

第二部分 舞龙竞赛规则

目 录

第一章 场地与器材的规定	(12)
第一条 场地	(12)
第二条 器材	(12)
第二章 舞龙动作的分类和难度	(13)
第三条 舞龙动作的分类	(13)
第四条 舞龙创新难度动作	(13)
第五条 舞龙动作规格、分类、难度	(14)
第三章 自选套路的有关规定	(17)
第六条 自选套路的编排要求	(17)
第七条 自选套路的评分标准	(17)
第八条 对执龙珠队员动作的规定	(18)
第九条 对替换队员的规定	(18)
第十条 对自选套路登记表的规定	(18)
第四章 规定套路的有关规定	(19)
第十一条 规定套路	(19)
第十二条 规定套路的评分标准	(19)



第五章 传统项目的有关规定	(20)
第十三条 传统项目	(20)
第十四条 传统项目的评分标准	(20)
第六章 夜光舞龙的有关规定	(21)
第十五条 夜光舞龙套路的编排要求	(21)
第十六条 夜光舞龙套路的评分标准	(22)
第十七条 对服饰与布置的规定	(23)
第十八条 对替换队员的规定	(23)
第十九条 对套路登记表的规定	(23)
第七章 技能舞龙的有关规定	(24)
第二十条 抽签舞龙	(24)
第二十一条 竞速舞龙	(29)
第二十二条 障碍舞龙	(34)
第八章 舞龙动作失误扣分细则	(43)
第二十三条 裁判员扣分	(43)
第二十四条 裁判长扣分	(44)
第九章 评分方法	(45)
第二十五条 裁判员评分	(45)
第二十六条 应得分的确定	(45)
第二十七条 有效分之间的差数规定	(46)
第二十八条 基准分的使用	(46)
第二十九条 最后得分	(46)
第十章 其他	(46)
第三十条 解释权	(46)



第一章 场地与器材的规定

第一条 场地

竞赛场地为边长 20m 的正方形场地（特殊情况，最小面积不得小于边长 18m 的正方形），要求地面平整、清洁。场地边线宽 0.05m，边线内为比赛场地。边线周围至少有 1m 宽的无障碍区。

第二条 器材

（一）龙珠：球体直径不少于 0.33m，杆高（含珠）不低于 1.7m。

（二）龙头：龙头重量不得少于 2.5kg。龙头外形尺寸，宽不少于 0.36m，高不少于 0.6m，长不少于 0.8m，杆高不低于 1.25m，杆高不低于 1.85m（含龙头高）。

（三）龙身：以九节龙参赛。龙身为封闭式圆筒型，直径不少于 0.33m，全长不少于 18m，龙身杆高（含龙身直径）不低于 1.6m，两杆之间距离大致相等。

（四）夜光舞龙以九节夜光龙参赛。夜光舞龙要求龙尾外形尺寸长 0.75m，高度不少于 0.55m。

（五）龙体、龙尾、龙珠的重量不限制。夜光舞龙要求龙体、龙尾、龙珠有夜光效果（杆除外）。

（六）凡器材不符合规定者，不准参加比赛。

（七）传统项目以及少年组、儿童组竞赛器材由主办单位在竞赛规程中规定。



第二章 舞龙动作的分类和难度

第三条 舞龙动作的分类

(一) 舞龙动作按动作的形态特征可分为：

1. 8字舞龙动作；
2. 游龙动作；
3. 穿腾动作；
4. 翻滚动作；
5. 组图造型动作。

(二) 舞龙动作按动作的难易的分为基本动作和难度动作。

1. 基本动作：是指舞龙的基础动作和技术较为简单的舞龙技巧动作。

2. 难度动作：是指必须具备较高的身体专项素质和专项技能才能完成的高难度舞龙技巧动作、高难度的舞龙组合动作，并有较高的锻炼价值和审美价值。

第四条 舞龙创新难度动作

一、创编原则

必须符合舞龙运动的本质属性和运动规律；必须是具备一定专项素质、专项技能才能完成的舞龙难度动作；必须是正式比赛中从未出现过的动作。

二、申报程序

1. 填写创新动作难度申报表：

- (1) 规范动作名称，并标明类别；
- (2) 用录像形式形象地说明创新难度动作，也可用照片、画



稿等技术图解以及精练文字形象地说明（达不到上述要求者，不予受理）。

2. 在规定时间内递交国际龙狮运动联合会技术委员会或比赛裁判委员会。

3. 国际龙狮运动联合会技术委员会或比赛裁判委员会依据舞龙动作创编原则，对创新难度动作进行技术鉴别，并将鉴定结果及时通知申报单位及有关部门。

三、难度动作统计

同一难度动作重复出现，只统计一次。

第五条 舞龙动作规格、分类、难度

一、8字舞龙动作

运动员将龙体在人体左右两侧交替作8字形环绕的舞龙动作，可快可慢，可原地，可行进，也可利用人体组成多种姿态、多种方法作8字形状舞动。

要求：龙体运动轨迹要圆顺，人体造型姿态要优美，快舞龙要突出速度、力量；每个8字舞龙动作左右舞龙不少于4次；单侧舞龙每个动作上下不少于6次。

基本动作：（1）原地快速8字舞龙；（2）行进快速8字舞龙；（3）单跪舞龙；（4）套头舞龙；（5）搁脚舞龙；（6）扯旗舞龙；（7）靠背舞龙；（8）横移（跑）步舞龙；（9）双杆舞龙（4次以上）；（10）靠背蹬腿舞龙；（11）坐背舞龙；（12）站背舞龙；（13）跪步行进快舞龙；（14）抱腰舞龙；（15）绕身舞龙；（16）双人换位舞龙；（17）快舞龙磨转；（18）连续抛接龙头横移（跑）步舞龙；（19）跳龙接一蹲一躺快舞龙；（20）屈膝躺腿舞龙。

难度动作：（1）跳龙接摇船快舞龙；（2）跳龙接直躺快舞龙；（3）依次滚翻接单跪快舞龙；（4）挂腰舞龙（2人、3人、4



人组合)；(5) 站肩舞龙；(6) 直体躺肩(或躺腿)舞龙；(7) 滚地行进舞龙；(8) 单手撑地快舞龙；(9) K式舞龙(3人一组)；(10) 站腿舞龙；(11) 靠背蹬腿舞龙(3人一组)。

二、游龙动作

运动员较大幅度奔跑游走，通过龙体快慢有致、高低、左右的起伏进行，展现婉转回旋、左右盘翻、屈伸绵延等龙的动态特征。

要求：龙体循着圆、曲、弧线的规律运动，运动员协调地随龙体的起伏行进。

基本动作：(1) 快速曲线起伏行进；(2) 快速顺逆连续跑圆场；(3) 起伏行进；(4) 单侧起伏小圆场；(5) 直线(曲线、圆场)行进越障碍；(6) 快速矮步跑圆场越障碍(矮步2周以上)；(7) 快速跑斜圆场；(8) 骑肩双杆起伏行进。

难度动作：站肩双杆行进(6次以上)。

三、穿腾动作

龙体运动路线呈纵横交叉形式，龙珠、龙头、龙节依次在龙身下穿过，称“穿越”；龙珠、龙头、龙节依次在龙身上越过称“腾越”。

要求：穿越和腾越时，龙形保持饱满，速度均匀，运动轨迹流畅，穿腾动作轻松利索，不碰踩龙体、不拖地、不停顿。

基本动作：(1) 穿龙尾；(2) 越龙尾；(3) 首尾穿(越)肚；(4) 龙穿身；(5) 龙脱衣；(6) 龙戏尾；(7) 连续腾越行进；(8) 腾身穿尾；(9) 穿尾越龙身；(10) 卧龙飞腾；(11) 穿八五节；(12) 首(尾)穿花缠身行进。

