

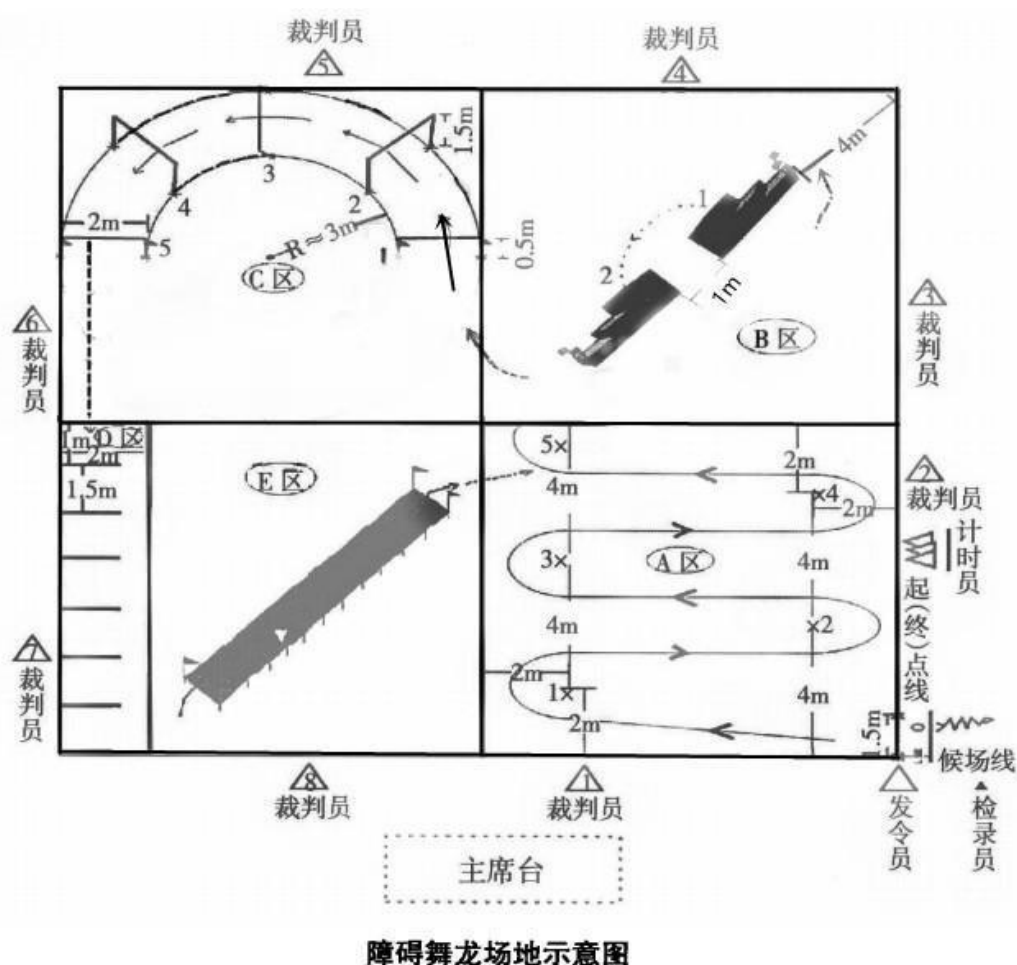
青少年組_障礙舞龍競賽規則

一、項目簡介

障礙舞龍是指參賽隊以嫺熟技術，用舞龍動作中的遊、翻、騰、穿等形式，繞過、穿過或躍過場內所設障礙物，完成特定競賽內容的一種競賽專案。

二、競賽場地

20m×20m 的正方形平整場地，要求地面平整、清潔。具體場地規劃見下：



三、競賽器材

1. 龍具：每支參賽隊自備一條符合本《舞龍競賽規則》要求的比賽龍參賽。

2. 障礙物：龍柱 7 個；龍門 5 個；「型障礙物 6 個；階梯式障礙物 2 組；獨木橋 2 組。

四、參賽人數

每支參賽運動隊不得超過 10 人，中途不得替換場上任何隊員。

五、競賽方法及要求

(一) 競賽方法

參賽隊聽到點名，龍珠站在起點線，龍頭、龍體站在候場線後候場，當聽到發令信號後，由龍珠帶領龍頭、2 號…隊員依次開始起跑，按順序在規定區域內完成規定比賽內容，即：A 區（快速曲線起伏繞龍柱行進）→B 區（跑高臺）→C 區（一躍一穿跑圓場）→D 區（單側起伏行進）→E 區（獨木橋連續八字舞龍）→A 區（騰繞行進）→A 區（舉龍跑出場）。

