

エアロビク競技の新採点規則 FIG CODE OF POINTS 2013-2016と今後の展望

Survey of New Scoring Rule for Aerobic Gymnastics

- FIG Code of Points 2013 - 2016 -

菊 地 はるひ

Haruhi KIKUCHI

北翔大学北方圏生涯スポーツ研究センター年報 第4号 2013

Bulletin of the Northern Regions Lifelong Sports Research Center Hokusho University Vol.4

エアロビック競技の新採点規則 FIG CODE OF POINTS 2013-2016と今後の展望

Survey of New Scoring Rule for Aerobic Gymnastics - FIG Code of Points 2013 - 2016 -

菊地 はるひ

Haruhi KIKUCHI

キーワード：エアロビック競技，採点規則，芸術点，実施点，難度点

I. はじめに

エアロビック競技は、1983年に初めての競技会が開催され、その後、1994年に国際体操連盟（以下 FIG とする）の一種目として位置づけられた。そのため、エアロビック競技は、FIGの採点規則である FIG Code of Points（以下 COP とする）に従って国際大会が行われており、各国でも COP に準じた採点規則が用いられている。エアロビック競技の COP は、エアロビック競技の Technical Committee（技術委員）を中心に各国からの意見も反映させながら議論を重ね作成されている。他の体操種目と同様に4年に1回のオリンピックサイクルでの見直し、改訂を行っており、2013年から新たに COP 2013-2016 が適用となった。

エアロビック競技は、採点規則の変更を行いながら競技としての発展を続けており、今回の改訂は、エアロビック競技の今後の方向性を示唆するものであると考えられる。今回は、プラハ（チェコ）で行われた FIG Intercontinental Judges' Course（2012年12月1～7日）での研修内容を元に、COP 2013-2016の内容について、主な変更点と競技としての今後の方向性を探った。

II. COP 2013 -2016の概要

1. 一般総則

1) 概要

今回の COP では、競技エリア及び演技時間、実施可能なエレメント数について大きな変更があった（表1）。

シニア（一般）部門では、シングル部門において前年

まで7m×7mであった競技エリアが、10m×10mに広がり、全ての部門において競技エリアが同一となった。また、ミックスペア、トリオ、グループ部門で1分45秒

表1 競技エリア・演技時間・実施可能なエレメント数（COP 2013-2016）

部門	競技エリア	演技時間	エレメントの数 (実施可能な評価点)
シニア	男子シングル部門	10m × 10m	1分30秒 (±5秒)
	女子シングル部門		
	ミックス・ペア部門		
	トリオ部門		
グループ部門			最大10個 (0.3~1.0)
AG 2	男子シングル部門	7m × 7m	1分30秒 (±5秒)
	女子シングル部門		
	ミックス・ペア部門	10m × 10m	
	トリオ部門		
グループ部門		最大10個 (0.2~0.7及び 0.8から1個のみ可)	
AG 1	男子シングル部門	7m × 7m	1分15秒 (±5秒)
	女子シングル部門		
	ミックス・ペア部門	10m × 10m	
	トリオ部門		
グループ部門		最大8個 (0.1~0.6)	