难度动作：(1) 快速连续穿越行进(3次以上)；(2) 连续穿越腾越行进(各2次以上)。

四、翻滚动作

龙体呈立圆、斜圆或平圆状连续运动，展现龙的腾跃、翻滚的动势。龙体做立圆或斜圆状连续运动，当龙身运动到舞龙者脚下



时，舞龙者迅速向上腾起依次跳过龙身，称“跳龙动作”；龙体同时或依次作360°翻转，运动员利用滚翻、手翻等方法越过龙身，称“翻滚动作”。

要求：滚翻动作必须在不影响龙体运动速度、幅度、美感的前提下完成，难度较大，技术要求也高，龙体运动轨迹要流畅，龙形要圆顺，运用翻滚技巧动作要准确规范。

基本动作：（1）龙翻身；（2）快速逆（顺）向跳龙行进（2次以上）；（3）连续游龙跳龙（2次以上）；（4）大立圆螺旋行进（3次以上）；（5）双杆斜盘跳龙（3次以上）。

难度动作：（1）快速连续斜盘跳龙（3次以上）；（2）快速连续螺旋跳龙（4次以上）；（3）快速连续螺旋跳龙磨转（6次以上）；（4）快速左右螺旋跳龙（左右各3次以上）；（5）快速连续磨盘跳龙（3次以上）；（6）快速连续首尾跳龙（4次以上）；（7）连续起伏跳龙行进（3次以上）。

五、组图造型动作

龙体在运动中组成活动的图案或相对静止的造型。

要求：活动图案构图清晰准确；静止造型形象逼真，以形传神，以形传意，龙珠配合协调，组图造型连接、解脱要紧凑、利索。

基本动作：（1）龙门造型；（2）塔盘造型；（3）尾盘造型；（4）曲线造型；（5）龙出宫造型；（6）蝴蝶盘花造型；（7）组字造型；（8）龙舟造型；（9）螺丝结顶造型；（10）卧（垛）龙造型；（11）龙尾高翘寻珠、追珠造型；（12）龙翻身接滚翻成造型；（13）单臂侧手翻接滚翻成造型。

难度动作：（1）大横8字花慢行进（成型4次以上）；（2）坐肩后仰成平盘起伏旋转（2周以上）；（3）站肩高塔造型自转一周；（4）首尾站肩盘柱造型；（5）龙头站肩立柱平盘起伏圆场2周以上。



第三章 自选套路的有关规定

第六条 自选套路的编排要求

舞龙运动大部分是在行进动态中完成“龙”的游弋、起伏、翻滚、腾越、缠绞、穿插等动作，利用人体多种姿态将力度、幅度、速度、耐力等糅于舞龙技巧之中，或动或静，组成优美形象的龙的雕塑，展现龙的精气神韵。

套路编排要内容丰富，构思巧妙，结构新颖，风格别致。舞龙技巧难度、创新动作符合龙的盘、游、翻、滚、穿、腾、缠、戏等形态，舞龙动作与动作之间要有机联系。动作与伴奏音乐和谐配合、完整统一。整个套路既要有观赏价值，又要有锻炼身体、增强体质质的作用。

第七条 自选套路的评分标准（满分为10分）

一、动作规格，分值为5分

1. 人体姿势正确，龙的形态饱满，技术方法合理，步型、步法规范，配合协调，圆满完成套路全部动作给予满分。

2. 出现与规格要求不符，每出现一次轻微失误扣0.1分，每出现一次明显失误扣0.2分，每出现一次严重失误扣0.3分。

二、艺术表现，分值为3分

1. 运动员精神饱满，神态演示丰富逼真，充分展示龙的精气神韵，具有较强的艺术感染力，视完成情况给予0.5~1分。

2. 编排结构合理，情节生动，主题鲜明，动作新颖；龙饰、服饰制作精良，器材设计独特，视完成情况给予0.5~1分。



3. 音乐伴奏与舞龙动作紧密配合，协调一致，风格独特，乐曲完整，很好地烘托舞龙气氛，视完成情况给予 0.5~1 分。

三、动作难度，分值为 2 分

1. 舞龙自选套路难度动作要求 10 个（含创新难度），完成套路难度动作要求给予 1.5 分，每少 1 个扣 0.1 分；

2. 超出难度动作要求 10 个以上者，每超出一个难度动作，加 0.05 分，超出两个难度动作加 0.1 分，依此类推，最高加 0.5 分。

第八条 对执龙珠队员动作的规定

（一）执龙珠队员既要突出龙珠的特性，又要与龙头、龙体的运动协调一致。

（二）单独表演时间每次不得超过 15 秒，违者按超时扣分。

第九条 对替换队员的规定

（一）替换队员在赛场外，可兼鼓乐伴奏。

（二）比赛中允许一名队员进场替换龙头队员，替换队员进场至被替换队员退场时间不得超过 20 秒，违者按超时扣分。

（三）替换队员进场参赛，须在赛前自选套路登记表中注明进退场的顺序、方位、路线，并得到裁判长的认可，不得临时更改。

第十条 对自选套路登记表的规定

自选套路登记表是比赛时检查核实动作顺序、数量和统计套路难度动作数量的依据。必须在预赛前 24 小时内呈交，一经报出不得临时更改。



第四章 规定套路的有关规定

第十一条 规定套路

- (一) 规定套路是根据舞龙技术发展的方向，所选定的具有代表性的舞龙基础动作和技巧动作，经过精心编排的套路。
- (二) 规定套路的动作规格、顺序、方向、行动路线均不得改变。
- (三) 规定套路比赛使用大会提供的公用龙具器材。
- (四) 规定套路比赛不得替换龙头队员。
- (五) 参加规定套路比赛的队员与自选套路一致，不得替换。

第十二条 规定套路的评分标准（满分为 10 分）

一、动作规格，分值为 7 分

1. 人体姿势正确，龙的形态饱满，技术方法合理，步型、步法规范，配合协调，圆满完成套路全部动作给予满分。
2. 出现与规格要求不符，每出现一次轻微失误扣 0.1 分；每出现一次明显失误扣 0.2 分；每出现一次严重失误扣 0.3 分。

二、艺术表现，分值为 3 分

1. 运动员精神饱满，神态演示丰富逼真，充分展示龙的精气神韵，具有较强的艺术感染力，视完成情况给予 0.5~1 分。
2. 结构严谨，布局合理，动作连贯，配合默契，规定动作顺序、方位、路线正确，龙饰、服饰制作精良，符合规则要求，视完成情况给予 0.5~1 分。
3. 音乐伴奏与舞龙动作紧密配合，协调一致，节奏清晰，乐曲完整，很好地烘托舞龙气氛，视完成情况给予 0.5~1 分。



第五章 传统项目的有关规定

第十三条 传统项目

传统舞龙项目丰富多彩、种类繁多，体现了各个地域舞龙的不同特点，极具民族文化内涵，形成为独具地方特色的民间运动项目。传统项目的编排，要具有继承和发扬传统体育文化，满足人们日益增长的体育和文化需求，发挥强身健体的价值和作用。

第十四条 传统项目的评分标准（满分为10分）

一、礼仪，分值为1分

临场精神饱满、礼貌大方，进退场礼仪规范，视完成情况给予0.5~1分。

二、主题，分值为1分

凡符合主题鲜明、内容丰富，能表现传统民俗基本规律、逻辑、程序，视完成情况给予0.5~1分。

三、形态，分值为1分

形态动作完美，技术方法合理，步型、步法规范，配合协调，视完成情况给予0.5~1分。

四、神态，分值为1分

神态丰富、演示逼真，精神饱满，展示龙的精气神韵，视完成情况给予0.5~1分。

五、音乐，分值为1分

音乐伴奏与动作和谐一致，节奏分明，风格独特，具有典型传



统样式并烘托舞龙气氛，视完成情况给予 0.5~1 分。

六、特色，分值为1分

民俗特色浓郁，传统艺术风格突出，样式独特，视完成情况给予 0.5~1 分。

七、编排，分值为1分

编排巧妙，结构紧凑，布局合理，充分利用器材配合主题展现龙的各种形态，视完成情况给予 0.5~1 分。

八、效果，分值为1分

具有较强的艺术感染力，现场表演效果显著，气氛较好，视完成情况给予 0.5~1 分。

九、技巧，分值为1分

表现完美，动作娴熟，能够通过一定的技巧动作合理地展示主题，并具有较强的观赏价值，视完成情况给予 0.5~1 分。

十、服装器材，分值为1分

服装具有一定的特色，款式色彩与器材搭配协调，器材设计构思巧妙并符合主题需要，视完成情况给予 0.5~1 分。

第六章 夜光舞龙的有关规定

第十五条 夜光舞龙套路的编排要求

舞龙运动大部分是在行进动态中完成“龙”的游弋、起伏、翻腾、越腾、缠绞、穿插等动作，利用人体多种姿态将力度、幅度、速度、耐力等糅于舞龙技巧之中，或动或静，组成优美形象的龙的



