願い致します。

「2022ジュニアニュースNo.1」をお届けいたします。

指導者の皆様におかれましてはご確認よろしくお願い申し上げます。

今回の連絡事項は下記のとおりです。

1. 「2022年版体操競技男子 U-12,U-15 適用規則情報」について
2. 新Bクラス男子規定集の販売について

1. 「2022年版体操競技男子 U-12,U-15 適用規則情報」について

1月6日付けにて(公財)日本体操協会男子審判委員会より2022年度のU-12並びにU-15に関する情報が発表されましたのでご連絡致します。

【以下(公財)日本体操協会からのお知らせ】

~~~~~

2022年版体操競技男子U-12、U-15適用規則および跳馬価値点一覧表をルール／審判員ページの「その他関連規則・情報の欄に掲載致しました。関係者は各自ご確認ください。

### 2022年版全国ブロック選抜U-12適用規則

<https://www.jpn-gym.or.jp/artistic/wp-content/uploads/sites/2/2022/01/0a012a838998a37ffbd4743a9538bfe4.pdf>

### 2022年版全国ブロック選抜U-12適用規則 跳馬価値点一覧表

<https://www.jpn-gym.or.jp/artistic/wp-content/uploads/sites/2/2022/01/8d506e639c96ab06833db4fa9cce949d.pdf>

### 2022年版全国ブロック選抜U-15適用規則

<https://www.jpn-gym.or.jp/artistic/wp-content/uploads/sites/2/2022/01/5a31fb4bca58205ba7451625dd00c826.pdf>

### 2022年版全国ブロック選抜U-15適用規則 跳馬価値点一覧表

<https://www.jpn-gym.or.jp/artistic/wp-content/uploads/sites/2/2022/01/e6ae23580a7ff3cc29d42a4787fca170.pdf>

【(公財)日本体操協会P「ルール・審判員」：<https://www.jpn-gym.or.jp/artistic/rules/>】

## 2. 新Bクラス男子規定集の販売について

男子Bクラスの新規定演技集の販売につきましては、近日中に(公財)日本体操協会ホームページにてお知らせがあると思います。

関係する先生方におかれましては各自ご確認くださいませようお願い致します。

販売は体操協会となりますのでお問い合わせは(公財)日本体操協会にお願い致します。

## 2022年版全国ブロック選抜U-12適用規則

## 第1章 演技の採点

## 第1条 原則

1. 次に示すもの以外は、(公財)日本体操協会制定2022年版体操競技男子採点規則を適用とする。

## 第2条 決定点

## 1. 決定点の構成

(1) 決定点は、次のような配点により構成される。

|       |                                    |
|-------|------------------------------------|
| 演技構成  | (Dスコア：5技 + 終末技 + 技のグループ)           |
| + 実施  | (Eスコア：10.00 - 減点)                  |
| - N D | (ニュートラル・ディダクション：ライン減点、タイム減点、技数不足等) |
| + 加 点 | (最大0.50)                           |
| 決 定 点 |                                    |

## 2. 演技構成、および技のグループと特別要求(種目特有の要求)

(1) ゆか、あん馬、つり輪、平行棒、鉄棒の演技は次の技数を要求する。

a) 技数 6技(5技+終末技)

i) 技は難度により、次の得点(難度点)が与えられる。

A : 0.10 B : 0.20 C以上 : 0.30

(2) 技のグループ、および特別要求(種目特有の要求)

a) 跳馬を除く5種目において次のグループを要求する。

i) 終末技を除き3つの技のグループの内、2つを要求する。

(1グループにつき0.50。0.50×2グループ=1.00)

※3つの技のグループを実施しても1.00となる。

ii) 終末技の技のグループ(A難度以上0.50)

b) 技のグループは次の通りとする。

ゆか)

- I 跳躍技以外の技
- II 前方系の跳躍技
- III 後方系の跳躍技
- IV 終末技

あん馬)

- I 片足振動・交差技
- II 旋回・旋回倒立・転向技
- III 旋回移動・転向移動技
- IV 終末技

つり輪)

- I 振動・振動倒立技
- II 力技・静止技
- III 振動からの力静止技
- IV 終末技

平行棒)

- I 両棒での支持技
- II 腕支持振動技
- III 長懸垂・逆懸垂振動技
- IV 終末技

鉄棒)

- I 懸垂振動技
- II 手放し技
- III バーに近い・アドラー系の技
- IV 終末技

c) 特別要求（種目特有の要求）

跳馬を除く 5 種目において次の技を特別要求（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、6技に入れる必要はなく、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。

- ① ゆ か ・ 倒立静止
  - ・ 3方向の前後および左右開脚座
  - ・ ロンダート～後転とび～後方宙返り系の技
- ② あん馬 ・ 交差技
  - ・ 縦向き旋回（把手上の旋回を除く）
- ③ つり輪 ・ 倒立静止
  - ・ 背面・正面水平
- ④ 平行棒 ・ 倒立静止
  - ・ 前振り上がり
- ⑤ 鉄 棒 ・ 後方浮き支持回転倒立

(3) 難度認定の特例

a) a 難度（スモール・エー）

i) 体操競技の健全な発展と評価、そして普及の観点から次の技を「a 難度」とし0.10の難度点を与える。ただし、技のグループは満たせない。主な a 難度は第6条2の通り。

b) a 難度を除き、難度表に掲載されていない次の技を特例として難度を認定する。

(技のグループと技数を満たす)

|                |     |                    |                 |
|----------------|-----|--------------------|-----------------|
| つり輪            | I   | ・ 屈腕の車輪倒立静止（前方・後方） | : B 難度（実施減点で対応） |
|                | IV  | ・ 前方かかえ込み宙返り下り     | : A 難度          |
| ・ 後方かかえ込み宙返り下り |     | : A 難度             |                 |
| 平行棒            | I   | ・ 前振りひねり倒立45°未満    | : B 難度（実施減点で対応） |
|                | IV  | ・ 前方かかえ込み宙返り下り     | : A 難度          |
| ・ 後方かかえ込み宙返り下り |     | : A 難度             |                 |
| 鉄 棒            | III | ・ 足裏支持回転倒立         | : A 難度          |
|                | IV  | ・ 前方かかえ込み宙返り下り     | : A 難度          |
| ・ 後方かかえ込み宙返り下り |     | : A 難度             |                 |

(4) 跳馬の価値点（Dスコア）

a) 跳馬の価値点（Dスコア）は、別紙「2022年版全国ブロック選抜U-12跳馬価値点一覧表」に定める。

b) 跳馬の価値点（Dスコア）は、3.2を上限とする。

c) 切り返し系の技（開脚とび、閉脚とびなど）の難度点（Dスコア）は1.0とする。

d) 台上前転は前転とびと同じ難度点（Dスコア）とする。ただし、姿勢的な減点の他、器具にぶつかるなど大欠点以上の減点を伴う。

## 第3条 実施

### 1. 実施

(1) 実施は 10.00 から実施減点を差し引いた得点を E スコアとする。

## 2. 実施減点

(1) 正しい演技からの逸脱は、すべて実施欠点であり、審判員によって相応の減点がなされる。小、中、大欠点の大きさは、正しい実施からの逸脱の程度により判定される。小、中、大欠点等の減点は FIG ルールの減点に準ずる。ただし落下のみ 0.50 とする。

## 3. 減点に関する特例

(1) つり輪、平行棒、鉄棒において、正しい実施のもとに意図して実施された振れ戻りは減点の対象としない。

例) 鉄棒：後ろ振り上がりや逆手から順手への両手持ち換え

(2) 飛距離、高さ等に対する減点は体格などを考慮し選手が不利にならないように採点する。また、競技会のレベルも考慮し審判員が判断する。

## 4. 加点

(1) 加点は、D 審判がすべての項目を判断する。