※シニア：18歳以上
 AG 2 (Age Group 2)：15~17歳
 AG 1 (Age Group 1)：12~14歳

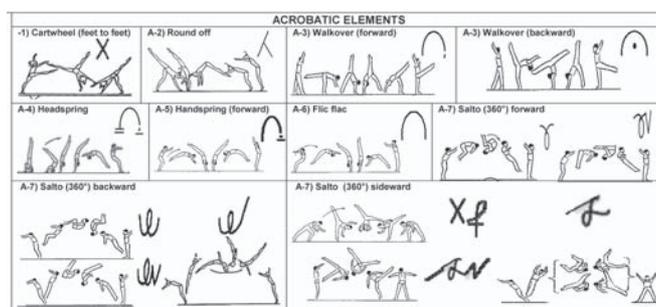


図1 アクロバティック・エレメント

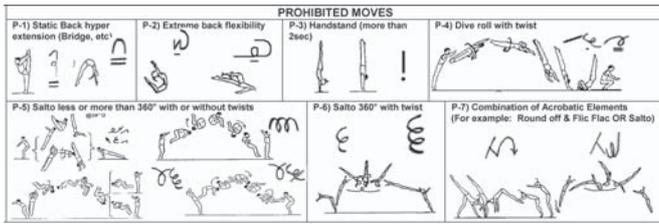


図2 禁止動作

5秒であった演技時間が短縮され、全部門ともに1分30秒±5秒となり、規定のリフト数も3回から2回へと減少した。また、実施可能なエレメント数は、全部門で10個のエレメントとなった。

2) アクロバティック・エレメントと禁止動作

今回のCOPでは、新たに「アクロバティック・エレメント」の概念が示された。シニア部門では、競技ルーティンの中に2個のアクロバティック・エレメントを組み込むことが可能になったが、実施可能なアクロバティック・エレメントは図1に示された側転、ロンダート、転回(前方、後方)、ヘッドスプリング、ハンドスプリング(前方)、フリックフラック、宙返り(前方、後方、側方)の7種類のみである。アクロバティック・エレメントのコンビネーションおよび360°以上の回転、捻りを伴うものについては禁止動作として制約された。また、ブリッジなどの過度な伸展動作の他、2秒を超える倒立や捻りを伴う飛び込み前転も減点対象となる禁止動作として明確に示された(図2)。

構成人数に関しては、グループ部門では6名から5名になり、トリオ及びグループ部門において構成員が男女混合の場合の難度点の割値が1.9から1.8へと変更になっ

た。また、2011年のユニバーシアードから行われた「エアロビクダンス」「エアロビクステップ」の部門についても、採点規則がCOPに反映された。

2. Artistic (芸術点)

芸術点に関しては、採点項目の内容、配分、スケールの使い方に大きな変更があった(図3)。今回の芸術点の内容は、エアロビク競技のルーティンは、コレオグラフィー全ての構成要素を音楽に合わせて実施するという事で演技として統合されるという概念を十分に反映した評価ができるよう考えられたものである。エアロビクムーブメントパターン(以下AMPとする)と難度エレメント、移行動作とつなぎ、リフト(ミックスペア、トリオ、グループ)、フィジカルインターアクション(ミックスペア、トリオ、グループ)という全ての要素を音楽とともに効果的に構成しなければならない。

「音楽と音楽性」では、選手の個性を活かしたパフォーマンスを支え、エアロビク競技としてふさわしい演技のスタイルと動きの質を際立たせるような選曲、構成と組み立て、音楽性を評価する。「エアロビク・コンテンツ」は、競技ルーティンの中のAMP(完全な8カウントのエアロビク動作パターン)の複雑さやバラエティ(多様性)、クリエイティビティ(創造性)、そして強度を評価する。この中の強度という観点は、COP 2001-2004の評価項目の中にはあったが、COP 2009-2012においては具体的に示されていなかったものであり、今回再び芸術点の評価として取り上げられた内容である。「AMP以外の内容」では、移行動作やつなぎ、リフトやインターアクションにおける複雑さやバラエティ(多様性)、クリエイティビティ(創造性)、流動性を評価する。エアロビク・コンテンツおよびAMP以外の内容のいずれにおいても単純な動きは低得点、複雑な動きは高得点を獲得することになる。「競技スペースの利用」には、フロア、立位、空中位を含む競技エリアの活用の他、トラベリング(移動)の軌跡やフォーメーションが評価の対象となる。異なる軌跡を用いての移動、複数の人数で行う部門においては、様々な形のフォーメーションを見せなければならない。また、COP 2009-2012では「AMPの内容」に含まれていたAMPのボリュームとAMPやエレメントの配置、バランスが競技スペースの利用の内容として評価の対象となった。競技ルーティンを通して十分な量のAMPを行わなければならないが、ジョギングで走り回るだけではなく多様なAMPで競技エリアをくまなく活用することにより良い評価を得ることができる。