雕塑，展现龙的精气神韵。

套路编排必须主题鲜明、内容丰富、构思巧妙、结构新颖、风格别致。舞龙技巧难度、创新动作符合龙的盘、游、翻、滚、穿、腾、缠、戏等形态，舞龙动作与动作之间要有机联系，动作与伴奏音乐和谐配合、完整统一，整个套路既要有观赏价值，又要有锻炼身体、增强体质的作用。

第十六条 夜光舞龙套路的评分标准（满分为 10 分）

一、动作规格，分值为 5 分

1. 形态动作完美无缺，龙的造型饱满，技术方法合理，配合协调，圆满完成套路全部动作给予满分。
2. 出现与规格要求不符，每出现一次轻微失误扣 0.1 分；每出现一次明显失误扣 0.2 分；每出现一次严重失误扣 0.3 分。

二、艺术表现，分值为 3 分

1. 运动员精神饱满，神态演示丰富逼真，充分展示龙的精气神韵，具有较强的艺术感染力，视完成情况给予 0.5~1 分。
2. 凡符合编排要求，主题鲜明，结构合理，情节生动，动作新颖，龙饰、服饰制作精良，器材设计符合要求，造型别致，视完成情况给予 0.5~1 分。
3. 音乐伴奏与舞龙动作紧密配合，协调一致，风格独特，乐曲完整，很好地烘托舞龙气氛，视完成情况给予 0.5~1 分。

三、动作难度，分值为 2 分

1. 夜光舞龙难度动作要求 10 个，完成套路难度动作要求给予 1.5 分，每少 1 个扣 0.1 分。
2. 超出难度动作要求 10 个以上者，每超出一个难度动作，加 0.05 分，超出两个难度动作加 0.1 分（依此类推），最高加 0.5 分。



第十七条 对服饰与布置的规定

一、服饰

1. 比赛时，舞龙和龙珠的运动员要求穿戴整洁，服饰与鞋袜不得有夜光效果。

2. 鼓乐人员服饰可以与舞龙者服饰不同。

3. 运动员上场比赛须自备佩戴有夜光效果的号码布，执龙珠者为“0”号，执龙头者为“1”号，其余依次顺延。替换队员、伴奏队员均须佩戴号码。

二、布置

1. 比赛时，允许运动队在场地内简易装饰布置，以增强现场气氛、突出主题，装饰物须运用得当，装拆方便，必须与竞赛内容相吻合。

2. 装饰物不能阻挡评分裁判员视线，不得使用烟幕、烟火、闪光灯等饰物；不得张挂与比赛无关的内容。

3. 布置人员进场装饰时间不得超过3分钟，拆除时间不超过2分钟，逾时按超时扣分。

第十八条 对替换队员的规定

(一) 替换队员在赛场外，可兼鼓乐伴奏。

(二) 比赛中允许队员进场替换，进场替换队员和被替换队员在比赛期间不得退出场外，违者按出界扣分。

(三) 替换队员进场参赛，需在赛前套路登记表中注明进退场的顺序、方位、路线，并得到裁判长的认可，不得临时更改。

第十九条 对套路登记表的规定

自选套路登记表是比赛时检查核实动作顺序、数量和统计套路难度动作数量的依据。必须在预赛、决赛前24小时内呈交，一经报出不得临时更改。



第七章 技能舞龙的有关规定

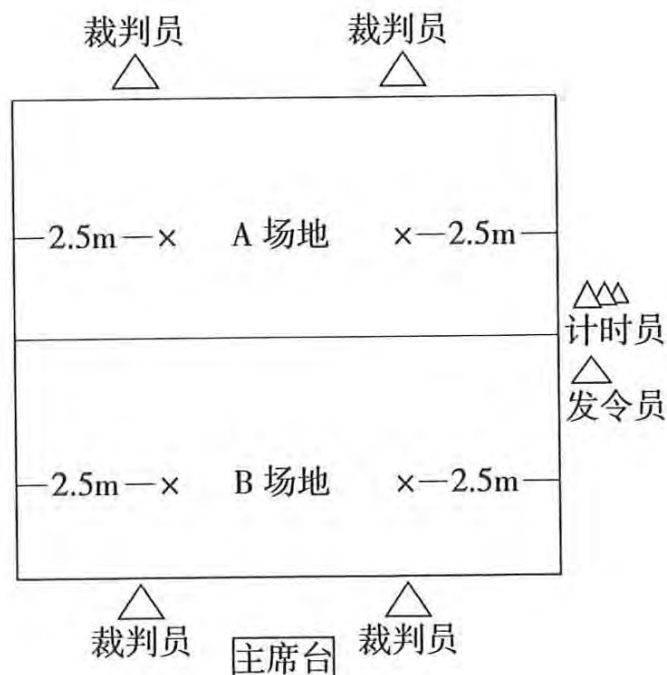
第二十条 抽签舞龙

一、项目介绍

抽签舞龙是指在临场比赛前，抽取规定动作签，即时编成组合，完成规定数量，计算用时多少，是检验舞龙队专项技术组合能力、基本技能以及素质的一种竞赛项目。

二、竞赛场地

1. 比赛场地为长 20m、宽 10m 的长方形场地，要求地面平整、清洁。
2. 在场地内，垂直距两端线中点 2.5m 处各设一标志杆，杆垂直于地面，杆高 2.0m。见下图：



抽签舞龙场地示意图



三、竞赛器材

1. 龙具：每支参赛队自备一条符合本《舞龙竞赛规则》要求的比赛龙参赛。
2. 龙柱 4 个，高 2m，柱体宽 0.1m，支柱架 0.4m（具体规格见“技能舞龙竞赛器材规格图示”）。

四、参赛人数

每支参赛运动队不得超过 10 人，中途不得替换场上任何队员。

五、竞赛方法及要求

（一）竞赛方法

1. 比赛采用单败淘汰赛制。参加比赛的队（或人）按照编排秩序进行比赛，胜者进入下一轮比赛，负者被淘汰，直到决出冠军，称为单败淘汰赛。

（1）单败淘汰赛阶段，八分之一决赛。八分之一决赛采用单败淘汰赛制，获胜的 8 支队参加四分之一决赛。

（2）单败淘汰赛阶段，四分之一决赛。8 支队采用单败淘汰赛制决出 4 支胜队参加半决赛比赛。

（3）决赛。半决赛的 2 支负队进行铜牌赛，决出铜牌及第四名。半决赛的 2 支胜队进入决赛，决出金、银牌。

2. 抽签时间：

（1）参赛队在联席会议上抽取各队的上场序号签，按照比赛对阵表进行比赛。

（2）参赛队在临场比赛前 5 分钟抽取参赛动作内容签（抽签动作内容附后）和场地签，并签字认可，同一对阵组动作内容相同。

3. 参赛队在临场比赛前抽取单个动作签 4 个，即时自行编成一个组合，组合动作前必须从规定造型动作里选取一个造型动作作为组合动作前的起始，参赛队在各自比赛场内做好造型，听到开始信号后，龙珠、龙头带领龙身解开造型后开始做自编组合动作，重复 3



