



广场舞竞赛规则

全国广场舞推广委员会 编著
国家体育总局社会体育指导中心 审定

人民体育出版社

广场舞竞赛规则

全国广场舞推广委员会 编著

国家体育总局社会体育指导中心 审定

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

广场舞竞赛规则 / 全国广场舞推广委员会编著.

—北京: 人民体育出版社, 2018

ISBN 978-7-5009-5271-8

I. ①广… II. ①全… III. ①健身舞-竞赛规则

IV. ①J722.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 265007 号

*

人民体育出版社出版发行
三河兴达印务有限公司印刷
新华书店经销

*

850×1168 32 开本 3 印张 40 千字
2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷
印数: 1—10,000 册

*

ISBN 978-7-5009-5271-8

定价: 18.00 元

社址: 北京市东城区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行部) 邮编: 100061

传真: 67151483 邮购: 67118491

网址: www.sportspublish.cn

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与邮购部联系)

编委会

主任：范广升 国家体育总局社会体育指导中心主任

执行主任：冀运希 全国广场舞推广委员会主任

尹国臣 国家体育总局社会体育指导中心副主任

全国广场舞推广委员会副主任

副主任：周卫中 国家体育总局社会体育指导中心社会体育指导员工作部主任

全国广场舞推广委员会秘书长

委员：钦 恂 国家体育总局社会体育指导中心社会体育指导员工作部副主任

戴 斌 全国广场舞推广委员会副
秘书长

李庆玉 《社会体育指导员》杂志
主编

黄 硕 全国广场舞推广委员会副
秘书长

张秋月 国家体育总局社会体育指
导中心社会体育指导员工作部干部

编写组

主 编：马鸿韬 北京体育大学体育
艺术学院院长，教授，博士
生导师

全国广场舞推广委员会裁判管
理部主任

李相如 首都体育学院教授，
博士生导师

邱建刚 成都体育学院艺术系
主任，教授，全国广场舞推广
委员会技术研创部主任

副 主 编：今润觉 海南省体育总会副秘
书长，全国广场舞推广委员会
竞赛培训部主任

吴晓红 南京体育学院民族体
育表演系主任，副教授

编写人员（按姓氏笔画排序）：

王广成 南京天团健身有限公司
培训总监

王丽君 陕西师范大学教授

丛燕君 南京体育学院民族体
育与表演系副教授

成盼攀 北京体育大学体育艺
术学院健美操教研室副主任

匡小红 西安体育学院原艺术
系主任，教授

闫虹 成都体育学院副教授，
国家级社会体育指导员

朱冬喜 中国大学生体协两操分
会单项委员会副主任，国家级社
会体育指导员

吴梦晗 北京体育大学体育艺术
系办公室主任

前 言

为推进我国全民健身运动深入开展，活跃和丰富群众业余文体生活，促进文化建设与群众体育协调发展，更好地规范、扶持、推动全国广场舞活动，国家体育总局社会体育指导中心、全国广场舞推广委员会参照国际、国内相关项目竞赛资料，结合我国广场舞活动开展的实际情况，组织专家研究制定了《全国广场舞竞赛规则（试行）》，并在2016年度全国广场舞大赛中试行，效果良好。现正式出版《广场舞竞赛规则》，本规则自出版之日起在全国广场舞比赛中实施，其解释权归全国广场舞推广委员会。

《广场舞竞赛规则》是我国广场舞竞赛的规范性文件，为广场舞爱好者提供科学健身、提高技术水平的参考依据；为教练员、运动员提供训练、参赛执行标准；为裁判员准确、公正地执裁提供评判依据。

国家体育总局社会体育指导中心

全国广场舞推广委员会

2017年9月

目 录

第一章 总则	(1)
第一节 广场舞定义与规则适用范围	(1)
第二节 比赛.....	(2)
第二章 仲裁与裁判	(7)
第一节 仲裁.....	(7)
第二节 裁判.....	(9)
第三章 评分方法	(18)
第一节 分值及评分方法.....	(18)
第二节 成套评分.....	(19)
第三节 裁判长减分.....	(25)



