

## 2017年度版 中学校男子適用規則

日本中学校体育連盟体操競技部  
日本体操協会審判委員会  
体操競技男子審判本部

### ○ 2017年度版中学校男子適用規則作成のねらい

中学校男子適用規則は、1981年に独自の難度表を含めた規則書が発行された。その後FIG採点規則の改定に伴い、中学校男子適用規則もジュニア層の育成と底辺拡充を目指した規則の検討を行い改訂が行われてきた。この度、FIG採点規則2017年版が発刊されたことにあたり、中学校男子適用規則を再考し新たに2017年度版を作成した。

これまで中学校男子適用規則は規定演技と自由演技を設定し、10点満点方式を継続し実施してきた。これは難度優先志向に傾斜することなく基本を重視し、技の習熟にあたって欲しいこと、高難度技への無謀な挑戦による怪我や身体への負担を抑制することなどが挙げられる。しかし、規定演技と自由演技の二課題の設定は、初心者にとって規定演技の習得に時間を要し、自由演技を考案する楽しさを味わう機会が得られないこと、ふたつの演技に取り組むことによる練習時間の増大と身体への負担過多などが課題であった。

その課題解決にあたり、規定演技については、指導法の普及が浸透し「基本技の習熟」の重要性が十分に理解され定着してきたことを踏まえ、選手育成の観点から小学生期での実施に委ねることとした。

自由演技は中学生期、またそれ以降への段階的な成長をスムーズに促し、かつ、一般規則の理解を図ることを目的に、FIG採点規則2017年版を基盤に成長過程を考慮した特別規則を設け、D・E審判制を採用することとした。

これらは今までの規則の枢要は継承することを前提の上、現代の体操競技の趨勢に応じた判断である。

### ○ 演技構成の評価

2017年版FIG採点規則では、基本的な技のいくつかはA難度未満の技として難度表から削除されている。これらについて2017年度版中学校適用規則の中では「a難度（スモール・エー）」として例に示した。これは「中体連の大会は学校の授業で学習する内容の延長線上にある」という歴史的な背景も考慮し、前転、後転など授業で取り扱う技を明確な難度として評価する方向性の実現を目指している。

また、これまでの規定演技において求められていた「倒立静止」や「開脚座」などは、中学生に継続的に実施してもらいたい観点から特別要求として設定した。

### ○ 実施の評価

2017年度版中学校男子適用規則は要求する技の数を一般規則より減らして7技と設定した。これは、成長段階の生徒に過度な身体的負担をかけないこと、および今までの中学校適用規則で受け継がれてきた体操競技の原点は「美を競う」という考え方を第一優先とすることがねらいである。本規則においても素晴らしい実施には加点を与えて評価することを継承している。ひとつひとつの技が正しい技術のもと、熟練性を高め洗練され、見るものを魅了する実施を目指してもらいたい。

2017年度版中学校適用規則は、中学生以下の選手に対しての普及拡充も考慮し、別称「U-15（アンダー15）」として各種ジュニア大会などでも積極的に適用していただきたい。

また、これを適用する競技会において、本規則に記載している以外の採点上の対応は全て一般の採点規則を適用する。従って2017年度版中学校男子採点規則は、採点規則2017年版と「中学校男子適用規則」とを合わせたものとする。

審判員各位は、新しい規則を導入したねらいをふまえ、また日本が大切にしてきた「美しい体操」の根幹を踏襲し、正しい方向性を示せるように採点業務にあたっていただきたい。運用にあたり、中学校適用規則はもとより、一般の採点規則の条項についても熟読し、精通され中学生の体操競技の正しい育成と発展にご尽力いただきたい。また、この規則に適合しない競技会では、独自の規則を設け、中学生の体操競技の育成にあたっていただく事をお願いしたい。