次（造型动作不重复做），跑出终点线，用时少者进入下一轮比赛。

（二）竞赛要求

1. 参赛队听到开始信号后方能解开造型，不得犯规（如出现犯规一次警告，两次取消参赛资格）。

2. 参赛队必须按抽签动作要求，完成规定次数，不得漏做内容和少做动作次数。

3. 动作次数的计算：按全部队员实际完成数计算，如遇中途失误停顿，必须从失误处重新开始完成规定动作数量。

4. 每做完一个组合后，必须绕过场地两端任意一标志杆，即“组合动作—绕杆—组合动作—绕杆—组合动作—跑出终点线”。

六、抽签动作内容及要求

序号	动作名称	技术要求
1	螺旋跳龙（顺时针）2次	以龙头面对龙身，龙头队员将龙头从上向右、下、左的方向舞动
2	螺旋跳龙（逆时针）2次	以龙头面对龙身，龙头队员将龙头从上向左、下、右的方向舞动
3	螺旋跳龙磨转一周（6次以上）	龙珠、龙头带领龙身螺旋跳龙一周后回到开始位置
4	左右螺旋跳龙4次	左右螺旋交替进行，一共4次
5	斜盘跳龙2次	从第2把开始依次斜盘跳
6	穿尾越龙身1次	龙珠、龙头带领龙身穿过龙尾后，3、5、7、9把必须从龙珠、龙头把杆上越过
7	绕身舞龙2次	3、5、7、9把分别绕2、4、6、8把身体2次
8	换位螺旋跳龙2次	龙头从第一节龙身下穿过，开始换拉螺旋跳龙2次
9	连续快速穿腾2次	6、7、8、9把必须从第一、二、三、四节龙身上越过



第二部分 舞龙竞赛规则

(续表)

序号	动作名称	技术要求
10	大立圆螺旋前进 2 周	立圆之间不可相距太远
11	首尾穿肚 1 次	龙头、龙尾分别带领龙头、8 把同时从第四、五节龙身下穿过，第五把顺龙体轨迹越过
12	首尾向内螺旋跳龙 (U 型) 2 次	第五把必须顺龙体旋转而越过龙身
13	首尾向外螺旋跳龙 (U 型) 2 次	第五把必须顺龙体旋转而越过龙身
14	首尾左右螺旋跳龙 (U 型) 4 次	首尾左右交替螺旋跳龙一共 4 次，第五把越龙身动作不做规定
15	首尾螺旋跳龙 (直线型) 3 次	龙头龙尾必须站成一直线带领龙身做螺旋跳龙
16	逆向跳龙行进 2 次	边跳龙边行进
17	正反腾越行进 1 次	连续快速穿腾、腾越各 1 次
18	矮步圆场起伏越障碍 1 周	边跳边起伏龙身，达到一周
19	高塔盘造型	造型动作：任选一个造型作为起始动作
20	龙腾九霄造型	

要求：龙形圆顺、连贯、对称；龙体运动轨迹清晰、流畅、饱满，不明显塌肚；不碰踩龙体、拖地；速度、幅度要统一；不得改变组合动作的顺序；不得碰倒场内标志杆。

七、评分细则

1. 出现以下错误：每出现一次增加 5 秒，增入完成时间之中。

- (1) 队员相撞、落地、附加支撑等。
- (2) 器材折断、脱把等。
- (3) 龙饰、服饰掉地等。
- (4) 碰踩龙体、龙体打结等。
- (5) 单个动作次数不够。



- (6) 改变组合动作顺序。
- (7) 踩边线出界。
- (8) 碰倒场地内标志杆。
- (9) 与技术要求不符者。

以上评分由临场裁判员执行。

2. 其他错误:

- (1) 起跑犯规：第一次起跑犯规，给予警告；第二次起跑犯规，取消比赛资格。
- (2) 参赛队没有完成整个比赛内容，中途退场者，不予评分。
- (3) 参赛队没有造型起始动作开始比赛者，不予评分。
- (4) 漏做一组动作，不予评分。
- (5) 任何一次没有绕场地内标志杆者，不予评分。

以上评判由裁判长执行。

八、计时方法

采用计时形式确定最后成绩。

1. 计时：以鸣出发信号为计时开始；最后一名队员跑过终点线为计时结束。

2. 完成时间：裁判组每队配备三块秒表计时，以临场裁判组计时表为准，在三块正式表中，如两块表所计时间相同而第三块表不同时，应以两块表所计时间为准；如三块表所计时间各不相同，则应以中间时间为准；即为该队的完成时间。

3. 增加用时确定：裁判员根据参赛队临场发挥的技术水平，按抽签舞龙规则评分细则，评判出该队出现与要求不符的增加时间，即为该队增加用时。

4. 实际用时：是以完成时间加上错误增加时间之和，为该队的实际用时。



九、名次评定

(一) 每轮比赛胜负评定

1. 以实际用时少者为胜方。
2. 如果时间相等按下列方法确定：
 - (1) 以增加用时少者为胜方；
 - (2) 如时间再相等，则加赛一场，实际用时少者为胜方。

(二) 名次评定

1. 抽签舞龙比赛进行单败淘汰赛直至最终的冠、亚军决赛。胜者冠军，负者亚军。
2. 半决赛的 2 支负队进行铜牌赛，决出铜牌及第四名。
3. 八分之一决赛的 4 支负队进行第五至第八名的争夺。

第二十一条 竞速舞龙

一、项目介绍

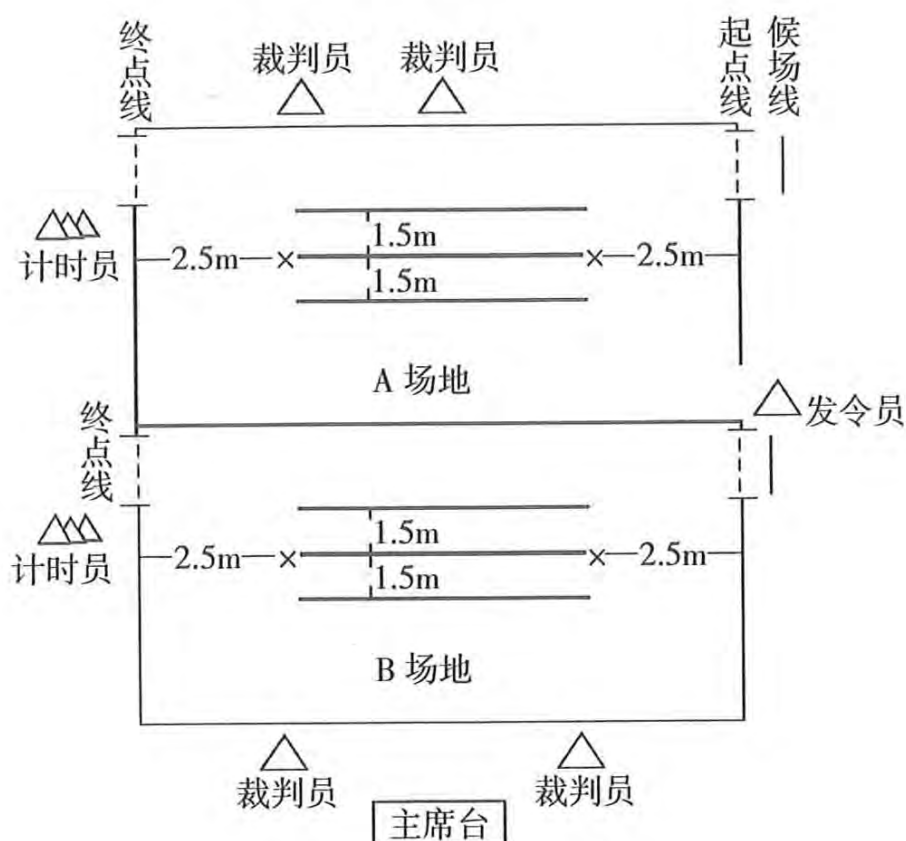
竞速舞龙是运动队用娴熟的技术，规范的标准，以最快的速度，在规定的场地内，完成规定的舞龙竞赛内容与动作数量；是检验舞龙队专项技术、身体素质和舞龙技能水平的一种竞赛项目。

