

【 競技規定 】



ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP



JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer



JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring

(共通)

2020年

一般社団法人日本チアダンス協会

目次

1. 演技内容
2. 各部門説明
3. 競技エリア
4. 競技時間
5. 音楽
6. 衣装
7. 手具
8. 安全規定
9. 競技の中断
10. 演技内容構成表について（Cheer Dance部門のみ）

※下線は2019年度からの改訂・追記事項です

【競技規定に関するお問い合わせ】

- 競技規定に関するお問い合わせは、部門編成・代表者を明記の上、下記メールアドレス宛に連絡すること
- 詳細な動き・内容に関しての質問は、動きを録画したDVD・映像データを協会事務局宛に郵送、またはメールすること

一般社団法人日本チアダンス協会事務局宛
[MAIL : Info@jcda.jp](mailto:