(二) 競賽要求

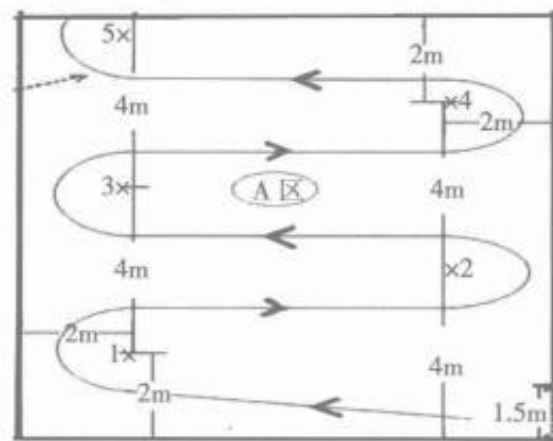
1. 參賽隊聽到開始信號後方能起跑入場，不得起跑犯規（如出現犯規一次警告，兩次取消參賽資格）。
2. 參賽隊必須按規定的路線要求，完成規定的內容及動作數量，不得漏做內容和少做動作次數。
3. 動作次數的計算：按全部隊員實際完成數計算，如遇中途失誤停頓，必須從失誤處重新開始完成規定動作數量。

六、競賽內容及要求

(一) 快速曲線（左右）起伏繞龍柱行進（A 區）

龍珠引龍體快速左右曲線起伏依次繞杆外側行進。（圖 1）

要求：（1）龍體保持飽滿、順暢；（2）不能將標誌杆碰倒；（3）不可少繞標誌杆；（4）隊員之間不可以相撞；（5）龍體起伏繞行時，龍體上過頭，下低於肩以下。



(二) 跑高臺 (B 區)

龍珠引龍體舉龍跑上 1 號高臺，並從 1 號高臺依次跑到 2 號高臺跑下，進入C 區。（圖 2 注：取消高台之間的距離）

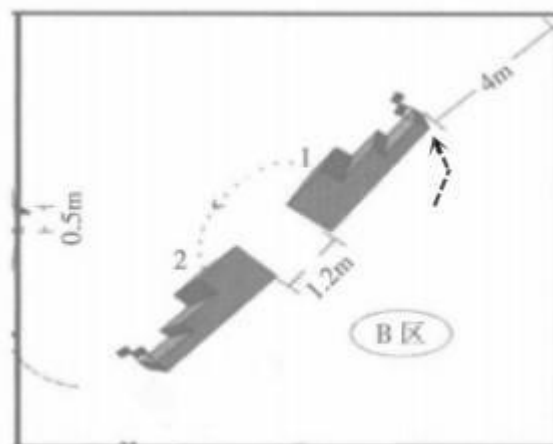


圖 2

要求：(1) 龍體保持飽滿、順暢；(2) 跑高臺時不能落地；(3) 必須從標誌旗中間上、下高臺；(4) 隊員之間不允許相撞。

(三) 一躍一穿跑圓場半周 (C 區)