さらに、芸術点の中に「芸術性(アーティストリー)」が新たに加わった。COP 2009-2012では「プレゼンター

Code of Points 2009-2012

※各項目0.1~1.0までのスケール評価・最大合計10点

コレオグラフィー	4点	ダイナミックさと流れ	1点
		創造性・独創性	1点
		バラエティ	1点
		スペース	1点
エアロビク (AMP)の内容	3点	バラエティ	1点
		創造性・複雑性	1点
		量と配置	1点
プレゼンテーション	3点	プレゼンテーション	1点
		音楽の構成	1点
		音楽の利用	1点



Code of Points 2013-2016

※各項目1.0~2.0までのスケール評価・最大合計10点

コレオグラフィー	10点	構成 (複雑さと独創性)	音楽と音楽性	2点
			エアロビク・コンテンツ	2点
			AMP以外の内容	2点
			競技スペースの利用	2点
		パフォーマンス	芸術性(アーティストリー)	2点

図3 芸術点の内容

ション」という項目が置かれていたが、今回は芸術性の配点が2点となり、スコアの比重が大きくなった。ここでは、演技を完璧な遂行度で実施するというスポーツとしての質の高さに加え、音楽性、表現力、パートナーシップを見せつけ、ルーティンを芸術的なパフォーマンスまでに高める能力を評価する。

3. Execution (実施点)

演技では、AMP、難度エレメント、移行動作、つなぎ、リフトという競技ルーティンの全ての動きを完璧な実施で見せることが要求される。完璧な実施からの逸脱を、ミス状況に応じて10点から減点されたスコアが実施点となる。実施点には、テクニカルスキル（技術）とシンクロナイズーション（一致性）が含まれるが、COP 2013-2016においてはシンクロナイズーション（一致性）に関し、最大2点まで減点が可能となった。テクニカルスキルでは、各動作に対し、小欠点0.1点、中欠点0.2点、大欠点0.3点、不可/落下0.5点の減点を行う。難度エレメントについては、各エレメントに特定される減点があるが、グループAとDでは、不必要な身体の一部がフロアと接触した場合には、0.3点の減点となり、0.5点減点の落下とは区別されることになった。

4. Difficulty (難度点)

難度点では、4つのグループ（A；ダイナミックストレングス、B；スタティックストレングス、C；ジャンプ&リープ、D；バランス&フレキシビリティ）の組分けは変わらないが、難度評価点やファミリーの変更があった。グループAでは、Aフレームとカットがエクスプローシブ・プッシュアップ・ファミリーに、また、グループBでは、ストラドルサポートとLサポートがサポートファミ

ミリーになり、同じファミリーとして統合された。グループCでは、タックジャンプとコサックジャンプがベントレッグファミリーに、スプリット、シザーズ、スイッチジャンプ（リープ）がスプリットファミリーになった。例えば、前年までは一つのルーティンの中でストラドルサポートとLサポートのどちらも行うことが出来たが、COP 2013 - 2016では、両方を行ってしまうと繰り返しの減点が入ることになった。

また、今回は、難度エレメントの実施におけるグループ欠如の概念に変更があった。昨年までは、エレメントとして評価点を得るための最低条件を満たさなければ、グループのエレメントの実施と見なされず、グループ欠如の減点が入っていたが、今回からは、最低条件の充足に関わらず難度エレメントを実施した場合は、その時点でグループからの実施と見なすことになった。2つのエレメントを躊躇なく連続して行うことにより0.1点の加点となるコンビネーションに関しては、全てのグループで可能だったものがグループAとグループCに限定されることになった。

加えて、難度の評価点を得るための最低条件に変更があった。例えば、スプリットジャンプファミリーでは、両脚が水平位であることが評価点を得る最低の条件であったが、COP 2013 -2016では、開脚角度が170度以上という条件に緩和されている。

