

# 青少年組\_競速舞龍競賽規則

## 一、項目介紹

競速舞龍是運動隊用嫻熟的技術，規範的標準，以最快的速度，在規定的場地內，完成規定的舞龍競賽內容與動作數量，是檢驗舞龍隊專項技術、身體素質和舞龍技能水準的一種競賽項目。

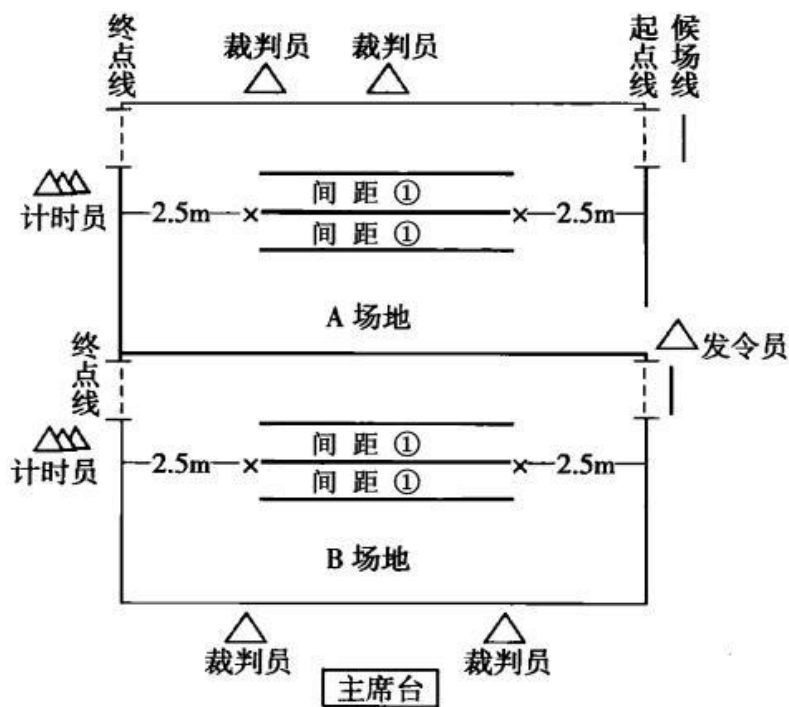
## 二、競賽場地

比賽場地為長 20m、寬 10m 的長方形場地，要求地面平整、清潔。具體場地規劃如下：

(1) 在場地內，垂直距兩端線中點 2.5m 處各設一標誌杆，杆垂直於地面，杆高 2.0m。

(2) 在場地內，垂直兩端線 5m 處標一垂直中線（綠色），以中線距離 1.35m 處標兩根紅色平行線。見下圖：

間距①：1.35m



競速舞龍場地示意圖

### 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) 龍柱 4 個，高 2.0m，柱體寬 0.1m，支柱架 0.4m。

### 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

參賽隊龍珠站在起點線，龍頭龍體站在候場線後候場，聽到出發信號後，龍珠、龍頭帶領龍身開始起跑，依次完成規定競賽內容及動作數量後，迅速跑過終點線。

#### (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) 舉龍直線行進入場

參賽隊聽到開始信號後，龍珠帶領龍體跑入場內，繞過終點線處的標誌杆折回。（圖 1）

内容	场地示意图
举龙直线行进	

圖 1

要求：龍體飽滿，不塌肚。

### (二) 連續快速穿騰

龍珠引龍體行進左轉穿第四節龍身，1 號隊員穿第五節龍身，緊隨龍珠行進，第 6、7、8、9 號隊員分別依次騰越第一、二、三、四節龍身，重複動作。連續快速穿騰次數分別為 3 次 (圖 2)

内容	场地示意图
连续快速穿腾	

圖 2

要求：穿騰利索，不碰踩龍體。

### (三) 連續快速螺旋跳龍

龍珠、龍頭帶領龍體做順時針方向的螺旋跳龍動作。螺旋跳龍次數分別為 5 次。(圖 3)

内容	场地示意图
连续快速螺旋跳龙	

圖 3

要求：龍體圓順，不打結。

### (四) 直躺舞龍

龍珠，龍體必須將隊員帶到場內的中線，做直躺舞龍，要求左右八字舞龍達到兩邊紅線上 1.35m。直躺舞龍次數分別為 5 次。(圖 4)

內容	場地示意图
直躺舞龍	

圖 4

要求：(1) 龍體運動軌跡順暢，不停頓。(2) 直躺舞龍時，要求躺在場地中線上，左右八字舞龍達到兩邊紅線上，即為完成次數。

#### (五) 舉龍直線跑出場

龍珠帶領龍體繞過起點線的標誌杆後，舉龍直線跑出終點線。

(圖 5)

內容	場地示意图
舉龍直線跑	

圖 5

要求：繞標誌杆時不碰撞杆，直線行進時保持龍體飽滿。

#### 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) 少做動作規定次數。
- (2) 隊員倒地、脫靶、龍體打結。
- (3) 器材落地、飾物掉地。
- (4) 踩邊線出界。
- (5) 撞到標誌杆。
- (6) 龍體嚴重塌肚或重疊。以

上評分由臨場裁判員執行。2.

其他錯誤：

(1) 參賽隊沒有完成規定競賽內容（漏做動作），中途退場者，不予評分。

(2) 參賽隊未按規定線路完成競賽內容（沒有繞過標誌杆），不予評分。

(3) 參賽隊少做一組比賽內容，不予評分。

(4) 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。

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。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，應以這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。

2. 增加用時確定：裁判員根據參賽隊臨場發揮的技術水準，按競速舞龍規則評分細則，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。

3. 實際用時：是以完成時間加上錯誤增加時間之和，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) 如果時間相等按下列方法確定：

1. 以增加用時少者名次列前；

2. 如時間再相等，則加賽一場，實際用時少者名次列前。