進入C 區，龍珠帶領龍體逆時針方向快速依次躍、穿所設障礙物，
進入D 區。（圖3）

要求：（1）龍體保持飽滿、順暢；（2）不可碰倒障礙物；（3）不能繞過障礙物；（4）隊員之間不可以相撞；（5）不可少穿障礙物。

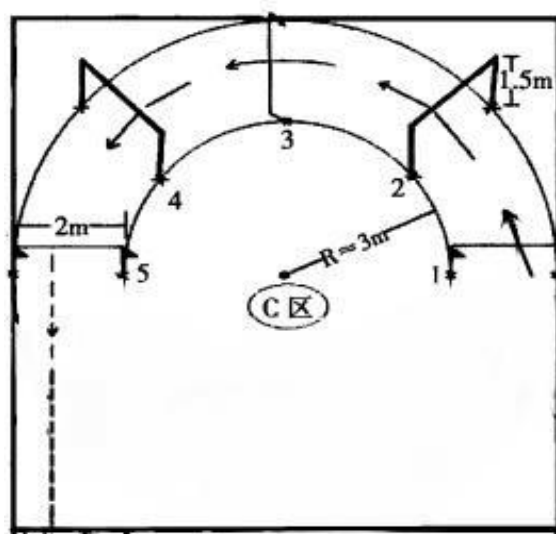


圖 3

（四）單側起伏行進（D 區）（圖 4）

龍珠帶領龍體進入 D 區，龍體必須上、下做單側起伏行進上下 6 次，進入 E 區。

要求：（1）龍體保持飽滿、順暢；（2）上單側，龍體必須過頭；（3）下單側，龍體必須過腰；（4）隊員之間不可以相撞；。

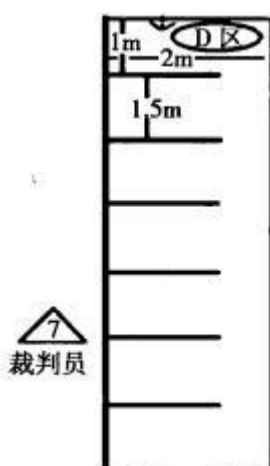


圖 4

(五) 獨木橋連續八字舞龍 (E 區)

進入E 區，龍珠帶領龍體上獨木橋，完成連續八字舞龍左右 4 次。

(圖 5)

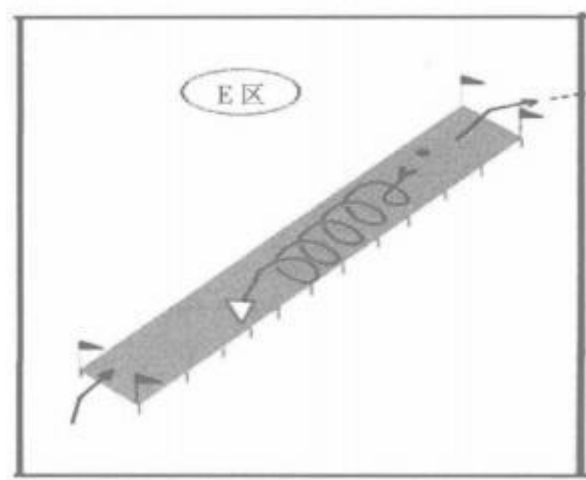


圖 5

要求：(1) 龍體保持飽滿、圓順，不打結；(2) 八字舞龍左右龍體必須過肩；(3) 完成規定次數，如遇中途失誤停頓，必須從失誤處重新開始動作完成規定動作數量。

(六) 騰繞行進 (A 區)

進入A 區，龍珠帶領龍體舉龍行進，依次圍繞場上的 5 個標誌杆，在第 5、3、1 標誌杆處做繞杆快速穿騰動作（即龍珠引龍體舉龍行進，左轉穿越第五節龍身，1、2、3 號隊員分別穿第六、七、八節龍身，緊隨龍珠行進，第 7、8、9 號隊員分別依次騰越第一、二、三節龍身），在第 4、2 標誌杆處做繞杆行進動作。（圖 6）

要求：(1) 龍體保持飽滿、順暢；(2) 不能碰倒標誌杆；(3) 隊員之間不可以相撞；(4) 不可少繞或漏繞障礙物。

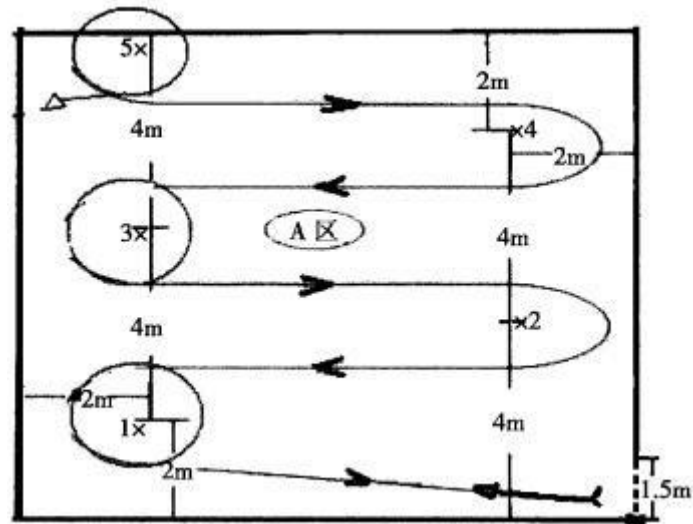


圖 6

(七) 舉龍跑出場 (A 區)

