



1. 規則規範

特殊奧林匹克規則規範所有特奧男子體操賽事。作為一項國際性的運動項目，本章所列之規則是以國際體操聯合會(Federation Internationale de Gymnastique，簡稱 FIG - 網頁：www.fig-gymnastics.com) 的規則為依據。若 FIG 規則與特奧通則及體操規則發生衝突時，應以特奧運動規則作依據。

請參閱特殊奧林匹克 Article 1，以瞭解更多有關行為守則、培訓標準、醫護和安全要求、分組測試、獎勵、提高到更高競爭水平的條件，以及融合運動的資訊。

2. 比賽項目

有關項目為不同能力的運動員提供比賽機會。成員組織可自行訂定賽事規章及所提供的比賽項目。教練應因應運動員的能力及興趣，選擇合適的項目加以培訓。

下列項目為特殊奧林匹克的正式比賽項目。

2.1 A 級 - 供未能站立或需使用輪椅、助行器或別人扶持進行比賽的運動員參加。可自行編排自由體操的動作。

- 自由體操
- 騰越/跳馬
- 雙槓
- 水平槓

2.2 B 級 - 供能力稍遜而能自行完成比賽的運動員參加。可自行編排自由體操的動作。

- 自由體操
- 鞍馬
- 騰越/跳馬
- 單槓

2.3 C 級 - 供能力稍遜而能完成指定動作套路的運動員參加，此級別的重點是建立基本技巧，以至整合成指定的動作套路

- 自由體操
- 鞍馬
- 騰越/跳馬
- 單槓



2.4 一級 - 以 C 級技巧作基礎的低難度指定動作套路。

- 自由體操
- 鞍馬
- 吊環
- 騰越/跳馬
- 雙槓
- 單槓

2.5 二級 - 中等難度指定動作套路。

- 自由體操
- 鞍馬
- 吊環
- 騰越/跳馬
- 雙槓
- 單槓

2.6 三級 - 自選「FIG A 級」或「非 FIG A 級」動作套路。

- 自由體操
- 鞍馬
- 吊環
- 雙槓
- 單槓

2.7 四級 - 自選動作套路難度。

- 自由體操
- 鞍馬
- 吊環
- 騰越/跳馬
- 雙槓
- 單槓

3. 比賽規則

3.1 教練須以運動員的能力及安全為前提，為其揀選合適難度級別的比賽項目。

3.2 比賽項目的次序為：自由體操、鞍馬、吊環、騰越/跳馬、雙槓、單槓。運動員會被安排於任何一個項目開始比賽，但須按照上述次序進行不同項目的比賽。



- 3.3 運動員所參與之所有賽項必須為同一難度級別，方有個人全能項目的參加資格。若其中一項沒有取得分數，則喪失個人全能項目的獲獎資格。
- 3.4 運動員可參與所有(全能)或部份屬同一難度級別的比賽項目。運動員參與國際性比賽的參賽項目必須屬於同一難度級別。而運動員參與本地比賽的參賽項目則可屬不同的難度級別，惟難度級別差距只可相差一級，比賽規則由本地賽事組織自行決定。
- 3.5 動作示範影片為正式版本，本規則只作參考，如動作示範影片與本規則有差異，則以影片為準。
- 3.6 就有關獎項方面，所有賽事就運動員之能力級別及年齡分組。分組方法以特奧理念為中心，即能力相近的運動員組成一組比賽。全能與個別項目的分組須分開進行。
- 3.7 為視障體操運動員的調適：
 - 3.7.1 所有級別的比賽均允許提供協助。然而，教練必須在比賽前及每個項目開始前，向賽會和裁判員通知運動員的視障情況。
 - 3.7.2 在所有比賽項目中可以使用如拍手等聽覺提示。
 - 3.7.3 在跳馬項目中，運動員可以選擇不助跑，而是使用一至兩步，或抓著跑道旁邊的繩子前行。

4. 服飾

- 4.1 男子運動員可穿著合適的緊身體操衣及體操長褲或短褲，或穿著運動服代替，但須把上衣掖進褲內。運動員可穿著襪子、技巧鞋或赤腳進行比賽。
- 4.2 不可佩戴任何首飾。