(2) 着地を止めた場合は安定した着地に対して、0.10 の加点をする。(a 難度を除く)

(3) 各種目に定められた項目に対して最大 0.40 の加点を与えることができる。

- ① ゆか
  - ・ ロンダート～後転とびからの宙返り技の高さに対する評価 (0.1)
  - ・ ロンダート～後転とびのスピードに対する評価 (0.1)
  - ・ 宙返り連続で 2 回目の宙返りの蹴り返しのあるものを評価する (0.1)
  - ・ 柔軟性など姿勢の美しさ、動きの美しさに対する評価 (0.1)
- ② あん馬
  - ・ 大きさのある交差技に対する評価 (0.1)
  - ・ 腰高で大きさのある旋回に対する評価 (0.2)
  - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
- ③ つり輪
  - ・ 正しい倒立姿勢に対する評価 (0.1)
  - ・ 伸腕での前方または後方車輪倒立 (静止 or 経過) を実施した演技 (0.1)
  - ・ B 難度以上の力静止技を実施した演技 (0.1)
  - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
- ④ 跳馬
  - ・ 突き手からの上昇運動が見える高さのある跳越 (0.2)
  - ・ 意識して先取りが見られる着地への準備に対する評価 (0.1)
  - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
- ⑤ 平行棒
  - ・ 正しい倒立姿勢に対する評価 (0.1)
  - ・ 振れ幅のある支持振動系の技に対する評価 (0.1)
  - ・ 振れ幅のある懸垂系の技に対する評価 (0.1)
  - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
- ⑥ 鉄棒
  - ・ 車輪において、抜きあふりのあるものを評価する (0.1)
  - ・ 支持回転系の技において、上昇運動からの正しい倒立におさめられた終末局面に対する評価 (0.1)
  - ・ 終末技の高さに対する評価 (0.1)
  - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)

(4) 組み合わせによる加点は与えない。

## 第4条 ND

### 1. ニュートラル・ディダクション

(1) あん馬において、馬体の 3 部分を使用しなかった場合の ND は適用しない。

(2) ゆかにおいて、2 回宙返りを実施しなくても ND の対象にはならない。

(3) ゆかにおいて、4 つのコーナーに達しなくとも 2 つの対角線上 (2 ライン) での実施が認められれば ND の対象にはならない。2 ラインの使用がなければ減点対象とする。

(4) つり輪の振動倒立静止の要求はしない。よって演技構成になくとも ND の対象にはならない。

(5) 短い演技（技数不足）に対する ND は、次の通りとする。

|     |      |
|-----|------|
| 5 技 | 1.00 |
| 4 技 | 3.00 |
| 3 技 | 4.00 |
| 2 技 | 5.00 |
| 1 技 | 6.00 |

#### 第5条 禁止技

1. 以下の禁止技を実施した場合は、その演技を 0 点とする。

(1) 難度表に記載されている FIG ジュニアルールの禁止技

- ・ つり輪のグチョギー系の技
- ・ 平行棒の宙返りから腕支持となる技

(2) 前方に 2 回以上の宙返りをする技

#### 第6条 その他

1. 事故防止と選手の精神的援助のためつり輪、跳馬、平行棒、鉄棒において 2 名までの補助者が立つことが許される。

2. 主な a 難度を以下に示す。示された技以外は競技会の主旨、レベル等を考慮して審判員が各自で判断する。

ゆか)

- ・ 前転技群（前転、開脚前転、伸膝前転、倒立前転）1 技まで
- ・ 後転技群（後転、開脚後転、伸膝後転、後転倒立）1 技まで
- ・ 側方倒立回転
- ・ ロンダート

あん馬)

- ・ 四つ足（左入れ～右入れ～左抜き～右抜き）
- ・ 2 つ目以降の横向き旋回（両把手、馬端、逆馬端でそれぞれ 1 つの技）
- ・ 2 つ目の正交差、2 つ目の逆交差（左右それぞれ 1 つの技）
- ・ (馬端中向き) 上向き下り

つり輪)

- ・ 肩倒立

平行棒)

- ・ 開脚前挙支持
- ・ 腕支持～後ろ振り上がり支持
- ・ 懸垂前振り～後方かかえ込み宙返り下り（棒間）
- ・ 前振り～後方かかえ込み宙返り下り（棒間）

鉄棒)

- ・ け上がり支持
- ・ 懸垂前振りひねり
- ・ 懸垂前振り逆上がり
- ・ 後ろ振り上がり支持
- ・ 両手を同時に持ち換える技
- ・ 前方支持回転、後方支持回転
- ・ 後方足裏支持回転振り出し下り

### 3. 器械器具の寸度

| ゆ か  | 12m×12m   |                                              |
|------|-----------|----------------------------------------------|
| 器械種目 | 床面からの高さ   | マットの厚さ                                       |
| あん馬  | 115～116cm | 10～12cm<br>演技開始時の跳びつき用として<br>50cm までの補助台を使用可 |
| つり輪  | 265cm     | 18cm または 20cm                                |
| 跳馬   | 120cm     | 18cm または 20cm                                |
| 平行棒  | 175cm     | 12cm                                         |
|      | 185cm     | 20cm                                         |
| 鉄棒   | 275cm     | 18cm または 20cm                                |

※ つり輪、跳馬、鉄棒については、着地マットの使用を認める。

※ 跳馬の跳躍版は、ハードタイプ（3－3－2）・ソフトタイプ（3－1－2）を使用する。  
ソフトタイプ（3－1－2）はコイルを外し（2－1－2）として使用することを認める。  
使用後は必ず責任をもって元に戻すこと。

※ 平行棒は器械により±2cmを認める。

以上

2022年版全国ブロック選抜U-12適用規則  
跳馬価値点一覧表(1)

| 前転とび系の技 |                                           |     |     | その他の技                                              |     |     |                                                  |     |     |                               |     |     |                                      |     |
|---------|-------------------------------------------|-----|-----|----------------------------------------------------|-----|-----|--------------------------------------------------|-----|-----|-------------------------------|-----|-----|--------------------------------------|-----|
| 101     | ・前転とび前方かかえ込み宙がえり1回ひねり<br>・クエルボひねり         | 3.2 | 201 | 前転とび                                               | 2.0 | 401 | Ro～後転とび                                          | 2.0 | 437 | Ro～ひねり<br>前転とび前方屈身宙返り         | 3.2 |     |                                      |     |
| 102     | ・前転とび前方かかえ込み宙返り3/2ひねり<br>・クエルボ1回ひねり(クロー)  | 3.2 | 202 | 前転とびひねり                                            | 2.2 |     | 閉脚とび                                             | 1.0 | 402 | Ro～後転とびひねり                    | 2.2 | 438 | Ro～ひねり<br>前転とび前方屈身宙返りひねり<br>(ネモフ)    | 3.2 |