ファミリーの改変および難度エレメントの評価点の変更により、エレメントプールは改訂されている。

Ⅲ. COP 2013 -2016で求められる内容

COP 2013 -2016では、シングル部門におけるエリアの拡大が大きな話題となった。エアロビク競技では、エアロビク動作を行いながらスペースを十分に使った演技を行わなければならない。ミックスペア部門、トリオ部門では、2005年から競技エリアが広がったが、複数で行う部門では、構成人数を活かしたフォーメーションの変化によって競技エリアも効果的に使われるようになり、エアロビク競技のダイナミックさを増長させることが出来ている。しかしながら、シングル部門では、スペースを広く使用しようとするあまり、ジョギングなどのシンプルな動作を多用し、エアロビク競技で本来求めている複雑で多様なAMPを行うということが難しくなるのではないかと懸念があった。高い評価を得るためには、一つ一つのステップの幅を大きく動くことが出来る身体能力がなくてはならない。今回は、エアロビク・コンテンツの評価項目に強度の内容が組み込まれたこともあり、高強度の動きの組み合わせにより、10m×10mのエリアをくまなく使用する競技ルーティンを行う

表2 難度エレメントのグループ・ファミリー・ベースエレメント

Groups	Element Families	Base Elements
GROUP A Dynamic Strength Elements	PUSH UP EXPLOSIVE PU EXPLOSIVE PU LEG CIRCLE HELICOPTER	PU, WENSON PU PLIO PU, A-FRAME, CUT HIGH V, REVERSE CUT LEG CIRCLE, FLAIR HELICOPTER
GROUP B Static Strength Elements	SUPPORT V-SUPPORT HORIZONTAL SUPPORT	STRADDLE SUPPORT, L-SUPPORT V-SUPPORT, HIGH V-SUPPORT WENSON SUPPORT, LEVER SUPPORT, PLANCHE
GROUP C Jump & Leaps Elements	STRAIT JUMP HORIZONTAL JUMP BENT LEG(S) JUMP PIKE JUMP STRADDLE JUMP SPLIT JUMP KICK JUMP OFF AXIS JUMP BUTTERFLY JUMP	AIR TURN, FREE FALL GAINER, TAMARO TUCK, COSSACK PIKE STRADDLE, FRONTAL SPLIT SPLIT, SWITCH, SCISSORS LEAP SCISSORS KICK OFF AXIS ROTATION BUTTERFLY
GROUP D Blance & Flexibility Elements	SPLIT TURN BALANCE TURN ILLUSION KICK	SPLIT, FRONTAL SPLIT, VERTICAL SPLIT WITH TURN TURN, TURN with LEG AT HORIZONTAL BALANCE TURN ILLUSION HIGH LEG KICKS

ことができる体力要素が以前よりも求められるようになったということであろう。瞬発力を活かしたスピード感のある演技で、横への広がりや奥行きを感じさせるようなダイナミックなステップワークを行うことが要求される。ジャンプ系の難度エレメントだけではなく、動きの中にも躍動感を感じさせる高さのある動きを行える体力レベルを持っていることが必要となる。

また、COP 2013-2016では、新たにアクロバティック・エレメントが導入された。エアロビック競技は、伝統的なエアロビックダンスをベースとして誕生した採点競技である。したがって、競技ルーティンはエアロビックのベーシックステップを用いて創意工夫されたAMPを基本として成り立っているが、同時に難度エレメントと呼ばれる技を規定数組み込み、AMPから難度エレメントへの移行動作やつなぎなどの動きを入れることが要求されている。難度エレメントは体操競技や新体操で使われている技から取り入れられたものが多いが、その導入に関しては、エアロビック競技の独自性を損なう形にならないよう、エアロビック競技が競技としての深みを持つことが出来るように慎重に協議されてきた。移行動作やつなぎの動作に関しても難度エレメントと同様に、体操競技の床運動ではなくエアロビック競技としての特性を活かすことが出来るよう、アクロバティックな動作に関しては様々な制約を設けてきた。側転動作や倒立などは禁止動作（行ってはいけない、行くと減点される動作）となっていたが、移行動作やつなぎの動作を創造的に行うために、禁止動作のボーダーライン上での動作を組み込むルーティンが多く見られるようになってきた。さらに、ルーティンの中に取り入れる回数が増えてきたこと、また、本来行うべき基本的な技術が損なわれている状況が見られることから、今回の改訂では、あえてアクロバティック・エレメントという定義を設け、行う場合の制限を設けつつ実施を認めたと考えられる。特に、2回という実施回数の制限や捻りや回転に関する制限を加えることによって、エアロビック競技の内容がアクロバティックな部分に偏らないよう、競技特性を見失うことのないように工夫された規則となっていることは重要な視点であろう。アクロバティック・エレメントが認められたことにより、さらにダイナミックな移行動作やつなぎを工夫することが出来るようになったと思われるが、アクロバティック・エレメントは必ず行わなければならない内容ではない。あくまでも競技ルーティンの内容を高めるような位置づけで置かれなければならない。また、正しい実施でなければ実施点で減点が入る可能性もある。従って、アクロバティック・エレメントをルーティンに入れるならば、正確に実施できる身体能力を持っていること、単発の動作ではなく、アクロバティック・エレ

