

2025年4月1日
2025年4月更新版

体操競技男子マスタース適用規則

公益財団法人 日本体操協会
審判委員会体操競技男子審判本部
一般社団法人 全日本体操競技連盟

○作成のねらい

1949年に国際体操連盟（FIG）が作成した採点規則は、その後、度重なる改定が行われ、現在に至っている。現行のルールは、2006年改定により、50年以上にわたり採択され親しまれてきた10点満点制が廃止されるとともに、採点業務の分業制が採用され、より機械的に点数の決定がなされるようになった。

マスタース大会は生涯スポーツの理念を基盤とし、体操競技の歴史や伝統を重んじ、体操を愛好する者が年代を越えて技を競う競技会であるという設定に変わりはない。幅広い年齢層で競技される大会であり、体操競技の歴史や発展性を紐解く技や動きを再認識できる競技会でもある。そのため現行ルールに則った演技の評価では、味わいを感じる捌きや独創性を含んだ演技構成を総合的に評価することが困難であると判断し、分業制は行わず10点満点制を継続することとした。体操競技男子マスタース適用規則では、現行の採点規則（日本体操協会）に対応させて一部変更した箇所はあるものの、これまで踏襲されてきた演技の安定性と動きの美しさに対する評価を優先して採点されることに変わりはない。

マスタース適用規則に記載されていない項目については採点規則を適用する。審判員は、本適用規則はもとより採点規則についても熟知し、マスタース大会が「体操競技を愛好する者が集う安全で楽しい競技会」として更に発展するよう評価に当たっていただきたい。

また、現行の採点規則では、片手倒立や側方倒立回転など、いくつかの技が難度表から削除されているが、それを適用することは体操競技の伝統を重んじるマスタース大会の採点に相応しいものではない。該当する技として数例を記載したが、それ以外の技についても体操競技の歴史と発展を鑑み、選手の努力が評価されるよう対応していただきたい。

第1章 演技の評価

演技の評価は、当適用規則を適用した自由演技とする。

次に示すもの以外は、日本体操協会が採用する採点規則を適用する。

第1条 得点の構成および難度要求

- ゆか、あん馬、つり輪、平行棒、鉄棒の自由演技は次の配点により構成される。

難 度	1.40 (0.20×7技)
特別要求	0.80 (0.20×4要求)
加 点	0.80 (熟練性・独創性・決断性、優れた演技構成に対して最大0.80)
実 施	7.00
合 計	10.00

2. 跳馬以外の5種目において次の技数を要求する。

7技（1技につき $0.20 \times 7 = 1.40$ ）

技不足に対する減点は、1技につき0.20である。ただし、採点規則改訂の過程で難度表から削除された技についても、体操競技の歴史的観点で1技として数える事ができる。例えば、ゆかの側方倒立回転やロンダート、側方系の宙返り、鉄棒の足裏支持回転倒立などである。これらを含め、難度表に記載されていない技については、審判員が独自で判断して難度認定する事ができる。

第2条 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、大欠点の尺度は、正しい演技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（半中間振動は1回毎に0.10の減点とする）

中欠点 0.20

大欠点 0.30

落下 0.50

2. ニュートラルディダクションについて

ライン減点、タイム減点、その他ニュートラルディダクションに関する項目は、以下の減点を適用する。

採点規則		マスターズ適用規則
0.10	→	0.10
0.30	→	0.20
0.50	→	0.30

第3条 特別要求

演技構成は、難度の他に次の要素を考慮しなければならない。

1. 跳馬を除くすべての種目に4種類を要求し1つ欠けるごとに0.20の減点となる。
2. 現行採点規則の技のグループの枠を越えて各要素を認めることができる。ただし、1技で2つの要求を満たすことはできない。
 - 1) ゆか
 - ① 跳躍技以外の技
 - ② 前方系の技
 - ③ 後方系の技
 - ④ 終末技（跳躍技以外の技を終末技としてもよい。ただし、選手は演技の完了を示す事）
 - 2) あん馬
 - ① 片脚振動技・交差技
 - ② 旋回・旋回倒立・転向技
 - ③ 移動を伴う技（交差や転向による移動を含む）
 - ④ 終末技

- 3) つり輪
 - ① 懸垂振動技
 - ② 力技・静止技（倒立を除く）
 - ③ 倒立で静止する技
 - ④ 終末技
- 4) 平行棒
 - ① 腕支持振動技
 - ② 支持振動技
 - ③ 長懸垂・逆懸垂振動技
 - ④ 終末技
- 5) 鉄棒
 - ① 懸垂振動技
 - ② ひねりを伴う懸垂振動技
 - ③ バーに近い技・アドラー系の技
 - ④ 終末技