| 103     | ・前転とび前方かかえ込み宙返り2回ひねり<br>・クエルボ3/2ひねり(カンバス) | 3.2 | 203 | 前転とび1回ひねり                                          | 2.4 |     |                                                  |     | 403 | Ro～後転とび1回ひねり                  | 2.4 |     |                                      |     |
|         |                                           |     | 204 | 前転とび3/2ひねり                                         | 2.6 | 119 | ・ツカハラ3/2ひねり<br>・カサマツひねり                          | 3.2 |     |                               |     | 455 | Ro～1回ひねり<br>後転とび                     | 2.6 |
| 107     | ・前転とび前方屈身宙返り1回ひねり<br>・屈身クエルボひねり           | 3.2 | 205 | 前転とび2回ひねり                                          | 2.8 | 120 | ・ツカハラ2回ひねり<br>(バルビエリ)                            | 3.2 | 407 | Ro～後転とび後方かかえ込み宙返り<br>(ユルチェンコ) | 2.6 | 456 | Ro～1回ひねり<br>後転とびひねり                  | 2.8 |
| 108     | ・前転とび前方屈身宙返り3/2ひねり<br>・屈身クエルボ1回ひねり        | 3.2 | 206 | 前転とび5/2ひねり<br>(ツイガンコフ)                             | 3.0 |     |                                                  |     | 408 | ユルチェンコひねり                     | 2.8 | 457 | Ro～1回ひねり<br>後転とび1回ひねり                | 3.0 |
|         |                                           |     | 207 | 前転とび前方かかえ込み宙返り                                     | 3.0 | 301 | 側転とび1/4ひねり                                       | 2.0 | 409 | ユルチェンコ1回ひねり                   | 3.2 | 458 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返り           | 3.2 |
|         |                                           |     | 208 | ・前転とび前方かかえ込み宙返りひねり<br>・前転とびひねり後方かかえ込み宙返り<br>(クエルボ) | 3.2 | 302 | 側転とび3/4ひねり                                       | 2.2 | 410 | ユルチェンコ3/2ひねり                  | 3.2 | 459 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方屈身宙返り              | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 303 | 側転とび5/4ひねり                                       | 2.4 | 411 | ユルチェンコ2回ひねり                   | 3.2 | 460 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返り<br>ひねり    | 3.2 |
|         |                                           |     | 213 | 前転とび前方屈身宙返り                                        | 3.2 |     |                                                  |     |     |                               |     | 461 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返り<br>1回ひねり  | 3.2 |
|         |                                           |     | 214 | ・前転とび前方屈身宙返りひねり<br>・屈身クエルボ                         | 3.2 | 307 | 側転とび1/4ひねり後方かかえ込み宙返り<br>(ツカハラ)                   | 2.6 | 413 | 屈身ユルチェンコ                      | 2.8 | 462 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返り<br>3/2ひねり | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 308 | 屈身ツカハラ                                           | 2.8 |     |                               |     |     |                                      |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 309 | ツカハラひねり                                          | 2.8 | 431 | Ro～ひねり<br>前転とび                | 2.2 |     |                                      |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 310 | ・側転とび1/4ひねり前方かかえ込み宙返りひねり<br>(カサマツ)<br>・ツカハラ1回ひねり | 3.2 | 432 | Ro～ひねり<br>前転とびひねり             | 2.4 |     |                                      |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     |     |                                                  |     | 433 | Ro～ひねり<br>前転とび1回ひねり           | 2.6 |     |                                      |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     |     |                                                  |     | 434 | Ro～ひねり<br>前転とび前方かかえ込み宙返り      | 3.2 |     |                                      |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     |     |                                                  |     | 435 | Ro～ひねり<br>前転とび前方かかえ込み宙返りひねり   | 3.2 |     |                                      |     |

※略称表記

Ro: ロンダート踏切

2022年版全国ブロック選抜U-12適用規則  
跳馬価値点一覧表(2)

| 前転とび系の技 |                                           |     |     | その他の技                                      |     |     |                                         |     |     |                               |     |     |                                            |     |