メントが競技ルーティンにとって意味のある内容として組み込まれ、よりダイナミックな演技へと結びつけていける工夫をすることが重要である。

さらに、COP 2013-2016では、エアロビック競技が音楽とともに成り立っている競技であることが再確認された規則となった。音楽との一体感、オリジナルの音楽を活かしたドラマティックな展開をスポーツとしていかに表現するかが求められる。従って、使用される音楽は、決してBGMとなることはなく、その曲をその選手が使用した意味を感じ取られる選曲で、選手の個性を活かすものでなければならない。リズムボックスを使用するわけではないため曲調にあわせた動きの展開も重要であり、全ての動きが曲にマッチしてこそ、エアロビック競技の特徴を浮き立たせることが出来るといえる。新たに設けられた芸術性（アーティストリー）の部分においては、選手の持つ技術レベルの高さはもちろんであるが、音楽との一体感も含め、競技ルーティン全てを通して選手の個性と演技内容の一体化、完成度の高さが求められる内容が示された。エアロビック競技は、例えば小手先の動きや顔の表情だけで表現するものでは無く、全身の身体能力を十分に発揮することで評価されるスポーツである。スポーツから一段上の表現スポーツとして価値を高めるための評価内容が付加されたことからこれまで以上に洗練された演技が要求されることになったと思われる。

実施点では、競技ルーティン全ての内容について完璧な遂行度で行うことが求められることは変わってはいない。高いテクニカルスキルを用いて全ての動作を行わなければならない、例えば高得点を狙い、高評価の難度エレメントを行ったとしても出来映えが完璧でなければ実施点での減点が入る。選手は、今まで以上の技術と身体能力を高める意識を持たなければならない。また、シンクロナイゼーション（一致性）の減点が最大2.0点となったことは、複数で行われるカテゴリーにおいては、より一体感が求められるようになったと考えてよいだろう。一つのユニットとしてのまとめ、動きのタイミングや可動域などの一致性はカテゴリーの意味合いを強調するものでもあるが、実施点での評価にも大きく関わる内容であり、今まで以上に一致性に対する意識を高く持って練習を積む必要がある。

難度点では、前年までは、世界上位ランクの多くの男子選手がAフレームとストラドルカットを行い、多くの女子選手がスプリットジャンプとシザーズグリップを取り入れていたが、いずれも同じファミリーとなったためにその他の難度エレメントを選択しなくなってきた。また、多くの選手が行っていたAフレーム、フレアー、モルドバン、ストラドルプランシェ、パイクジャンプの難度評価点は0.1点ずつ低くなった。従って、高