2017年度版中学校男子適用規則は、平成30年4月1日より適用する。

# 2017年度版・中学校適用規則 (U-15)

## 第1章 演技の採点

### 第1条 原則

- 次に示すもの以外は、(公財)日本体操協会制定2017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 + 要求グループ)
+ 実施	(Eスコア：10.00 - 減点) + 加点 (最大0.50)
- 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)
<hr/>	
決 定 点	

#### 2. 演技構成 (Dスコア)、および要求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) 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) 要求グループ、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つの要求グループ (1グループにつき0.50。0.50×3グループ=1.50)

- ii) 終末技の要求グループ (B難度以上0.50、A難度0.30)

- b) 要求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

※次の要求グループに関しては、要求を満たさなくても 0.30 点を与える。要求を満たした場合は 0.50 点を与える。

- ・つり輪Ⅲ 振動からの（力）静止技
- ・鉄 棒Ⅱ 手放し技

c) 特別要求（種目特有の要求）

i) ゆか、つり輪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い。

- ゆ か：倒立静止
- ゆ か：前後（左右）開脚座
- つり輪：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、要求グループは満たせない。主な a 難度は第 6 条 2 に示す。

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。

(グループ要求と技数を満たす)

つり輪	I	・ 屈腕の車輪倒立静止（前方・後方）	: C 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（ツイスト）4 5°未満	: C 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、原則として日本体操協会採点規則 2017 年版・跳馬価値点一覧表(1)の技を 0.40 点高く設定する。
- b) 跳馬の価値点（D スコア）は、4.0 点を上限とする。
- 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 点とする。
- 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の大過失を伴う。
- e) 跳馬の価値点（D スコア）は、別紙「中学校適用規則（U-15）跳馬価値点一覧表」に掲載する。

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、大欠点等の減点は以下の通りである。

小欠点	0.10
中欠点	0.30
大欠点	0.50
落 下	0.50

### 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への両手もちかえ

(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、E 審判が採点後の E スコアに得点（該当する加点）をプラスする。

(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) 美しさ、雄大さなどに最大 0.40 の加点を与えることができる。なお、この加点は必ずしも技に対して与えるものではない。ゆかで起立した時の姿勢やつま先など大会の主旨、レベル等を考慮し審判員が各自で判断する。ただし、E スコアに加点を与えて 10 点を超えることはできない。

## 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、体操の普及、および教育的配慮の観点から次の通りとする。

7～5 技	0.00
4～1 技	-3.00

## 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の腕支持となる技

(2) 前方に 2 回以上の宙返りをする技

※ 例外として、ゆかの後ろとび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）それぞれ 1 つの技
- ・ 後転技群（後転、開脚後転、伸膝後転、後転倒立）それぞれ 1 つの技
- ・ 側方倒立回転
- ・ ロンダート

あん馬)

- ・ 四つ足（正面支持から左入れ～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)

- ・ 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
- ・ 足裏支持回転下り

以上

2017 - 2020 中学校適用規則(U-15)  
跳馬価値点一覧表(1)