|---------|-------------------------------------------|-----|-----|--------------------------------------------|-----|-----|-----------------------------------------|-----|-----|-------------------------------|-----|-----|--------------------------------------------|-----|
| 113     | ・前転とび前方伸身宙返り1回ひねり<br>・伸身クエルポひねり           | 3.2 | 219 | 前転とび前方伸身宙返り                                | 3.2 | 125 | ・伸身カサマツひねり<br>・伸身ツカハラ3/2ひねり             | 3.2 | 414 | 伸身ユルチェンコ                      | 3.2 | 439 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り                      | 3.2 |
| 114     | ・前転とび前方伸身宙返り3/2ひねり<br>・伸身クエルポ1回ひねり(ロウ・ユン) | 3.2 | 220 | ・前転とび前方伸身宙返りひねり<br>・伸身クエルポ                 | 3.2 | 126 | ・伸身カサマツ1回ひねり<br>・伸身ツカハラ2回ひねり<br>(アカピアン) | 3.2 | 415 | 伸身ユルチェンコひねり                   | 3.2 | 440 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返りひねり<br>(ハッチェオン)       | 3.2 |
| 115     | ・前転とび前方伸身宙返り2回ひねり<br>・伸身クエルポ3/2ひねり        | 3.2 |     |                                            |     |     |                                         |     | 416 | 伸身ユルチェンコ1回ひねり                 | 3.2 | 441 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り<br>1回ひねり             | 3.2 |
| 116     | 前転とび前方伸身宙返り5/2ひねり<br>(ヨ-2)                | 3.2 | 225 | 前転とび前方かかえ込み2回宙返り<br>(ローチェ)                 | ×   | 131 | 伸身カサマツ3/2ひねり<br>(ドリッグス)                 | 3.2 | 417 | 伸身ユルチェンコ3/2ひねり                | 3.2 | 442 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り<br>3/2ひねり            | 3.2 |
| 117     | 前転とび前方伸身宙返り3回ひねり<br>(ヤン・ハクソン)             | 3.2 | 226 | ローチェひねり<br>(ドラグレスク)                        | ×   | 132 | 伸身カサマツ2回ひねり<br>(ロペス)                    | 3.2 | 418 | 伸身ユルチェンコ2回ひねり                 | 3.2 | 443 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り<br>2回ひねり             | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                            |     | 133 | 伸身カサマツ5/2ひねり<br>(ヨネクラ)                  | 3.2 | 419 | 伸身ユルチェンコ5/2ひねり<br>(シューフェルト)   | 3.2 | 444 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り5/2ひねり<br>(リー・シャオベン)  | 3.2 |
|         |                                           |     | 228 | 前転とび前方かかえ込み宙返りひねり<br>後方かかえ込み宙返り<br>(ジマーマン) | ×   |     |                                         |     | 420 | 伸身ユルチェンコ3回ひねり<br>(シライ/キム・ヒフン) | 3.2 |     |                                            |     |
|         |                                           |     |     |                                            |     | 313 | 伸身ツカハラ                                  | 3.2 | 421 | 伸身ユルチェンコ7/2ひねり<br>(シライ2)      | 3.2 | 449 | Ro~ひねり<br>前転とび前方かかえ込み<br>2回宙返り             | ×   |
|         |                                           |     | 231 | 前転とび前方屈身2回宙返り<br>(ブラニク)                    | ×   | 314 | ・伸身ツカハラひねり<br>・側転とび1/4ひねり前方伸身宙返り        | 3.2 |     |                               |     |     |                                            |     |
|         |                                           |     | 232 | 屈身ドラグレスク<br>(リ・セグウアン2)                     | ×   | 315 | ・伸身カサマツ<br>・伸身ツカハラ1回ひねり                 | 3.2 | 425 | ユルチェンコ後方かかえ込み宙返り<br>(メリサニディス) | 3.2 | 467 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>(シエルポ)          | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                            |     |     |                                         |     | 426 | 屈身メリサニディス<br>(ヤン・ウェイ)         | 3.2 | 468 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>ひねり             | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                            |     | 319 | ツカハラ後方かかえ込み宙返り<br>(ヨ-)                  | 3.2 |     |                               |     | 469 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>1回ひねり           | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                            |     | 320 | 屈身ツカハラ後方屈身宙返り<br>(ルー・ユーフ)               | 3.2 |     |                               |     | 470 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>3/2ひねり          | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                            |     | 321 | ツカハラ後方かかえ込み宙返り<br>1回ひねり<br>(リ・セグウアン)    | 3.2 |     |                               |     | 471 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>2回ひねり<br>(シライ3) | 3.2 |