い難度点を得るためには、より高度な技術を用いるエレメントを行う必要性も出てきた。一方、3/1ターントゥバーティカルスプリットやバランスターントゥバーティカルスプリット等グループDにおいては高難度のエレメントが新たに設定された。また、グループCでは、バタフライファミリーやオフアクシスファミリーが新たに加わった。難度エレメントは、A～Dグループから最低各1個ずつ行わなければならないという縛りは変わらずにあるが、シニア部門においては必修エレメントの設定はないため、選手は難度エレメントを自由に選択することが可能となる。しかしながら、前年までは、選択する難度エレメントの回転数や難易度は様々であったものの、ベースとなる難度エレメントは似たようなものが多くみられていた。今回のCOP 2013-201には、347個のエレメントが掲載されている（うち国際大会で使用される0.3以上は327個）。今回、ファミリーの変更、評価点の変更や新たな難度エレメントの追加が行われたのは、選手の個性を活かしたエレメントの選択の幅を広げることや選手が持つ多様な身体能力を引き出し、評価することが狙いでもあると思われる。

Ⅳ. 国際大会へ向けて

採点規則は、技術の進歩に対する競技ルーティンの価値の変化や競技としての特性を客観的に評価できる内容を反映して改訂されており、採点競技の方向性を決めるものである。今回の採点規則では、今まで以上に動きの質の高いダイナミックな演技が求められるようになった。また、選手の個性を十分に活かした印象的で躍動感あふれる表現を行うことが評価を高めることになった。

日本は、ジュニア世代の国際大会での活躍がめざましく、2012年のFIG世界年齢別大会においても男子シングル部門、トリオ部門で優勝するなど諸外国のジュニアを牽引する国となっている。日本選手の正確な動き、躍動感は各国から非常に高い評価を受けている。一方で、シニアの最高峰の大会であるFIG世界選手権大会では、2004年以来ファイナリストを出しておらず、特に男子選手においては、FIG世界選手権大会では未だメダルを獲得していない現状がある。年齢別の大会では、必修エレメントを行わなければならないなかったり、高難度のエレメントを行ってはいけなかったりと難度点での制限が設けられている。この制限の範囲内であれば、日本選手は、明確でスピーディなAMPと正確な難度エレメン

トを行い、年齢に相応しい表現で完成度の高い演技を行うことができている。しかしながら、難度評価点の高いエレメントを自由に選択することができるシニアの部門に上がると、難度点において諸外国のトップレベルの選手と同レベルの評価点を持ち点とすることが要求される。また、音楽を活かし、リズムカルなAMPを明確に動くことはできているが、移行動作やつなぎの動作、リフトやインターアクションなどでの複雑性、創造性、ダイナミックさという点では工夫が必要である。今回、難度エレメントの評価点に変更があったが、高い評価点の難度を行うためには、より高いスキルが要求されるようになり、また、アクロバティック・エレメントの導入により、ダイナミックな動きを行うための基礎的な身体能力が今まで以上に必要になった。これから国際大会での活躍を目指すには、高難度を取り入れてもスピーディに動きを次々に展開していくことができる身体能力、さらに、広いエリアをくまなく使い、前後左右だけではなく、高さを含めた空間を感じさせる演技を行える心肺機能を持ち合わせた選手を育成していかなければならない。

付 記

本研究は、平成23年度から平成25年度文部科学省「私立大学戦略的研究基盤形成支援事業」の助成を受けて実施したものである。

文 献

- 1) FIG Aerobic Gymnastics Technical Committee : 2001-2004 CODE OF POINTS Aerobic Gymnastics. Fédération Internationale de Gymnastiae, 2001.
- 2) FIG Aerobic Gymnastics Technical Committee : 2005-2008 CODE OF POINTS Aerobic Gymnastics. Fédération Internationale de Gymnastiae, 2005.
- 3) FIG Aerobic Gymnastics Technical Committee : 2009-2012 CODE OF POINTS Aerobic Gymnastics. Fédération Internationale de Gymnastiae, 2009.
- 4) FIG Aerobic Gymnastics Technical Committee : 2013-2016 CODE OF POINTS Aerobic Gymnastics. Fédération Internationale de Gymnastiae, 2012.
- 5) 菊地はるひ：競技エアロビックの採点規則の変遷について. 北翔大学短期大学部紀要, 48 : 51-62, 2010.