グループⅠ 前転とびの技			グループⅡ 第一局面で1/4または1/2ひねる			グループⅢ ロンダート踏切(Ro)～後方とびの技			グループⅣ ロンダート踏切(Ro)～1/2ひねる技			グループⅤ ロンダート踏切(Ro)～3/4または1回ひねる技		
101	前転とび	2.0	220	側転とび1/4ひねり	2.0	335	Ro～後転とび	2.0	450	Ro～ひねり前転とび	2.2	560	Ro～1回ひねり後転とび	2.6
102	前転とびひねり	2.2	221	側転とび3/4ひねり	2.2	336	Ro～後転とびひねり	2.2	451	Ro～ひねり前転とびひねり	2.4	561	Ro～1回ひねり後転とびひねり	2.8
103	前転とび1回ひねり	2.4	222	側転とび5/4ひねり	2.4	337	Ro～後転とび1回ひねり	2.4	452	Ro～ひねり前転とび1回ひねり	2.6	562	Ro～1回ひねり後転とび1回ひねり	3.0
104	前転とび3/2ひねり	2.6	223	側転とび1/4ひねり前方かかえ込み宙返り	2.8	338	Ro～後転とび後方かかえ込み宙返り (ユルチェンコ)	2.6	453	Ro～ひねり前転とび前方かかえ込み宙返り	3.0	563	Ro～1回ひねり後転とび後方かかえ込み宙返り	3.2
105	前転とび2回ひねり	3.0	224	側転とび1/4ひねり前方屈身宙返り	3.2	339	ユルチェンコひねり	2.8	454	Ro～ひねり前転とび前方かかえ込み宙返りひねり	3.4	564	Ro～1回ひねり後転とび後方屈身宙返り	3.6
106	前転とび5/2ひねり (ツィガンコフ)	3.0	225	側転とび1/4ひねり後方かかえ込み宙返り (ツカハラ)	2.6	340	ユルチェンコ1回ひねり	3.2	455	Ro～ひねり前転とび前方屈身宙返り	3.4	565	Ro～1回ひねり後転とび後方かかえ込み宙返りひねり	3.4
107	前転とび前方かかえ込み宙返り	2.8	226	屈身ツカハラ	2.8	341	ユルチェンコ3/2ひねり	3.6	456	Ro～ひねり前転とび前方屈身宙返りひねり (ネモフ)	3.8	566	Ro～1回ひねり後転とび後方かかえ込み宙返り1回ひねり	3.8
108	・前転とび前方かかえ込み宙返りひねり ・前転とびひねり後方かかえ込み宙返り (クエルポ)	3.2	227	ツカハラひねり	2.8	342	ユルチェンコ2回ひねり	4.0				567	Ro～1回ひねり後転とび後方かかえ込み宙返り3/2ひねり	4.0
109	・前転とび前方かかえ込み宙返り1回ひねり ・クエルポひねり	3.6	228	・側転とび1/4ひねり前方かかえ込み宙返りひねり (カサマツ) ・ツカハラ1回ひねり	3.2	343	屈身ユルチェンコ	2.8						
110	・前転とび前方かかえ込み宙返り3/2ひねり ・クエルポ1回ひねり(クロル)	4.0	229	・ツカハラ3/2ひねり ・カサマツひねり	3.6									
111	・前転とび前方かかえ込み宙返り2回ひねり ・クエルポ3/2ひねり(カンバス)	4.0	230	・ツカハラ2回ひねり (バルビエリ)	4.0									
112	前転とび前方屈身宙返り	3.2												
113	・前転とび前方屈身宙返りひねり ・屈身クエルポ	3.6												
114	・前転とび前方屈身宙返り1回ひねり ・屈身クエルポひねり	4.0												
115	・前転とび前方屈身宙返り3/2ひねり ・屈身クエルポ1回ひねり	4.0												
116	前転とび1回ひねり前方かかえ込み宙返り (ペーレント)	4.0												
117	前転とび1回ひねり前方屈身宙返り (レーム)	4.0												
118	前転とび1回ひねり前方屈身宙返りひねり (アリカン)	4.0												

※略称表記  
Ro: ロンダート踏切

その他のグループ 切り返し系の技		
	開脚とび	1.0
	閉脚とび	1.0

2017 - 2020 中学校適用規則(U-15)  
跳馬価値点一覧表(2)