二、竞赛场地

比赛场地为长 20m、宽 10m 的长方形场地，要求地面平整、清洁。具体场地规划如下：

- (1) 在场地内，垂直距两端线中点 2.5m 处各设一标志杆，杆垂直于地面，杆高 2.0m。
- (2) 在场地内，垂直两端线 5m 处标一垂直中线（绿色），以中线距离 1.5m 处标两根红色平行线。见下图：





竞速舞龙场地示意图

三、竞赛器材

1. 龙具：每支参赛队自备一条符合本《舞龙竞赛规则》要求的比赛龙参赛。
2. 龙柱 4 个，高 2m，柱体宽 0.1m，支柱架 0.4m（具体规格见“技能舞龙竞赛器材规格图示”）。

四、参赛人数

每支参赛运动队不得超过 10 人，中途不得替换场上任何队员。

五、竞赛方法及要求

（一）竞赛方法

参赛队龙珠站在起点线，龙头龙体站在候场线后候场，听到出



发信号后，龙珠、龙头带领龙身开始起跑，依次完成规定竞赛内容及动作数量后，迅速跑过终点线。

(二) 竞赛要求

(1) 参赛队听到开始信号后，不得起跑犯规（如出现犯规一次警告，两次取消参赛资格）。

(2) 参赛队必须按规定的路线要求，完成规定的内容及动作数量，不得漏做内容和少做动作次数。

(3) 动作次数的计算：按全部队员实际完成数计算，如遇中途失误停顿，必须从失误处重新开始完成规定动作数量。

六、竞赛内容及要求

(一) 举龙直线行进入场

参赛队听到开始信号后，龙珠带领龙体跑入场内，绕过终点线处的标志杆折回。（图 1）

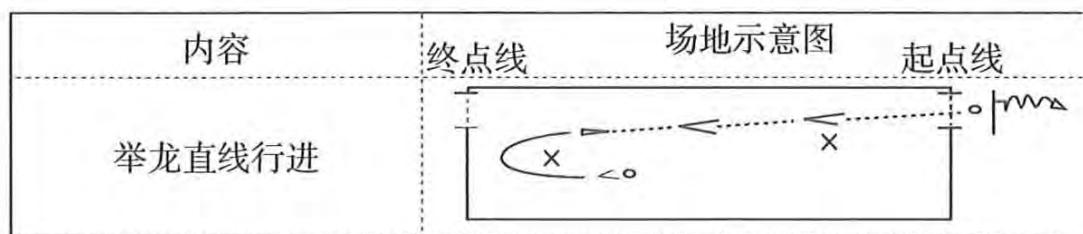


图 1

要求：龙形饱满，不塌肚。

(二) 连续快速穿腾

龙珠引龙体行进左转穿第四节龙身，1号队员穿第五节龙身，紧随龙珠行进，第6、7、8、9号队员分别依次腾越第一、二、三、四节龙身，重复4次。（图 2）

内容	场地示意图
连续快速穿腾	

图 2

要求：穿腾利索，不碰踩龙体。

(三) 连续快速螺旋跳龙

龙珠、龙头带领龙体做顺时针方向的螺旋跳龙 10 次。（图 3）

内容	场地示意图
连续快速螺旋跳龙	

图 3

要求：龙体圆顺，不打结。

(四) 直躺舞龙 10 次

龙珠、龙头必须将队员带到场内的中线，做直躺舞龙，要求左右八字舞龙达到两边红线上 10 次。（图 4）

内容	场地示意图
直躺舞龙	

图 4

要求：（1）龙体运动轨迹顺畅，不停顿；（2）直躺舞龙时，要求躺在场地中线上，左右八字舞龙达到两边红线上，即为完成次数。

（五）举龙直线跑出场

龙珠带领龙体绕过起点线的标志杆后，举龙直线跑过终点线。

（图 5）

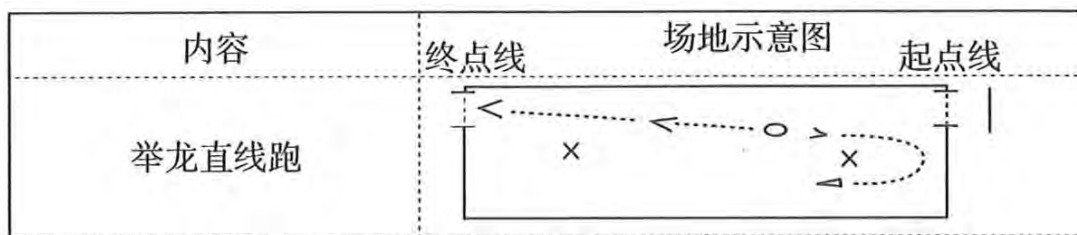


图 5

要求：绕标志杆时不碰撞杆，直线行进时保持龙体饱满。

七、评分细则

1. 出现以下错误：每出现一次增加 5 秒时间，增入完成时间之中。

- （1）少做动作规定次数。
- （2）队员倒地、脱靶、龙体打结。
- （3）器材落地、饰物掉地。
- （4）踩边线出界。
- （5）撞倒标志杆。
- （6）龙体严重塌肚或重叠。

以上评分由临场裁判员执行。

2. 其他错误：

（1）参赛队没有完成规定竞赛内容（漏做动作），中途退场者，不予评分。

(2) 参赛队未按规定路线完成竞赛内容（没有绕过标志杆），不予评分。

(3) 参赛队少做一组比赛内容，不予评分。

(4) 起跑犯规：第一次起跑犯规，给予警告；第二次起跑犯规，取消比赛资格。

以上评判由裁判长执行。

八、计时方法

采用计时形式确定最后成绩。

1. 计时：以鸣出发信号为计时开始；最后一名队员跑过终点线为计时结束。裁判组每队配备三块秒表计时，以临场裁判组计时表为准，在三块正式表中，如两块表所计时间相同而第三块表不同时，应以这两块表所计时间为准；如三块表所计时间各不相同，则应以中间时间为准；即为该队的完成时间。

