

青少年組_自選舞龍競賽規則

目錄

第一部分 創編原則.....	1
第二部分 競賽通則.....	3
第三部分 青少年舞龍競賽規則.....	4
第一章 場地與器材規定.....	4
第二章 動作的分類和難度.....	5
第三章 自選套路的有關規定.....	5
第四章 夜光套路的有關規定.....	6
第五章 動作失誤扣分細則.....	6
第六章 評分方法.....	6

本競賽規則解釋權歸 澳門武術總會 所有

青少年組_自選舞龍競賽規則

第一部分 創編原則

舞龍舞獅運動是華夏民族的文化象徵、是民族傳統文化的重要組成部分,也是中華民族獨特的傳統娛樂(體育)活動。1995年,中國龍獅運動協會成立以來,舞龍舞獅運動已發展成為世界錦標賽、亞州錦標賽、全國錦標賽的正式比賽專案,有力的促進了舞龍舞獅運動走向規範化、競技化和科技化的發展道路。目前隨著競賽活動的廣泛開展、規則的不斷完善,少年兒童舞龍舞獅運動也逐漸在學校中開展起來。少年兒童是龍獅運動的一個龐大群體,因其年齡、身體的特殊性,有必要單獨制定規則並創編適合少年兒童的競賽套路。有助於推進優秀傳統體育在少年兒童群體中的普及和推廣。

龍獅運動是一項民族傳統體育項目,在少年、兒童組套路創編中應遵循以下原則:

(一) 規範性原則

龍獅基本技術覆蓋全面,創編中重點突出龍獅運動的演練風格,保留傳統龍獅技術的風格特點。

(二) 民族性原則

龍獅運動是一項極具鮮明的民族特色體育項目,與華夏民族許多傳統文化有著千絲萬縷的聯繫,在創編套路中對獅具、龍具、音樂、服飾、造型等內容中,要充分體現民族特色。

(三) 簡易性原則

在動作創編上,主要以龍獅基本技術動作為主,根據青少年的年齡、身體發展、心理以及實際運動能力的特點,選用難度適中的動作進行套路編排,以達到適宜青少年練習的目的。

（四）集體配合原則

龍獅運動是一個多人項目，在整個舞龍舞獅的過程中，強調人與人間的協調配合，加強龍珠和龍體、引獅員和獅子的配合互動，重在個體，突出整體。

（五）健身性與娛樂性相結合原則

在龍獅運動套路編排中兼顧健身、娛樂、觀賞和趣味性，既讓青少年練習者達到鍛煉健身的效果，又能在運動中激發對民族文化的興趣，樂於參與。讓其體會龍獅豐富的文化內涵，加深對舞龍舞獅動作的理解，提高演練技巧和表演效果。

第二部分 競賽通則

第一條 比賽

一、青少年舞龍比賽按照競賽項目可分為自選套路、夜光套路、技能舞龍等。

第二條 比賽時間

青少年比賽時間均為 4 到 6 分鐘。

第三條 音樂與計時

一、音樂

音樂伴奏是烘托氣氛、轉換節奏、激勵隊員情緒不可分割的重要部分。音樂的旋律和節奏要與舞龍舞獅動作協調一致，音樂伴奏不得帶歌詞。

二、計時

舞龍：

1、第一位運動員踏入賽場，開始計時。如在賽場內靜止造型候場，以第一位運動員開始動作開始計時。

2、運動員完成套路動作後，最後一名隊員離開賽場為計時結束。如在賽場內靜止造型結束，則以全體運動員完成靜止造型停止動作，計時結束。

（三）計時原則：

計時以臨場裁判組計時表為準。裁判組以兩塊表計時，按接近規定時間的表計算時間。

第四條 棄權

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第五條 比賽順序

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第六條 服飾與禮儀

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第七條 名次評定

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第八條 反興奮劑

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第三部分 青少年舞龍競賽規則

第一章 場地與器材規定

第一條 場地

競賽場地為邊長 16 米的正方形場地，要求地面平整、清潔。場地邊線寬 0.05 米，邊線內為比賽場地。邊線周圍至少有 1 米的無障礙區。

第二條 器材

一、舞龍

(一) 青少年組：

- 1、龍珠：球體直徑不少於 0.25m，杆高（含珠）不低於 1.5m。
- 2、龍頭：龍頭外形尺寸，寬不少於 0.27m，高不少於 0.4m，長不少於 0.55m，杆高不低於 1.60m（含龍頭高）。
- 3、龍尾：前段直徑不少於0.25m，全長不少於0.45m，杆高不低於1.45m。
- 4、龍身：以九節龍參賽。龍身為封閉式圓筒型,直徑不少於 0.25m，全長不少於 16m，龍身杆高（含龍身直徑）不低於 1.40m，兩杆之間距離大致相等。

5、龍體、龍尾、龍珠的重量不限制。

6、凡器材不符合規定者，不准參加比賽。

7、傳統專案競賽器材由主辦單位在競賽規程中規定。

第三條 保護措施

1、為避免傷害事故,場上運動員如需要墊子可以賽前放好;比賽中教練員、運動員不得進入場地移動墊子;場地保護人員在場外候場，隨時聽從裁判長指示進場保護。

2、賽前廣播宣佈場內禁止使用閃光燈拍攝,賽場保衛人員應在比賽時監督實施。

第二章 動作的分類和難度

第四條 動作的分類

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第五條 創新難度動作

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第六條 難度動作及要求

1、青少年舞龍，參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第三章 自選套路的有關規定

第七條 自選套路的編排要求

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第八條 自選套路的評分標準（滿分為 10 分）

一、動作規格，分值 5 分，參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

二、藝術表現，分值為 3 分，參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

三、動作難度，分值為 2 分，自選套路難度動作要求 5 個（含創新難度），完成套路難度動作要求給予 1.5 分，每少一個扣 0.2 分。超出難度動作 5 個以上者，每超出一個，加 0.1 分，超出兩個難度動作者加 0.2 分，依此類推，最高加 0.5 分。

第九條 對替換隊員的規定

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第十條 對自選套路登記表的規定

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第四章 夜光套路的有關規定

第一條 夜光套路

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第二條 夜光套路的評分標準（滿分為 10 分）

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定及第三章第八條 自選套路的評分標準（滿分為 10 分）執行

第五章 動作失誤扣分細則

第三條 裁判員扣分

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第四條 裁判長扣分

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第六章 評分方法

第一條 裁判員評分

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第二條 應得分的確定

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第三條 有效分之間的差數規定

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第四條 基準分的使用

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。

第五條 最後得分

參照 2011 版《國際舞龍南獅北獅競賽規則、裁判法》相關規定執行。