|         |                                           |     |     |                                            |     |     |                                         |     |     |                               |     | 472 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>5/2ひねり          | 3.2 |

※略称表記  
Ro: ロンダート踏切



## 2022年版中学校男子適用規則 (U-15)

## 第1章 演技の採点

## 第1条 原則

1. 次に示すもの以外は、(公財)日本体操協会制定2022年版体操競技男子採点規則を適用とする。

## 第2条 決定点

## 1. 決定点の構成

- (1) 決定点は、次のような配点により構成される。

|       |                                    |
|-------|------------------------------------|
| 演技構成  | (Dスコア：6技 + 終末技 + 技のグループ + 組み合わせ加点) |
| + 実施  | (Eスコア：10.00 - 減点)                  |
| - N D | (ニュートラル・ディダクション：ライン減点、タイム減点、技数不足等) |
| + 加点  | (最大0.50)                           |
| 決 定 点 |                                    |

## 2. ゆか、あん馬、つり輪、平行棒、鉄棒の演技構成、および技のグループと特別要求

- (1) ゆか、あん馬、つり輪、平行棒、鉄棒の演技は次の技数を要求する。

## a) Dスコア 7技 (6技+終末技)

- i) 技は難度により、次の得点(難度点)が与えられる。

A: 0.10 B: 0.20 C: 0.30 D以上: 0.40

- (2) 技のグループ、および特別要求(種目特有の要求)

## a) 跳馬を除く5種目において次のグループを要求する。

- i) 終末技を除く3つの技のグループ(1グループにつき0.50。0.50×3グループ=1.50)

- ii) 終末技の技のグループ(B難度以上0.50、A難度0.30)

## b) 技のグループは次の通りとする。

## ゆか)

- I 跳躍技以外の技
- II 前方系の跳躍技
- III 後方系の跳躍技
- IV 終末技

## あん馬)

- I 片足振動・交差技
- II 旋回・旋回倒立・転向技
- III 旋回移動・転向移動技
- IV 終末技

## つり輪)

- I 振動・振動倒立技
- II 力技・静止技
- III 振動からの力静止技
- IV 終末技

## 平行棒)

- I 両棒での支持技
- II 腕支持振動技
- III 長懸垂・逆懸垂振動技
- IV 終末技

## 鉄棒)

- I 懸垂振動技
- II 手放し技
- III バーに近い・アドラー系の技

#### IV 終末技

##### c) 特別要求（種目特有の要求）

- i) 跳馬を除く 5 種目において次の技を特別要求（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、7技に入れる必要はなく、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。

##### ゆか・倒立静止

- ・前後（左右）開脚座
- ・ロンダート～後転とび～後方宙返り系の技

##### あん馬・二つの交差技（正交差連続でも可）

- ・縦向き旋回（把手上の旋回を除く）

##### つり輪・倒立静止

- ・背面水平懸垂または正面水平懸垂または十字懸垂

##### 平行棒・倒立静止

- ・支持前振り振動技（屈腕前振りでの技や前振り開脚抜き系の技は除く）

##### 鉄棒・シュタルダーまたはエンドーまたはアドラー

#### (3) 難度認定の特例

##### a) a 難度（スモール・エー）

- i) 体操競技の健全な発展と評価、そして普及の観点から次の技を「a 難度」とし0.10の難度点を与える。ただし、技のグループは満たせない。主な a 難度は第6条2の通り。

##### b) a 難度を除き、難度表に掲載されていない次の技を特例として難度を認定する。

（技のグループと技数を満たす）

|     |     |                    |                 |
|-----|-----|--------------------|-----------------|
| つり輪 | I   | ・屈腕での車輪倒立静止（前方・後方） | : B 難度（実施減点で対応） |
|     | IV  | ・前方かかえ込み宙返り下り      | : A 難度          |
|     |     | ・後方かかえ込み宙返り下り      | : A 難度          |
| 平行棒 | I   | ・前振りひねり倒立45°未満     | : B 難度（実施減点で対応） |
|     | IV  | ・前方かかえ込み宙返り下り      | : A 難度          |
|     |     | ・後方かかえ込み宙返り下り      | : A 難度          |
| 鉄棒  | III | ・足裏支持回転倒立          | : A 難度          |
|     | IV  | ・前方かかえ込み宙返り下り      | : A 難度          |
|     |     | ・後方かかえ込み宙返り下り      | : A 難度          |

#### (4) 跳馬の競技方法と D スコアについて

##### a) 競技方法

【跳馬 1】 1 跳越とする。

【跳馬 2】 前転とび系の技、その他の技からそれぞれ 1 跳越し、2 本の平均点とする。

平均点は小数点第 3 位までとし、第 4 位以下は切り捨てとする。

※【跳馬 1】【跳馬 2】のどちらの競技方法で実施するかは、大会主催団体が決定する。

##### b) 跳馬の価値点（D スコア）は、別紙「2022 年版中学校男子適用規則（U-15）跳馬価値点一覧表」に定める。

##### c) 跳馬の価値点（D スコア）は、4.0 を上限とする。

##### d) 切り返し系の技（開脚とび、閉脚とびなど）の難度点（D スコア）は 1.0 とする。

##### e) 台上前転は前転とびと同じ難度点（D スコア）とする。ただし、姿勢的な減点の他、器具につかるなど大欠点以上の減点を伴う。

### 第 3 条 実施

#### 1. 実施

(1) 実施は 10.00 から実施減点を差し引いた得点を E スコアとする。

#### 2. 実施減点

- (1) 正しい演技からの逸脱は、すべて実施欠点であり、審判員によって相応の減点がなされる。小、中、大欠点の大きさは、正しい実施からの逸脱の程度により判定される。小、中、大欠点等の減点は FIG ルールの減点に準ずる。ただし落下のみ 0.50 とする。

### 3. 減点に関する特例

- (1) 鉄棒において、振れ戻りは減点の対象としない。  
例：後ろ振り上がりや逆手から順手の両手持ち換え
- (2) 飛距離、高さ等に対する減点は体格などを考慮し選手が不利にならないように採点する。また、競技会のレベルも考慮し審判員が判断する。

### 4. 加点

- (1) 加点は、D 審判がすべての項目を判断する。
- (2) 着地を止めた場合は安定した着地に対して、0.10 の加点をする。(B 難度以上)
- (3) 各種目に定められた項目に対して最大 0.40 の加点を与えることができる。
- ① ゆか
    - ・ ロンダート～後転とびからの宙返り技の高さに対する評価 (0.1)
    - ・ ロンダート～後転とびのスピードに対する評価 (0.1)
    - ・ 宙返り連続で 2 回目の宙返りの蹴り返しのあるものを評価する (0.1)
    - ・ 柔軟性など姿勢の美しさ、動きの美しさに対する評価 (0.1)
  - ② あん馬
    - ・ 大きさのある交差技に対する評価 (0.1)
    - ・ 腰高で大きさのある旋回に対する評価 (0.2)
    - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
  - ③ つり輪
    - ・ 正しい倒立姿勢に対する評価 (0.1)
    - ・ 伸腕での前方または後方車輪倒立 (静止) を実施した演技 (0.1)
    - ・ B 難度以上の力静止技を実施した演技 (0.1)
    - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
  - ④ 跳馬
    - ・ 突き手からの上昇運動が見える高さのある跳越 (0.2)