2. 增加用时确定：裁判员根据参赛队临场发挥的技术水平，按竞速舞龙规则评分细则，评判出该队出现与要求不符的增加时间，即为该队增加用时。

3. 实际用时：是以完成时间加上错误增加时间之和，即为该队的实际用时。

九、名次评定

(一) 以实际用时少者名次列前。

(二) 如果时间相等按下列方法确定：

1. 以增加用时少者名次列前；

2. 如时间再相等，则加赛一场，实际用时少者名次列前。

第二十二条 障碍舞龙

一、项目简介

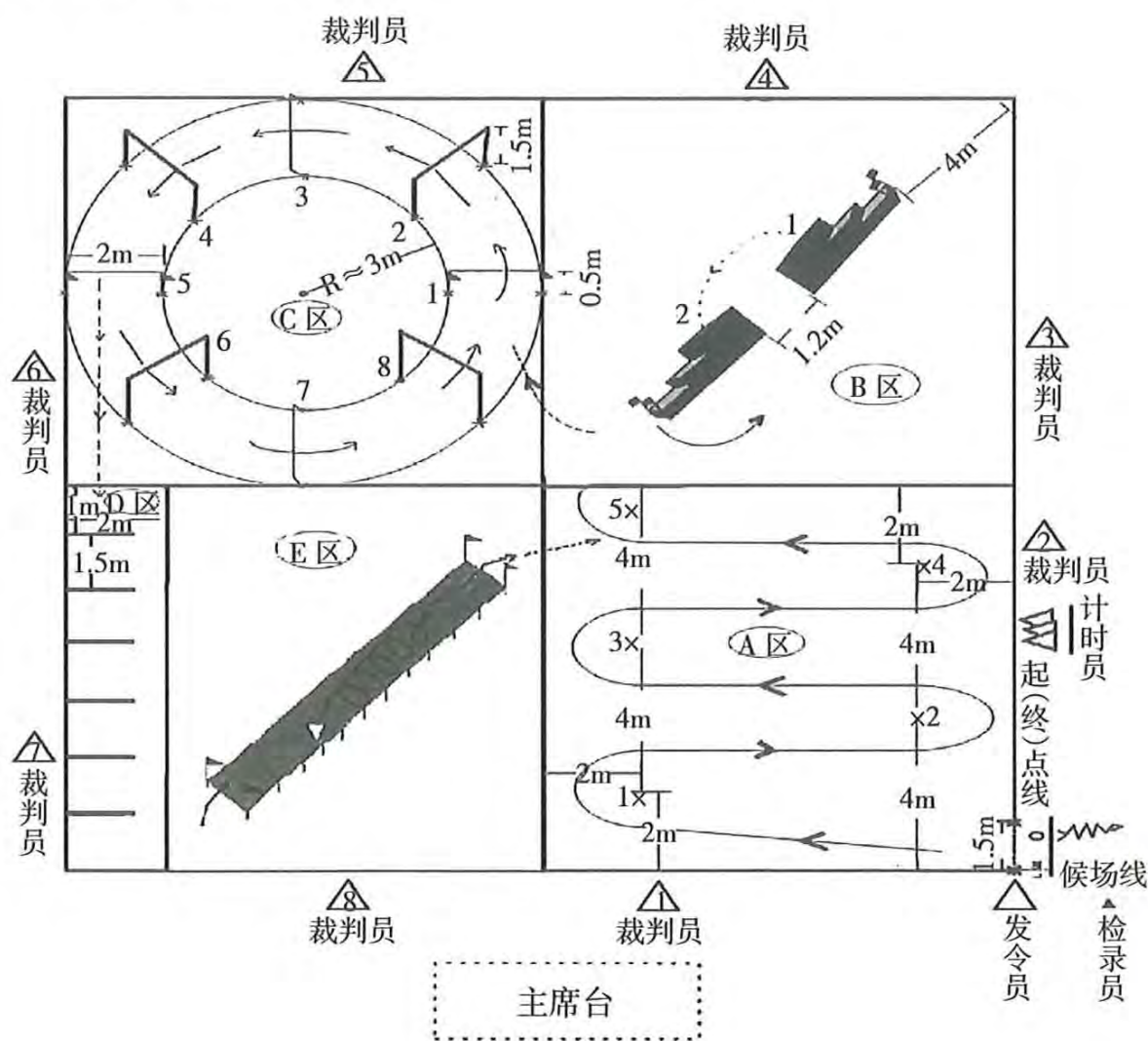
障碍舞龙是指参赛队以娴熟技术，用舞龙动作中的游、翻、



腾、穿等形式，绕过、穿过或跃过场内所设障碍物，完成特定竞赛内容的一种竞赛项目。

二、竞赛场地

20m×20m 的正方形平整场地，要求地面平整、清洁。具体场地规划见下图：



障碍舞龙场地示意图

三、竞赛器材

1. 龙具：每支参赛队自备一条符合本《舞龙竞赛规则》要求的比赛龙参赛。

2. 障碍物：龙柱 7 个；龙门 8 个；「型障碍物 6 个；阶梯式障碍物 2 组；独木桥 2 组（具体规格见“技能舞龙竞赛器材规格图示”）。

四、参赛人数

每支参赛运动队不得超过 10 人，中途不得替换场上任何队员。

五、竞赛方法及要求

（一）竞赛方法

参赛队听到点名，龙珠站在起点线，龙头、龙体站在候场线后候场，当听到发令信号后，由龙珠带领龙头、2 号、3 号……队员依次开始起跑，按顺序在规定区域内完成规定比赛内容，即：A 区（快速曲线起伏绕龙柱行进）→B 区（飞跃高台）→C 区（一跃一穿跑圆场）→D 区（单侧起伏绕杆行进）→E 区（独木桥连续螺旋跳龙）→A 区（腾绕行进）→A 区（举龙跑出场）。

（二）竞赛要求

1. 参赛队听到开始信号后方能起跑入场，不得起跑犯规（如出现犯规一次警告，两次取消参赛资格）。

2. 参赛队必须按规定的路线要求，完成规定的内容及动作数量，不得漏做内容和少做动作次数。

3. 动作次数的计算：按全部队员实际完成数计算，如遇中途失误停顿，必须从失误处重新开始完成规定动作数量。

六、竞赛内容及要求

（一）快速曲线（左右）起伏绕龙柱行进（A 区）

龙珠引龙体快速左右曲线起伏依次绕杆外侧行进。（图 6）

要求：（1）龙体保持饱满、顺畅；（2）不能将标志杆碰倒；（3）不可少绕标志杆；（4）队员之间不可以相撞；（5）龙体起伏绕行时，龙体上过头，下低于肩以下。



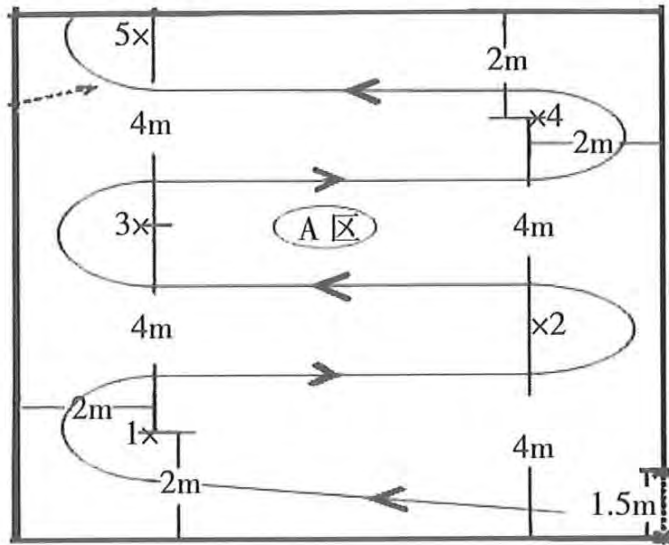


图 6

(二) 飞跃高台 (B 区)

龙珠引龙体举龙跑上 1 号高台，并从 1 号高台依次飞跃到 2 号高台跑下，重复一次，进入 C 区。(图 7)

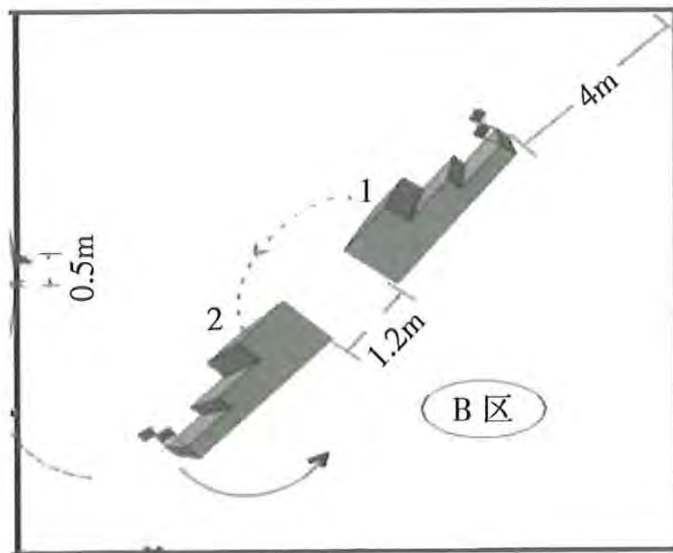


图 7

- 要求：(1) 龙体保持饱满、顺畅；(2) 飞跃高台时不能落地；(3) 必须从标志旗中间上、下高台；(4) 队员之间不允许相撞。

(三) 一跃一穿跑圆场一周半 (C 区)

进入 C 区，龙珠带领龙体逆时针方向快速依次跃、穿所设障碍物，必须跑圆场一周半后进入 D 区。(图 8)

