2020 年全港競技體操公開及新秀比賽

評分內容、器械規格

(一) 男子組

評分內容

(1) 公開組(青年)、公開組(少年)、初級組、新秀組(除特定規則及難度外)，其他則依據 2017-2020 年度國際體操聯盟評分規則進行。

- D 分：難度分值，動作組要求及加分。
  公開組(青年)　：10 個動作(最高 9 個難度動作和下法)。
  公開組(少年)　：8 個動作(最高 7 個難度動作和下法)。
  初級、新秀組　：7 個動作(最高 6 個難度動作和下法)。
- E 分：包括演出及編排分。
  初級、新秀組　：5 個或以上動作,10 分計起,
  3 或 4 個動作,7 分計起,
  1 或 2 個動作,3 分計起。

難度分值		
組 別	自由體操、鞍馬、吊環、雙槓、單槓	跳　馬
公開組 (青年)	A 0.1、B 0.2、C 0.3、D 0.4、E 0.5、F 0.6、G 0.7 、H 0.8 、I 0.9	依照 2017-2020 年國際評分規則
公開組 (少年)	A 0.1、B 0.2、C 0.3、D 0.4、E 0.5、F 0.6、G0.7	依照 2017-2020 年國際評分規則
初級組	A 0.3、B 0.4、C 0.5、D 0.6	只須一跳
新秀組	A 0.3、B 0.4、C 0.5、D 0.6	

(2) 動作組別要求：若完全滿足每一個組別要求動作，將獲得 0.5 加分(最高 2.0 分)。
公開組(青年)、公開組(少年)　：依照 2017-2020 年國際評分規則。
初級、新秀組：依據特定動作組別要求所定(可使用新秀特定難度表中動作滿足這要求)。

初級、新秀組特定動作組別要求			
組別	項目	動作組別	內容
初級組	自由體操	I	非技巧動作(包括平衡 / 靜止動作)
		II	向前技巧動作
		III	向後技巧動作
		IV	以空翻結束*
	雙　槓	I	經支撐 / 支撐開始的動作
		II	經掛臂 / 從掛臂開始的動作
		III	經槓下懸垂 / 槓下懸垂開始的動作
		IV	空翻下法*
	單　槓	I	懸垂擺動動作
		II	轉體的懸垂擺動動作
		III	近槓動作(包括屈伸上、近槓回環等)
		IV	空翻 / 騰越下法*
新秀組	自由體操	I	非技巧動作 (包括平衡 / 靜止動作)
		II	向前技巧動作
		III	向後技巧動作
		IV	以手翻/空翻結束動作 (II、III、IV 動作組別) *

- *下法
  公開組(青年)、公開組(少年)　：　依照 2017-2020 年國際評分規則規定。
  初級組、新秀組　：　A 組 0.1、B 組 0.3、C 組 0.5

(3) 連接加分：

公開組(青年)、公開組(少年)：依照 2017-2020 年國際評分規則。

初級組、新秀組：自由體操 – 空翻與空翻之間直接連接加 0.2 分(相同動作不獲承認) 。

初級、新秀組特定難度			初級組	新秀組
項目	動作組別	動作	難度	
自由體操	I	直角支撐/分腳直角支撐 2 秒	A	A
	I	銳角支撐 2 秒	B	C
	I	高銳角支撐 2 秒	C	D
	I	從站立分腿慢起手倒立 2 秒	A	B
	I	從劈叉、直角支撐、分腿直角支撐或俯撐開始的慢起倒立 2 秒	B	C
	I	倒立前滾翻直臂屈體分腿慢起成手倒立 2 秒	B	C
	I	倒立前滾翻直臂屈體慢起成手倒立 2 秒	C	D
	I	銳角支撐 2 秒接慢起成倒立 2 秒	C	D
	II	前滾翻	/	A
	II	頭手翻	A	A
	II	團身/屈體前空翻 (以團身及屈體方式完成，將被視為兩個不同動作)	A	B
	II	直體前空翻/轉體 180°	B	C
	III	後滾翻	/	A
	III	團身/屈體後空翻 (以團身及屈體方式完成，將被視為兩個不同動作)	A	B
	III	直體後空翻/轉體 180°/360°	B	C
	III	側手翻	A	A
	III	側手翻向內轉體 90°	A	A
	III	後跳 180°直體前空翻	B	C
	III	團身/屈體(分腿)側空翻	A	B
	III	直體側空翻	B	C
跳 馬		預先後擺分腿騰越	/	2.0
		預先後擺蹲腿騰越	2.0	2.0
		國際評分規則難度表的動作起評分	+1.0	+1.0
雙 槓	I	擺動成肩倒立(靜止 2 秒)	A	/
	II	掛臂後擺上	A	/
	III	掛臂屈伸上	A	/
	III	槓下翻上成掛臂	B	/
	III	懸垂擺動前擺上成掛臂	A	/
	III	懸垂擺動後擺上成掛臂	A	/
	III	大擺(莫依)成掛臂	B	/
	II	慢起肩倒立(靜止 2 秒)	A	/
	IV	前空 / 後空翻下 (團身或屈體)	A	/
	IV	國際評分規則難度表中的下法難度	升一組	/
單 槓	I	懸垂後擺上成支撐	A	/
	I	懸垂翻身上	A	/
	I	支撐後擺成倒立	A	/
	II	懸垂向前/向後擺動轉體 180° (兩個不同動作)	A	/

	II	擺浪翻身上	A	/
	III	屈伸上成支撐	B	/
	III	近槓迴環類動作，包括: a. 後腹迴環 b. 前腹迴環 c. 分腿立槓前迴環 d. 分腿立槓後迴環 e. 併腿立槓前迴環 f. 併腿立槓後迴環 g. 支撐後擺接後倒弧形下成懸垂 (髖高於槓面水平)	A	/
	III	騰身回環	B	/
	III	正掏/反掏(或加轉體 180˚)	C	/
	III	向前/向後大回環(或加轉體 180˚)	B	/
	IV	前空 / 後空翻下 (團身或屈體)	A	/
	IV	國際評分規則難度表中的下法難度	升一組	/

(其他動作則依照 2017-2020 年國際評分規則所定)

(三) 器械規格:

1. 比賽器械由大會提供，參賽者不得擅自更換或調校。
2. 公開組(青年)、公開組(少年)依國際體操聯盟所定之規格。
3. 初級組、新秀組依照下列之規格：

男子組

雙槓	單槓	自由體操	跳 馬
初級組 (依國際體操聯盟規格)	初級組 (依國際體操聯盟規格)	初級組 12 米 x 12 米	初級組 1.15 米/1.25 米 跳檯
		新秀組 14 米 × 1.5 米	新秀組 1.0 米直箱 / 跳檯