    - ・ 意識して先取りが見られる着地への準備に対する評価 (0.1)
    - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
  - ⑤ 平行棒
    - ・ 正しい倒立姿勢に対する評価 (0.1)
    - ・ 振れ幅のある支持振動系の技に対する評価 (0.1)
    - ・ 振れ幅のある懸垂系の技に対する評価 (0.1)
    - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)
  - ⑥ 鉄棒
    - ・ 車輪において、抜きあふりのあるものを評価する (0.1)
    - ・ B 難度以上の支持回転系の技において、上昇運動からの正しい倒立におさまられた終末局面に対する評価 (0.1)
    - ・ 終末技の高さに対する評価 (0.1)
    - ・ 膝、つま先の伸びた美しい実施に対する評価 (0.1)

## 第 4 条 ND

### 1. ニュートラル・ディダクション

- (1) あん馬において、馬体の 3 部分を使用しなかった場合の ND は適用しない。
- (2) ゆかにおいて、2 回宙返りを実施しなくても ND の対象にはならない。
- (3) ゆかにおいて、4 つのコーナーに達しなくとも 2 つの対角線上 (2 ライン) での実施が認められれば ND の対象にはならない。2 ラインの使用がなければ減点対象とする。
- (4) つり輪の振動倒立静止の要求は、屈腕での前方または後方車輪倒立でも認める。
- (5) 短い演技 (技数不足) に対する ND は、次の通りとする。

|     |      |
|-----|------|
| 6 技 | 1.00 |
| 5 技 | 2.00 |
| 4 技 | 3.00 |
| 3 技 | 4.00 |
| 2 技 | 5.00 |
| 1 技 | 6.00 |

## 第5条 禁止技

1. 以下の禁止技を実施した場合は、その演技を0点とする。

(1) 難度表に記載されている FIG ジュニアルールの禁止技

- ・つり輪のグチョギー系の技
- ・平行棒の宙返りから腕支持となる技

(2) 前方に2回以上の宙返りをする技

※ 例外として、ゆかの後方ひねり前方かかえ込み（屈身・伸身）2回宙返りひねりは後方かかえ込み（屈身・伸身）2回宙返り1回ひねりと同一枠のため、禁止技から除外する。

## 第6条 その他

1. 事故防止と選手の精神的援助のためつり輪、跳馬、平行棒、鉄棒において2名までの補助者が立つことが許される。

2. 主な a 難度を以下に示す。示された技以外は大会の主旨、レベル等を考慮して審判員が各自で判断する。

ゆか)

- ・前転技群（前転、開脚前転、伸膝前転、倒立前転）1技まで
- ・後転技群（後転、開脚後転、伸膝後転、後転倒立）1技まで
- ・側方倒立回転
- ・ロンダート

あん馬)

- ・四つ足（左入れ～右入れ～左抜き～右抜き）：逆も可
- ・2つ目以降の横向き旋回（両把手、馬端、逆馬端でそれぞれ1つの技）
- ・2つ目の正交差、2つ目の逆交差（左右それぞれ1つの技）
- ・（馬端中向き）上向き下り

つり輪)

- ・肩倒立

平行棒)

- ・開脚前挙支持
- ・腕支持後ろ振り上がり支持
- ・前振り後方かかえ込み宙返り下り（棒間）
- ・懸垂前振り後方かかえ込み宙返り下り（棒間）

鉄棒)

- ・け上がり支持
- ・懸垂前振りひねり（水平以下）
- ・懸垂前振り逆上がり
- ・後ろ振り上がり支持
- ・両手を同時に持ち換える技
- ・前方支持回転、後方支持回転
- ・後方足裏支持回転振り出し下り

### 3. 器械器具の寸度

| ゆ か  | 12m×12m   |                                              |
|------|-----------|----------------------------------------------|
| 器械種目 | 床面からの高さ   | マットの厚さ                                       |
| あん馬  | 115～116cm | 10～12cm<br>演技開始時の跳びつき用として<br>50cm までの補助台を使用可 |
| つり輪  | 265cm     | 18cm または 20cm                                |
| 跳馬   | 125cm     | 18cm または 20cm                                |
| 平行棒  | 187cm     | 12cm                                         |
|      | 195cm     | 20cm                                         |
| 鉄棒   | 275cm     | 18cm または 20cm                                |

※ つり輪、跳馬、鉄棒については、着地マットの使用を認める。

※ 跳馬の跳躍版は、ハードタイプ（3－3－2）・ソフトタイプ（3－1－2）を使用する。  
ソフトタイプ（3－1－2）はコイルを外し（2－1－2）として使用することを認める。  
使用後は必ず責任をもって元に戻すこと。

※ 平行棒は器械により±2cmを認める。

以上

2022版中学校適用規則(U-15)  
跳馬価値点一覧表(1)

| 前転とび系の技 |                                           |     |     | その他の技                                              |     |     |                                                  |     |     |                               |     |     |                                   |     |
|---------|-------------------------------------------|-----|-----|----------------------------------------------------|-----|-----|--------------------------------------------------|-----|-----|-------------------------------|-----|-----|-----------------------------------|-----|
| 101     | ・前転とび前方かかえ込み宙がえり1回ひねり<br>・クエルポひねり         | 4.0 | 201 | 前転とび                                               | 2.0 | 401 | Ro～後転とび                                          | 2.0 | 437 | Ro～ひねり<br>前転とび前方屈身宙返り         | 4.0 |     |                                   |     |
| 102     | ・前転とび前方かかえ込み宙返り3/2ひねり<br>・クエルポ1回ひねり(クロー)  | 4.0 | 202 | 前転とびひねり                                            | 2.2 |     | 閉脚とび                                             | 1.0 | 402 | Ro～後転とびひねり                    | 2.2 | 438 | Ro～ひねり<br>前転とび前方屈身宙返りひねり<br>(ネモフ) | 4.0 |
| 103     | ・前転とび前方かかえ込み宙返り2回ひねり<br>・クエルポ3/2ひねり(カンパス) | 4.0 | 203 | 前転とび1回ひねり                                          | 2.4 |     |                                                  |     | 403 | Ro～後転とび1回ひねり                  | 2.4 |     |                                   |     |
|         |                                           |     | 204 | 前転とび3/2ひねり                                         | 2.6 | 119 | ・ツカハラ3/2ひねり<br>・カサマツひねり                          | 3.8 |     |                               |     | 455 | Ro～1回ひねり<br>後転とび                  | 2.6 |