グループⅠ 前転とびの技			グループⅡ 第一局面で1/4または1/2ひねる技			グループⅢ ロンダート踏切(Ro)～後転とびの技			グループⅣ ロンダート踏切(Ro)～1/2ひねる技			グループⅤ ロンダート踏切(Ro)～3/4または1回ひねる技		
			270	伸身ツカハラ	3.2	370	伸身ユルチェンコ	3.2				570	Ro～1回ひねり後転とび後方伸身宙返り (シエルボ)	3.8
171	前転とび前方伸身宙返り	3.6	271	・伸身ツカハラひねり ・側転とび1/4ひねり前方伸身宙返り	3.6	371	伸身ユルチェンコひねり	3.6	471	Ro～ひねり前転とび前方伸身宙返り	3.8	571	Ro～1回ひねり後転とび後方伸身宙返り ひねり	4.0
172	・前転とび前方伸身宙返りひねり ・伸身クエルボ	4.0	272	・伸身カサマツ ・伸身ツカハラ1回ひねり	4.0	372	伸身ユルチェンコ1回ひねり	4.0	472	Ro～ひねり前転とび前方伸身宙返り ひねり (ハツチエオン)	4.0	572	Ro～1回ひねり後転とび後方伸身宙返り 1回ひねり	4.0
173	・前転とび前方伸身宙返り1回ひねり ・伸身クエルボひねり	4.0	273	・伸身カサマツひねり ・伸身ツカハラ3/2ひねり	4.0	373	伸身ユルチェンコ3/2ひねり	4.0	473	Ro～ひねり前転とび前方伸身宙返り 1回ひねり	4.0	573	Ro～1回ひねり後転とび後方伸身宙返り 3/2ひねり	4.0
174	・前転とび前方伸身宙返り3/2ひねり ・伸身クエルボ1回ひねり(ロウ・ユン)	4.0	274	・伸身カサマツ1回ひねり ・伸身ツカハラ2回ひねり (アカビアン)	4.0	374	伸身ユルチェンコ2回ひねり	4.0	474	Ro～ひねり前転とび前方伸身宙返り 3/2ひねり	4.0	574	Ro～1回ひねり後転とび後方伸身宙返り 2回ひねり	4.0
175	・前転とび前方伸身宙返り2回ひねり ・伸身クエルボ3/2ひねり	4.0	275	伸身カサマツ3/2ひねり (ドリッグス)	4.0	375	伸身ユルチェンコ5/2ひねり (シューフェルト)	4.0	475	Ro～ひねり前転とび前方伸身宙返り 2回ひねり	4.0	575	Ro～1回ひねり後転とび後方伸身宙返り 5/2ひねり	4.0
176	前転とび前方伸身宙返り5/2ひねり (ヨー2)	4.0	276	伸身カサマツ2回ひねり (ロベス)	4.0	376	伸身ユルチェンコ3回ひねり (シライ/キム・ヒフン)	4.0	476	Ro～ひねり前転とび前方伸身宙返り 5/2ひねり (リー・シヤオベン)	4.0			
177	前転とび前方伸身宙返り3回ひねり (ヤン・ハウソン)	4.0	277	伸身カサマツ5/2ひねり	4.0	377	伸身ユルチェンコ7/2ひねり (シライ2)	4.0						
178	前転とび前方かかえ込み2回宙返り (ローチェ)	×							478	Ro～ひねり前転とび前方かかえ込み 2回宙返り	×			
179	ローチェひねり (ドラグレスク)	×												
			285	ツカハラ後方かかえ込み宙返り (ヨー)	4.0	385	ユルチェンコ後方かかえ込み 宙返り (メリサニディス)	4.0	<p style="text-align: center;">重要</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px; text-align: center;">同じ第二局面 ①</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px; text-align: center;">同じ第二局面 ②</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px; text-align: center;">類似した第二局面 ③</div>					
			286	屈身ツカハラ後方屈身宙返り (ルー・ユーフ)	4.0	386	屈身メニサニディス	4.0						
			287	ツカハラ後方かかえ込み宙返り 1回ひねり (リ・セグウアン)	4.0									
190	前転とび前方かかえ込み宙返りひねり 後方かかえ込み宙返り (ジマーマン)	×	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;">                     このページには第二局面が同じまたは類似した下二桁の番号と○ 数字が書かれています。同じ跳越をした場合決定点から2.0の減点 となります。                 </div>			<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;">                     選手は同じまたは類似した第二局面を 跳ぶことができない                 </div>								
191	前転とび前方屈身2回宙返り (ブランク)	×												
192	屈身ドラグレスク (リ・セグウアン2)	×												

※略称表記  
Ro: ロンダート踏切