5. 設備及器材

- 5.1 比賽器材一般需符合 FIG 規格。
- 5.2 賽會有權就運動員的技術水平及身型作出合適的調整，但必須以運動員的安全為首要考慮。
 - 5.2.1 身型較細小的運動員可使用額外的軟墊以確保安全(除比賽規則特別註明外，分數不會扣減)
 - 5.2.2 圍繞器材的軟墊上可放置跳板幫助運動員登上器材，使用後應立即移開。
 - 5.2.3 跳馬箱只供四級跳馬比賽時使用，其他級別的跳馬會使用軟墊代替。有關規則在本規則及示範影片列明。
 - 5.2.4 比賽中可使用任何製造商的跳板。如有倒懸或自選的跳馬動作必須使用跳馬墊圈。
 - 5.2.5 可按運動員身高調整吊環、雙槓及單槓的高度。如器材經調教後的最低高度仍未符合要求，可加設額外的軟墊把地面升高。



6. 安全考量

- 6.1 貫徹特奧以運動員為中心的理念，於制定規例時必須以運動員的安全為首要考慮條件。而特殊奧林匹克體操指引內的指定及自選動作要求，則能確保運動員依從安全及適當的步驟提升體操技巧，此舉可減低意外發生的機會。運動員應以個人能力選擇參賽的項目及難度級別。自選動作組的比賽級別只供高階運動員參加。
- 6.2 教練有責任為運動員循序漸進提供合適的技術及正確的扶持動作。特殊奧林匹克建議各成員組織邀請合資格的體操教練根據體操訓練指引來教授運動員。
- 6.3 不少義工開始擔任教練時，體操專業知識有限。這些人士應僅從教授最基本的技能和動作開始。對教授於較高級別的技巧，必須具備至少兩年教授主流競技體操經驗的教練方可有資格教授。三級和四級體操運動員的教練，應取得相關國家體操管理機構(National Governing Body for gymnastics)的專業培訓資格。
- 6.4 不論安全措施有多完善，教練絕不應慫恿或鼓勵運動員作出超越其能力或教練自身能力可教授之技巧動作。特殊奧林匹克建議所有體操教練應取得由該地區之體操運動相關的體育總會發出的安全認證及同意下列責任聲明：
「儘管體操訓練或比賽的安全是所有人員的責任，當中運動員家長、醫護人員及運動員自身自然責無旁貸，但教練仍須承擔大部份的責任。預防及整治措施必須切實完成情況，包括：訓練或比賽場地環境、預設之學習進程，以及運動員的身體準備。由於這些範疇涉及道德和法律責任，因此教練須加倍注意。另外，因體操是一項危險性相對較高的運動項目，涉及安全的層面甚廣，所以進行體操訓練或比賽時，各單位必須高度重視及瞭解不同範疇的風險。」
- 6.5 根據示範影片及本規則，教練必須於運動員進行吊環、騰越/跳馬及單槓項目的比賽前到達場區指定位置以使隨時為運動員提供扶持或協助。教練必須全程留在該處直至運動員完成比賽。如教練不在場區指定位置，運動員的比賽會被終止而分數將根據裁判指引被扣減。

7. 裁判評分

- 7.1 一般評分 - 各項目及動作套路的評分準則皆參照裁判指引。
- 7.2 指定動作套路的項目將以難度(Difficulty) D 分值及表演情況(Execution) E 分值評分機制進行評分，分數扣減準則請參照裁判指引。
- 7.3 D 分值會按照文字規則內的動作套路要求，以動作難度、額外獎分及中性扣分(Neutral Deduction)準則來評分。
- 7.4 E 分值會以動作套路的整體演出來評分，並參照所有適用的準則包括動作完成情況及身體伸展幅度作評分標準。
- 7.5 各項目的裁判團可由一至四名裁判員組成。
- 7.6 D 評審組的全部評分必須一致。



- 7.7 當以 E 分值評分機制進行評分時，如裁判團由兩至三名裁判組成，得分會以平均分計算。如裁判團由四名裁判組成，最高及最低的分數會被刪去，再以餘下的兩個分數之平均分為最後得分。
- 7.8 若只有一位裁判員，裁判員需同時負責給予 D 分及 E 分。
- 7.9 各裁判員可於比賽場區的不同位置觀看運動員的表現而作出評分，亦可以與其他裁判員商議後才作評分。
- 7.10 基於分組的重要性及確保公正。當比賽開始後，裁判員將不得與教練、家長或運動員商談有關動作。出現上述情況，賽會可免除有關裁判員的職務。
- 7.11 上訴 - 上訴表格由賽會提供。