| 107     | ・前転とび前方屈身宙返り1回ひねり<br>・屈身クエルポひねり           | 4.0 | 205 | 前転とび2回ひねり                                          | 2.8 | 120 | ・ツカハラ2回ひねり<br>(バルビエリ)                            | 4.0 | 407 | Ro～後転とび後方かかえ込み宙返り<br>(ユルチェンコ) | 2.8 | 456 | Ro～1回ひねり<br>後転とびひねり               | 2.8 |
| 108     | ・前転とび前方屈身宙返り3/2ひねり<br>・屈身クエルポ1回ひねり        | 4.0 | 206 | 前転とび5/2ひねり<br>(ツイガンコフ)                             | 3.0 |     |                                                  |     | 408 | ユルチェンコひねり                     | 3.0 | 457 | Ro～1回ひねり<br>後転とび1回ひねり             | 3.0 |
|         |                                           |     | 207 | 前転とび前方かかえ込み宙返り                                     | 3.4 | 301 | 側転とび1/4ひねり                                       | 2.0 | 409 | ユルチェンコ1回ひねり                   | 3.4 | 458 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返り        | 3.4 |
|         |                                           |     | 208 | ・前転とび前方かかえ込み宙返りひねり<br>・前転とびひねり後方かかえ込み宙返り<br>(クエルポ) | 3.8 | 302 | 側転とび3/4ひねり                                       | 2.2 | 410 | ユルチェンコ3/2ひねり                  | 3.8 | 459 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方屈身宙返り           | 3.6 |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 303 | 側転とび5/4ひねり                                       | 2.4 | 411 | ユルチェンコ2回ひねり                   | 4.0 | 460 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返りひねり     | 3.6 |
|         |                                           |     | 213 | 前転とび前方屈身宙返り                                        | 3.8 |     |                                                  |     |     |                               |     | 461 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返り1回ひねり   | 4.0 |
|         |                                           |     | 214 | ・前転とび前方屈身宙返りひねり<br>・屈身クエルポ                         | 4.0 | 307 | 側転とび1/4ひねり後方かかえ込み宙返り<br>(ツカハラ)                   | 2.8 | 413 | 屈身ユルチェンコ                      | 3.0 | 462 | Ro～1回ひねり<br>後転とび後方かかえ込み宙返り3/2ひねり  | 4.0 |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 308 | 屈身ツカハラ                                           | 3.0 |     |                               |     |     |                                   |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 309 | ツカハラひねり                                          | 3.0 | 431 | Ro～ひねり前転とび                    | 2.2 |     |                                   |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     | 310 | ・側転とび1/4ひねり前方かかえ込み宙返りひねり<br>(カサマツ)<br>・ツカハラ1回ひねり | 3.4 | 432 | Ro～ひねり<br>前転とびひねり             | 2.4 |     |                                   |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     |     |                                                  |     | 433 | Ro～ひねり<br>前転とび1回ひねり           | 2.6 |     |                                   |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     |     |                                                  |     | 434 | Ro～ひねり<br>前転とび前方かかえ込み宙返り      | 3.6 |     |                                   |     |
|         |                                           |     |     |                                                    |     |     |                                                  |     | 435 | Ro～ひねり<br>前転とび前方かかえ込み宙返りひねり   | 4.0 |     |                                   |     |

※略称表記

Ro: ロンダート踏切

2022版中学校適用規則(U-15)  
跳馬価値点一覧表(2)

| 前転とび系の技 |                                           |     |     |                                            | その他の技 |     |                                         |     |     |                               |     |     |                                            |     |
|---------|-------------------------------------------|-----|-----|--------------------------------------------|-------|-----|-----------------------------------------|-----|-----|-------------------------------|-----|-----|--------------------------------------------|-----|
| 113     | ・前転とび前方伸身宙返り1回ひねり<br>・伸身クエルボひねり           | 4.0 | 219 | 前転とび前方伸身宙返り                                | 4.0   | 125 | ・伸身カサマツひねり<br>・伸身ツカハラ3/2ひねり             | 4.0 | 414 | 伸身ユルチェンコ                      | 3.4 | 439 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り                      | 4.0 |