第四章 参赛资格、违规处罚与特殊情况处理	
.....	(27)
第一节 参赛资格 (27)
第二节 违规处罚与特殊情况处理 (29)
.....	
第五章 评分指南 (32)
第一节 概念 (32)
第二节 分值规定 (39)
第三节 规定套路评分 (40)
第四节 自选套路评分 (47)
第五节 其他评判因素 (53)
.....	
附件一 裁判员守则 (59)
.....	
附件二 教练员守则 (61)
.....	
附件三 运动员守则 (63)
.....	
附件四 赛会工作人员守则 (65)
.....	
附件五 运动员誓词 (66)

- 附件六 裁判员誓词 (67)
- 附件七 广场舞基本礼仪 (68)
- 附件八 关于引导广场舞活动健康开展的通知
..... (70)



第一章 总则

第一节 广场舞定义与规则适用范围

一、广场舞定义

广场舞是一种在宽阔场地上通过健身操类、舞类等健身方式，在音乐伴奏下结合徒手或持轻器械等动作，开展的具有健身功效与审美情趣的群众性集体运动项目。

二、规则适用范围

本规则的目的是保证广场舞竞赛评分的公正性、准确性、客观性，适用于全国广场舞的正式比赛。

第二节 比赛

一、比赛项目

(一) 规定套路

(1) 国家体育总局、文化部审定并推出的广场舞。

(2) 国家体育总局社会体育指导中心、全国广场舞推广委员会审定并推出的广场舞。

(二) 自选套路

各参赛队自行创编或选编的广场舞。

二、参赛人员要求

每支参赛队伍选手人数8~16人，性别不限（鼓励男性参加）。

三、成套时间

规定套路按规定时间严格执行。

自选套路动作时间为3分30秒至4分30秒。

四、组别设置

赛事主办单位可根据比赛需要设置组别。

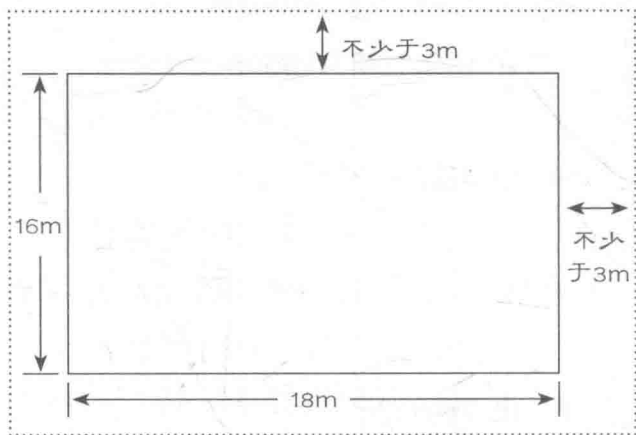
五、出场顺序

出场顺序由赛前抽签决定。抽签由组委会竞赛部门和裁判组负责，在领队、教练员联席会议上进行。

六、比赛场地

广场舞比赛场地为适宜运动的平整场地，场地大小为18m × 16m，标记带宽5cm。标记带属于

比赛场地的一部分，它与场地四周的安全距离不少于3m。比赛场地背景应显示主办、承办单位的名称、徽标及比赛名称等。



七、比赛成绩

最后得分高者名次列前。若得分相等，以全体打分裁判员评分总分值高者列前。

八、音乐

规定套路音乐由赛事组委会提供。自选套路

音乐不限，但必须音质清晰，如因参赛队音乐制作问题，导致在比赛时出现音乐播放不清晰或意外中断、终止等问题，由参赛队自行负责。

自选套路音乐允许有不超两个八拍的前奏，整套动作结束时音乐须同时结束。

自选套路音乐使用U盘存储上交，U盘中只允许录制1首音乐，需自留一个音乐备份。U盘放置在信封内，信封正面清楚地标注省（区、市）广场舞队队名、联系方式、参赛项目、音乐名称和时长。

九、服装与轻器械

（一）服装

（1）参赛队员着装需适宜运动，符合动作与曲目风格，禁止任何不文明、不健康的元素；服装不得过于暴露；禁止佩戴可能伤及自身或他人的配饰。

（2）可根据表演需要穿着不同款式的比赛

