附件 1

2024 年南京特殊教育师范学院

大学生排舞、啦啦操比赛竞赛规程

一、主办单位

体育学院

二、比赛地点

校体育馆

三、比赛时间

2024 年 6 月 5 日 下午 14：00

四、参加单位

各二级学院

五、比赛项目

1.排舞

2.啦啦操

六、参赛要求

1.以院系为单位组队参加，报领队 1 人，教练员 1 人。排舞每个院系 参赛运动员人数 10—16 人之间，啦啦操每个院系参赛运动员人数 12 —24 人之间，男女不限。为了顾及全校学生的参与面，充分调动各 学院学生的比赛积极性，经院领导研究后决定，音乐与舞蹈学院舞蹈 专业学生参加两个项目的比赛分别不能超过总人数的一半。排舞和啦 啦操成套动作音乐必须为 MP3 格式，文件名包含项目、参赛单位，到

时交大会统一播放。

2.参赛者必须是全日制在校学生，须持校医务室或医院健康证明方可

报名参赛，报名时各院系严格把关。

七、排舞比赛办法

（一）比赛曲目

1.从体育学院推荐曲目中任选其一。

2.参照国家体育总局审定的排舞竞赛规则：比赛场地为 16m×16m , 要求服装整齐，动作规范。为了保证比赛的公平公正，排舞舞步和音

乐必须使用统一版本（请从中国蹦床与技巧协会排舞分会官方网站

[www.linedancechina.com](http://www.linedancechina.com)下载）。

（二）编排要求

1.所有比赛项目都不得改变和拆分舞步；

2.在不改变曲目风格和音乐节奏的前提下，可对曲目的前奏（队员入 场）、间奏、结束动作（队员退场）和舞谱描述以外的上肢动作、方 向、队形等进行编排。结尾部分可以有不超过 2 个 8 拍不同于原舞步

的编排，3/4 拍节的曲目可以有 8 个 3 拍不同于原舞步的编排。

3.队形变化不得少于五次（不包括开头、结尾）。

4.全体选手在音乐前奏结束后必须面向裁判完成一个舞步循环（舞步

循环：依次完成舞步中规定的每个方向的段落）；

5.完成一个舞步循环之后，方可开始队形或方向的变化；

6.规定曲目中出现分组、分段或有间奏（TAG）的舞曲，编排时只需

展示音乐前奏后最先出现的一组或一段完整舞步；

7.成套动作中依次或交替完成动作时，不跳舞步的选手停止时间不得

超过 1 个 8 拍、3/4 拍节的曲目停止时间不得超过 3 个 3 拍；

8. 队形变化或队员换位移动时，舞步的编排应遵循舞谱说明要求不 得随意改变舞步，编排时只能利用方向、面的转换进行移动，体现排

舞舞步的唯一性特色。

9.集体项目的编排应充分考虑场地和空间的使用。

10.服装与装饰

10.1 比赛服装、服饰、鞋、帽等要符合曲目风格；服装服饰搭配协 调；带跟鞋要求安全，排舞项目的长裙下摆不得超过踝关节；

10.2 比赛时选手可化妆、使用花纹贴纸；

10.3 可以佩戴与表演相关的饰物；

10.4 获奖队代表必须着比赛服参加颁奖仪式。 11.道具的规定

比赛中可以使用道具，但不鼓励使用道具，道具使用应与曲目风格或 主题有关联，道具不得离开身体，因使用道具出现的错误将被减分。

12.安全规定

12.1 成套动作中不得出现超出自身能力对身体造成伤害的动作（不 安全动作）。

12.2 成套动作中不得出现抛接、翻腾、叠罗汉、倒立等危险动作。

八、啦啦操比赛办法

1.竞赛项目

以下项目任选其一

花球舞蹈啦啦操自选套路

爵士舞蹈啦啦操自选套路

街舞舞蹈啦啦操自选套路

自由舞蹈啦啦操自选套路

2.参赛人数为 12-24 人

3.成套时间为 2 分 15 秒至 2 分 30 秒。

4.计时开始从音乐第一音符或队员第一种动作开始；计时结束为音乐

最后一音符或队员最后一种动作开始。

5.运动队被叫到后 20 秒内必须要上场，超过 20 秒将予减分，超过

60 秒取消比赛资格。

6. 音乐节奏清晰明快、热情、奔放、感动、兴奋，具备震撼力。

7.运动员必要着适当内衣，不得过于暴露。服装上禁止描绘战争、暴

力、宗教信仰或性爱主题元素。

8.可依照成套编排以及表演效果规定，恰当佩戴饰物，禁止佩戴眼镜。

九、报名时间

请各参赛队于 5 月 20 日 17：00 前将纸质版报名表（须加盖系院 公章）扫描件（PDF 格式）和报名表（未加盖公章的 word 格式）以 电子邮件的方式发送至 572246942@qq.com。联系人：张浩天老师，

电话：15951935921。逾期不报视为放弃比赛

十、录取名次

排舞、啦啦操分别按前三名录取名次；团体奖按排舞、啦啦操加 起来的总分排名，得分高者名次列前，得分相等时以啦啦操得分高者

名次列前，设一等奖两名、二等奖三名、三等奖四名。

十一、其他

1.各学院于 5 月 15 日中午 12：30 派教练至体育学院进行简单的排舞

规则培训。

2.参赛代表队领队于 6 月 4 日 12：30 在体育学院参加领队会议，并

各参赛单位派代表抽签。

3.各参赛单位利用业余时间抓紧训练、认真准备，同时防止运动损伤。

4.6 月 5 日上午 8:00---12:00 各单位到体育馆熟悉场地（如有课可

以 12:00— 13:00）。

5.本规程解释权属体育学院，本规程未尽事宜另行通知。