| 114     | ・前転とび前方伸身宙返り3/2ひねり<br>・伸身クエルボ1回ひねり(ロウ・ユン) | 4.0 | 220 | ・前転とび前方伸身宙返りひねり<br>・伸身クエルボ                 | 4.0   | 126 | ・伸身カサマツ1回ひねり<br>・伸身ツカハラ2回ひねり<br>(アカビアン) | 4.0 | 415 | 伸身ユルチェンコひねり                   | 3.8 | 440 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返りひねり<br>(ハッチェオン)       | 4.0 |
| 115     | ・前転とび前方伸身宙返り2回ひねり<br>・伸身クエルボ3/2ひねり        | 4.0 |     |                                            |       |     |                                         |     | 416 | 伸身ユルチェンコ1回ひねり                 | 4.0 | 441 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り<br>1回ひねり             | 4.0 |
| 116     | 前転とび前方伸身宙返り5/2ひねり<br>(ヨ一2)                | 4.0 | 225 | 前転とび前方かかえ込み2回宙返り<br>(ローチェ)                 | ×     | 131 | 伸身カサマツ3/2ひねり<br>(ドリッグス)                 | 4.0 | 417 | 伸身ユルチェンコ3/2ひねり                | 4.0 | 442 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り<br>3/2ひねり            | 4.0 |
| 117     | 前転とび前方伸身宙返り3回ひねり<br>(ヤン・ハクソン)             | 4.0 | 226 | ローチェひねり<br>(ドラグレスク)                        | ×     | 132 | 伸身カサマツ2回ひねり<br>(ロペス)                    | 4.0 | 418 | 伸身ユルチェンコ2回ひねり                 | 4.0 | 443 | Ro~ひねり<br>前転とび前方伸身宙返り<br>2回ひねり             | 4.0 |
|         |                                           |     |     |                                            |       | 133 | 伸身カサマツ5/2ひねり<br>(ヨネクラ)                  | 4.0 | 419 | 伸身ユルチェンコ5/2ひねり<br>(シューフェルト)   | 4.0 | 444 | Ro~ひねり前転とび前方伸身宙返り<br>5/2ひねり<br>(リー・シャオペン)  | 4.0 |
|         |                                           |     | 228 | 前転とび前方かかえ込み宙返りひねり<br>後方かかえ込み宙返り<br>(ジマーマン) | ×     |     |                                         |     | 420 | 伸身ユルチェンコ3回ひねり<br>(シライ/キム・ヒフン) | 4.0 |     |                                            |     |
|         |                                           |     |     |                                            |       | 313 | 伸身ツカハラ                                  | 3.4 | 421 | 伸身ユルチェンコ7/2ひねり<br>(シライ2)      | 4.0 | 449 | Ro~ひねり<br>前転とび前方かかえ込み<br>2回宙返り             | ×   |
|         |                                           |     | 231 | 前転とび前方屈身2回宙返り<br>(ブラニク)                    | ×     | 314 | ・伸身ツカハラひねり<br>・側転とび1/4ひねり前方伸身宙返り        | 3.8 |     |                               |     |     |                                            |     |
|         |                                           |     | 232 | 屈身ドラグレスク<br>(リ・セグウアン2)                     | ×     | 315 | ・伸身カサマツ<br>・伸身ツカハラ1回ひねり                 | 4.0 | 425 | ユルチェンコ後方かかえ込み宙返り<br>(メリサニディス) | 4.0 | 467 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>(シェルボ)          | 4.0 |
|         |                                           |     |     |                                            |       |     |                                         |     | 426 | 屈身メリサニディス<br>(ヤン・ウェイ)         | 4.0 | 468 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>ひねり             | 4.0 |
|         |                                           |     |     |                                            |       | 319 | ツカハラ後方かかえ込み宙返り<br>(ヨ一)                  | 4.0 |     |                               |     | 469 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>1回ひねり           | 4.0 |
|         |                                           |     |     |                                            |       | 320 | 屈身ツカハラ後方屈身宙返り<br>(ルー・ユーフ)               | 4.0 |     |                               |     | 470 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>3/2ひねり          | 4.0 |
|         |                                           |     |     |                                            |       | 321 | ツカハラ後方かかえ込み宙返り<br>1回ひねり<br>(リ・セグウアン)    | 4.0 |     |                               |     | 471 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>2回ひねり<br>(シライ3) | 4.0 |
|         |                                           |     |     |                                            |       |     |                                         |     |     |                               |     | 472 | Ro~1回ひねり<br>後転とび後方伸身宙返り<br>5/2ひねり          | 4.0 |

※略称表記  
Ro: ロンダート踏切