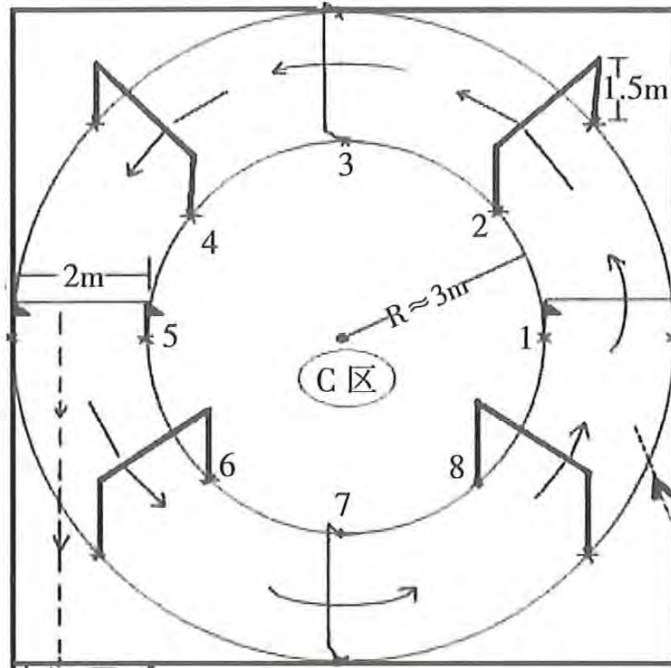


图 8

要求：(1) 龙体保持饱满、顺畅；(2) 不可碰倒障碍物；(3) 不能绕过障碍物；(4) 队员之间不可以相撞；(5) 不可少跃、穿障碍物。

(四) 单侧起伏 (上下) 绕杆行进 (D 区)

龙珠带领龙体进入 D 区，龙体必须上、下绕过障碍物做单侧起伏行进，进入 E 区。(图 9)

要求：(1) 龙体保持饱满、顺畅；(2) 不能碰倒标志杆；(3) 队

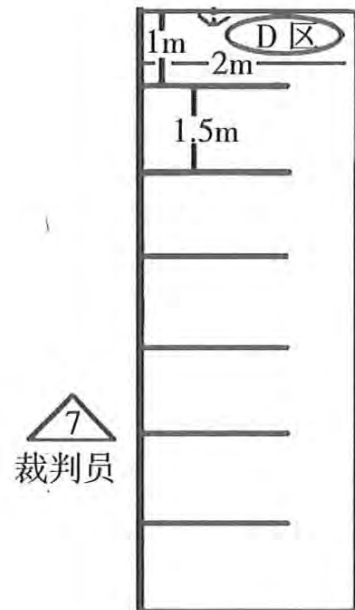


图 9



员之间不可以相撞；（4）不可少绕或漏绕障碍物。

（五）独木桥连续螺旋跳龙（E区）

进入E区，龙珠带领龙体上独木桥，完成连续螺旋跳龙6次。

（图10）

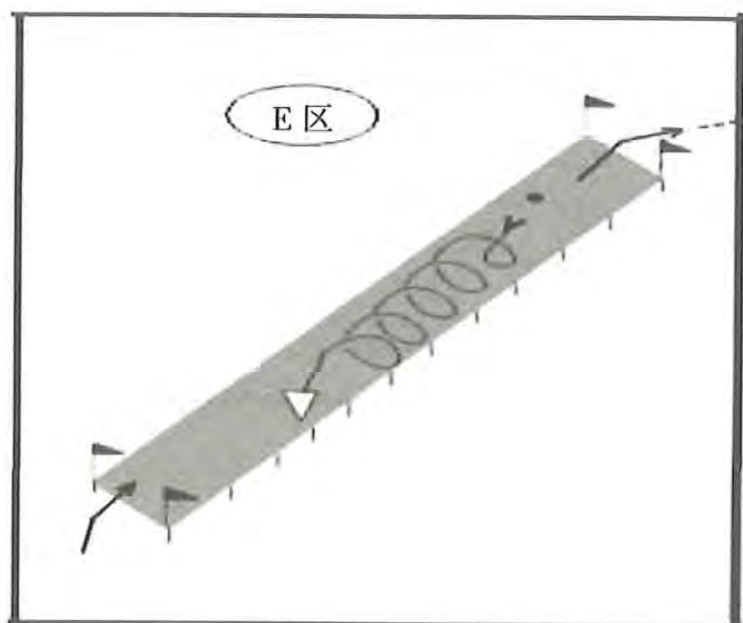


图10

要求：（1）龙体保持饱满、圆顺，不打结；（2）完成规定次数，如遇中途失误停顿，必须从失误处重新开始动作完成规定动作数量。

（六）腾绕行进（A区）

进入A区，龙珠带领龙体举龙行进，依次围绕场上的5个标志杆，在第5、3、1标志杆处做绕杆快速穿腾动作（即龙珠引龙体举龙行进，左转穿越第五节龙身，1、2、3号队员分别穿第六、七、八节龙身，紧随龙珠行进，第7、8、9号队员分别依次腾越第一、二、三节龙身），在第4、2标志杆处做绕杆行进动作。（图11）

要求：（1）龙体保持饱满、顺畅；（2）不能碰倒标志杆；（3）队员之间不可以相撞；（4）不可少绕或漏绕障碍物。

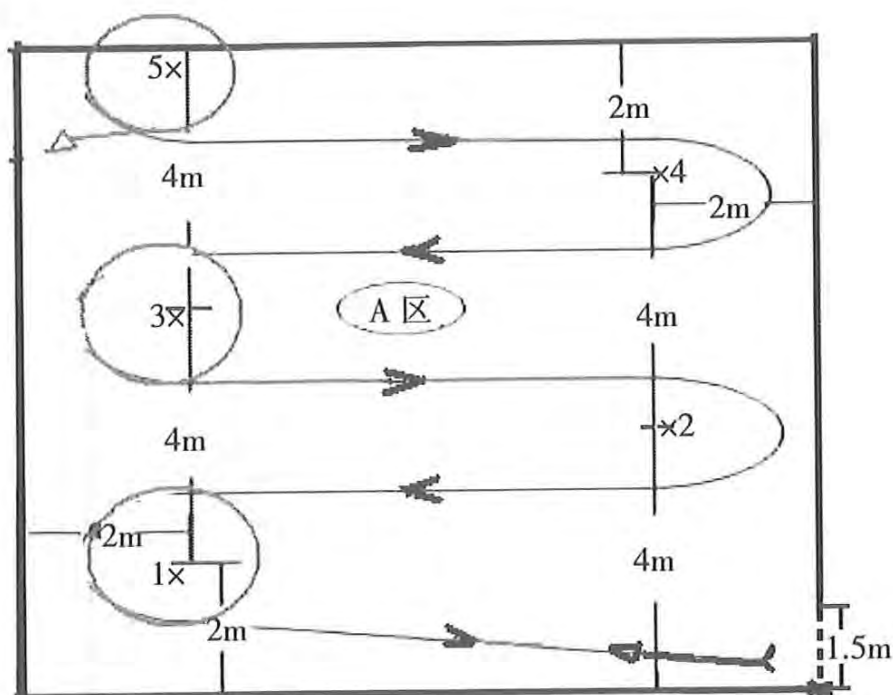


图 11

(七) 举龙跑出场 (A区)

龙珠带领龙体举龙跑过终点线。

要求：(1) 龙体保持饱满、顺畅；(2) 必须从终点线上标志杆中间跑出场。

七、评分细则

1. 出现以下错误：每出现一次增加 5 秒时间，增入完成时间之中。

- (1) 龙饰、服饰掉地，队员相撞、落地等。
- (2) 器材折断、脱把、龙体打结等。
- (3) 标志障碍物碰倒、移动等。
- (4) 少绕、少穿、少越障碍物等。
- (5) 单个动作次数不够等。

以上评分由临场裁判员执行。

2. 其他错误:

(1) 起跑犯规: 第一次起跑犯规, 给予警告。第二次起跑犯规, 取消比赛资格。

(2) 参赛队没有完成整个比赛内容, 中途退场者, 不予评分。

(3) 参赛队少做一组比赛内容, 不予评分。

(4) 参赛队未按规定路线完成竞赛内容, 不予评分。

以上评判由裁判长执行。

八、计时方法

采用计时形式确定最后成绩。

1. 计时: 以鸣出发信号为计时开始; 最后一名队员跑过终点线为计时结束。

2. 完成时间: 裁判组每队配备三块秒表计时, 以临场裁判组计时表为准, 在三块正式表中, 如两块表所计时间相同而第三块表不同时, 应以两块表所计时间为准; 如三块表所计时间各不相同, 则应以中间时间为准; 即为该队的完成时间。

3. 增加用时确定: 裁判员根据参赛队临场发挥的技术水平, 按障碍舞龙规则评分细则, 评判出该队出现与要求不符的增加时间, 即为该队增加用时。

4. 实际用时: 是以完成动作时间与增加用时相加之和, 即为该队的实际用时。

九、名次评定


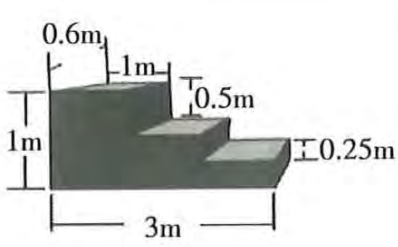
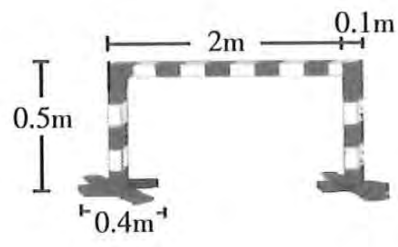
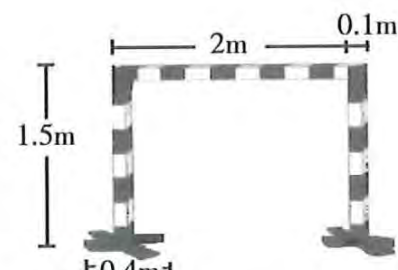
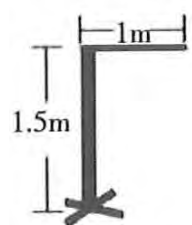
(一) 以实际用时少者名次列前。

(二) 如果得分相等按下列方法确定:

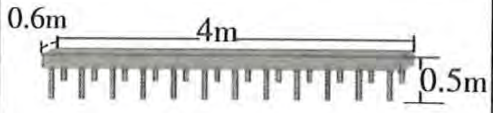
1. 以增加用时少者名次列前;

2. 如时间相等, 则加赛一场, 实际用时少者名次列前。

技能舞龙竞赛器材规格图示

名称	规格	示意图	数量
A区: 龙柱规格	龙柱高 2m, 柱体宽 0.1m, 支柱架 0.4m		7个
B区: 高台规格	高台台面长 1m, 宽 0.6m, 桥面厚度 0.05m, 桥阶梯高度分别为 0.25m、0.25m、0.5m, 总高 1m, 桥总长 3m		2个
C区: 低龙门规格	龙门高 0.5m, 柱体宽 0.1m, 长 2m, 支柱架 0.4m		4个
C区: 高龙门规格	龙门高 1.5m, 柱体宽 0.1m, 长 2m, 支柱架 0.4m		4个
D区: 「柱规格	「柱高 1.5m, 横杆长 1m 柱体宽 0.1m, 支柱架 0.4m		6个

(续表)

名称	规格	示意图	数量
E区: 独木桥规格	桥宽 0.6m, 桥面厚度 0.05m, 桥高度 0.5m, 桥长 8m		2组

第八章 舞龙动作失误扣分细则

第二十三条 裁判员扣分

一、轻微失误 (每次扣0.1分)

1. 龙体轻微打折。
2. 龙体运动与人体动作轻微脱节。
3. 人体造型动作不到位。
4. 躺地、起立时有附加支撑。
5. 组图造型转换不够紧凑，解脱不够利索。
6. 静态造型，龙体不饱满、形象不逼真。

二、明显失误 (每次扣0.2分)

1. 龙体运动各节速度不统一，出现塌肚或脱节现象。
2. 龙体运动幅度不统一，出现不合理的擦地。
3. 队员失误相撞、碰踩龙身、龙杆，龙体出现短暂停顿。
4. 队员上肩、上腿、搁脚、骑肩、叠背、滚背、挂腰等技术动作失误或滑落。
5. 龙体运动由动到静、由静到动转换松散。
6. 快舞龙时力量不足、速度不快。
7. 单一动作次数不足。

三、严重失误（每次扣0.3分）

1. 动作失误，龙体出现不合理打结。
2. 运动员动作失误倒地。
3. 运动员动作失误脱把。

四、其他失误

1. 器材落地，每次扣0.2分。
2. 器材损坏，扣0.3分。
3. 服饰掉地，每件扣0.1分。
4. 教练员以信号、叫喊等方式提醒本队场上队员，每次扣0.1分。

第二十四条 裁判长扣分

一、出界

运动员出界或踩线，每人每次扣0.1分。

二、时间

不足或超出规定时间1秒至15秒，扣0.1分；不足或超出规定时间15.1秒至30秒，扣0.2分；依此类推。

三、规定套路漏做、添加、改变动作

凡是出现漏做动作、增加动作和改变动作顺序、路线、方向，每出现一次扣0.3分。

四、重做

1. 运动队因客观原因，造成比赛套路中断，可重做一次，不予扣分。

2. 运动员受伤、器材损坏、伴奏音乐等主观原因造成比赛套路中断，经裁判长许可，可申请重做，安排于该赛次最后一场，扣1分。



五、违例

1. 参赛队员每超过 1 人，扣 0.5 分。
2. 舞龙自选套路登记表迟交者，扣 1 分。
3. 礼仪违例（每出现一次扣 0.5 分）。
4. 夜光舞龙，龙珠和运动员服饰与龙杆（配戴号码除外）有夜光效果，违者扣 0.5 分。
5. 场内运动员号码配戴不整齐，扣 0.3 分。
6. 规定套路队员与自选套路队员不一致，出现替换（每人扣 0.5 分）。

第九章 评分方法

第二十五条 裁判员评分

舞龙比赛属技能类、表现性，由裁判员评分的竞分性集体竞赛项目。

裁判员临场评分有 5 人评分制、7 人评分制、9 人评分制三种方法（均设 1 名值班裁判员）。

评分裁判员根据运动队临场发挥的技术水平，根据舞龙规则评分标准，在各类错误中减去相应扣分，所剩部分即为该队得分。

第二十六条 应得分的确定

（一）5 名或 7 名裁判员评分时，取中间 3 个有效分的平均值，即为该运动队的应得分。

（二）9 名裁判员评分时，取中间 5 个有效分的平均值，即为该运动队的应得分。

(三) 应得分只取小数点后两位 (小数点后第三位数字不作四舍五入)。

第二十七条 有效分之间的差数规定

(一) 当应得分在 9.5 分和 9.5 分以上时, 差数不得超过 0.2 分。

(二) 当应得分在 9 分以上和 9.5 分以下时, 差数不得超过 0.3 分。

(三) 当应得分在 9 分以下时, 差数不得超过 0.5 分。

第二十八条 基准分的使用

当评分裁判员有效分之间的差数出现不符合规则规定时, 裁判长判定的分数即为基准分。将基准分与其最接近的两个 (或四个) 有效分相加除以 3 (或除以 5), 即为该队应得分。

第二十九条 最后得分

裁判长依据规则, 从运动队应得分数中扣除第二十四条“裁判长扣分”所规定的应扣分, 即为该队最后得分。

第十章 其他

第三十条 解释权

本规则解释权属国际龙狮运动联合会。