第4条 加 点

跳馬を除く5種目において、熟練性・独創性・決断性、および優れた演技構成に対して最大0.80まで与えられる。熟練性は、姿勢的な美しさ、雄大さ、演技全体を通してのリズミカルな動き、安定した着地などを加味して、特に習熟された技や組合せ、あるいは演技全体に対して与えられる。独創性は、マスターズ大会として希少な技や組合せに対して与えられる。体操競技の歴史と伝統を継承するような技や組合せも評価の対象となる。決断性は、実施能力の安全性が十分に保障された上、難易度の高い技や組合せ、極限を表現した実施、あるいは演技全体に対して与えられる。

第5条 跳 馬

1. 跳馬においては、採点規則に定められた価値点を以下の表のように置き換える。

採点規則		マスターズ適用	採点規則		マスターズ適用
1.2	→	9.00	2.0	→	9.40
1.4	→	9.10	2.2	→	9.50
1.6	→	9.20	2.4	→	9.60
1.8	→	9.30	2.8以上	→	9.70

2. その他の跳越技の価値点は以下とする。

・開脚とび（閉脚とび）	8.00
・開脚とびひねり（閉脚とびひねり）	8.20
・伸身（屈身）とび	9.00
・伸身（屈身）とびひねり	9.10
・伸身（屈身）とび1回ひねり	9.30
・伸身（屈身）とび3/2ひねり	9.50
・伸身（屈身）とび2回ひねり以上	9.70

3. いかなる跳越にも最大0.3までの熟練性を加味した加点を設ける。

- 1) 熟練性に対する加点は、優れた跳越に対して0.20まで、安定した着地に0.10とする。
- 2) 距離や馬体軸からの外れに対する線は引かなくてもよい。ただし、飛距離および馬体軸からのずれに対する減点はある、競技会のレベルを考慮して審判員が判断する。

第2章 補 足

第1条 演技全体に対する評価について

1. 美しさ、雄大さに欠ける演技に対する減点

つま先、指先、体線などの美しさに欠ける演技に対し、演技全体として0.20までの減点をする。

2. 危険を伴う演技に対する減点

個人の能力を超え、危険だと判断された演技に対し、演技全体として0.50までの減点をする。なお、危険と判断された技に対しては、審判長や主審から警告をすることができるものとする。

第2条 補助について

事故防止と選手の精神的援助のため、必要な補助者が付くことを認める。補助すること自体に対する減点はないが、技の手助けにおける採点上の評価に関しては審判員の判断とする。

第3条 採点について

1. 9.50以上の場合は0.05採点が認められる。

2. 難度の認定と繰り返し

1) 同じ技は2回まで難度を認定する。ただし、採点規則の歴史上、特定の技の繰り返しにより構成されていた技も、審判員が独自に一つの難度として解釈することができる。また、同じ技を2回以上実施した場合も、一定の目的が認められた場合は、審判員は独自にその価値を認めることができる。

2) 難度表に記載されていない技については、審判員が独自で判断して難度認定できる。また、体操競技の歴史の中でかつて認められていた技や捌きは、現行の採点規則上で禁止されているものであっても、実施する事ができる。

3) 2025年版採点規則で定められている特別な繰り返しについては適用しない。

4) 平行棒において「支持後ろ振り倒立」から振り下ろしに対しては減点の対象としない。

第4条 禁止技

以下の禁止技を実施した場合は、その演技を0点とする。

- ・ゆか：宙返りや側転1/4ひねり、または前転とびから直接転となる技

第5条 その他

1) 演技中のプロテクターの破損について

プロテクターの破損により演技を中断した場合、中断した後から演技を再開する（または演技を終了する）か、当該種目の最後に演技を最初からやり直すかを選択することができる。演技再開までの時間については、審判長および主審が判断するものとする。

2) 演技中の負傷について

演技中に負傷した場合、審判長および医療従事者等の判断を以て、演技の継続または中止を決定する。

3) 補助器具の使用について

追加マットやその他の補助器具の使用を希望する場合は事前に申請をすること。使用に当たり、採点上の評価に関しては審判員の判断とする。ゆかでの音楽の使用は認める。使用を希望する場合は、大会参加申込時に申請をすること。

4) 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

※ただし、監督会議での通達事項を優先する。

以上