

## 2025 年版 U-15 男子適用規則

### 第 1 章 演技の採点

#### 第 1 条 原則

1. 次に示すものの以外は、(公財) 日本体操協会制定 2025 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。

$$\begin{array}{rcl} & \text{D スコア} & (6 \text{ 技} + \text{終末技} + \text{技のグループ} + \text{加点}) \\ + & \text{E スコア} & (10.00 - \text{減点}) \\ - & \text{N D} & (\text{ライン減点、タイム減点、技数不足等}) \\ \hline & \text{決 定 点} & \end{array}$$

##### 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

- (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)

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 : 0.40 E 以上 : 0.50

- (2) 技のグループ (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 (ゆかは 4 つ) の技のグループ。

(1 グループにつき C 難度以上で 0.50。B 難度 A 難度は 0.30)

- ii) 終末技のグループ点は、終末技の難度価値点と同じ点数である。(例 : E 難度以上の終末技を実施した場合、0.50 の難度価値点と 0.50 のグループ点を得ることができる。)

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 1 回以上のひねりを伴う前方または後方の 1 回宙返り技

- 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 腕支持振動技  
II 両棒での支持技  
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

### (3) 難度認定の特例

#### a) a 難度 (スモール・エー)

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) 振動倒立技における角度逸脱が  $45^{\circ}$  を超えた実施であっても、難度を認める。(平行棒の「前振りひねり倒立」等) ただし、相応の実施減点を伴う。
- c) 振動倒立技における腕のまがりが  $90^{\circ}$  を超えた実施であっても、最終姿勢が倒立位であれば難度を認める。(つり輪の「車輪倒立技」等) ただし、相応の実施減点を伴う。
- d) つり輪、平行棒、鉄棒の前方・後方かかえ込み宙返り下りは、A 難度とする。

### (4) 跳馬の競技方法と D スコアについて

#### a) 競技方法：1 跳越

b) 跳馬の価値点は、別紙「2025 年版 U-15 男子適用規則跳馬価値点一覧表」に定める。

c) 跳馬の価値点は、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）の価値点は 1.0 とする。

e) 台上前転は前転とびと同じ価値点とする。ただし、姿勢的な欠点の他、器械にぶつかるなど大欠点以上の減点を伴う。

## 第 3 条 実施

### 1. 減点に関する特例

(1) 鉄棒において、下記の振れ戻りは減点の対象としない。

後ろ振り上がりからグループⅢに繋がった場合

(2) 平行棒において、後ろ振り倒立からの振り下ろしは減点の対象としない。

(3) 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。

### 2. 加点

(1) 組合せ加点（ゆか・鉄棒）

(2) 着地加点（あん馬以外）

## 第 4 条 ND

### 1. ニュートラル・ディダクション

(1) ゆかにおいて、2 回宙返り技を演技内で実施しなくてはならない。実施しない場合や不認定となった場合の ND は 0.10 とする。

(2) 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。

(3) 短い演技（技数不足）に対する ND は、次の通りとする。

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) 跳馬における前転とび前方 2 回宙返り系やツカハラ後方宙返り系、ユルチェンコ後方宙返り系の技

(3) 前方・後方に 3 回宙返りをする技

## 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1名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および審判長が判断する。

- 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（2秒）
- 平行棒) ・開脚前挙支持（2秒）  
 ・腕支持後ろ振り上がり支持  
 ・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. 各種目の競技前ワンタッチアップについて

- (1) 30秒アップ → ゆか、あん馬、つり輪、鉄棒
- (2) 50秒アップ → 平行棒
- (3) 2本アップ → 跳馬

### 4. 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	115cm	10cm 跳びつき用として50cmまでの補助台使用可
つり輪	265cm	20cm
跳 馬	125cm	20cm
平行棒	200cm	20cm
鉄 棒	275cm	20cm

※ 正式な厚さのマットの設置が困難な場合は各競技会主催団体の判断に委ねることとする。

※ 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。  
 使用後は必ず元に戻すこと。

※ 平行棒は器械により±2cmを認める。

※ 鉄棒において手放し技における追加マット（10cmまたは20cm厚）の使用を認める。

- ・追加マットが必要な場合は着地マット上に置くことができるが、終末技で使用することは認められない。
- ・追加マットは手放し技の実施後速やかに取り除くこととするが、終末技の着地の方向に影響がない場合はそのままでも構わない。
- ・終末技で使用了場合は採点規則通り減点とする。→マットの不正使用ND0.50