龍珠帶領龍體舉龍跑過終點線。

要求：(1) 龍體保持飽滿、順暢；(2) 必須從終點線上標誌杆中間跑出場。

七、評分細則

1. 出現以下錯誤：每出現一次增加 5 秒時間，增入完成時間之中。

- (1) 龍飾、服飾掉地，隊員相撞、落地等。
- (2) 器材折斷、脫把、龍體打結等。
- (3) 標誌障礙物碰倒、移動等。
- (4) 少繞、少穿、少越障礙物等。
- (5) 單個動作次數不夠等。

以上評分由臨場裁判員執行。

2. 其他錯誤：

(1) 起跑犯規：第一次起跑犯規，給予警告。第二次起跑犯規，取消比賽資格。

(2) 參賽隊沒有完成整個比賽內容，中途退場者，不予評分。

(3) 參賽隊少做一組比賽內容，不予評分。

(4) 參賽隊未按規定路線完成競賽內容，不予評分。

以上評判由裁判長執行。

八、計時方法

採用計時形式確定最後成績。

1. 計時：以鳴出發信號為計時開始；最後一名隊員跑過終點線為計時結束。

2. 完成時間：裁判組每隊配備三塊碼錶計時，以臨場裁判組計時表為準，在三塊正式表中，如兩塊表所計時間相同而第三塊表不同時，應以兩塊表所計時間為準；如三塊表所計時間各不相同，則應以中間時間為準；即為該隊的完成時間。

3. 增加用時確定：裁判員根據參賽隊臨場發揮的技術水準，按障礙舞龍規則評分細則，評判出該隊出現與要求不符的增加時間，即為該隊增加用時。

4. 實際用時：是以完成動作時間與增加用時相加之和，即為該隊的實際用時。

九、名次評定

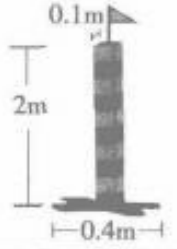
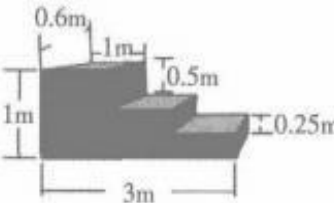
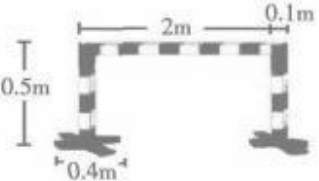
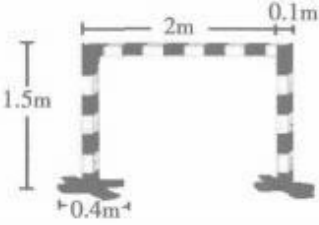
(一) 以實際用時少者名次列前。

(二) 如果得分相等按下列方法確定：

1. 以增加用時少者名次列前；

2. 如時間相等，則加賽一場、實際用時少者名次列前。

技能舞龍競賽器材規格圖示

名稱	規格	示意圖	數量
A 區： 龍柱規格	龍柱高 2m 柱體寬 0.1m 支柱架 0.4m		7 個
B 區： 高臺規格	高臺檯面長 1m，寬 0.6m， 橋面厚度 0.05m，橋階梯高度分別為 0.25m、0.25m、0.5m，總高 1m，橋總長 3m		2 個
C 區： 低龍門規格	龍門高 0.5m 柱體寬 0.1m 長 2m 支柱架 0.4m		3 個
C 區： 高龍門規格	龍門高 1.5m 柱體寬 0.1m 長 2m 支柱架 0.4m		2 個
D 區：			
E 區： 獨木橋規格	橋寬 0.6m 橋面厚度 0.05m 橋高度 0.5m 橋長 8m		2 組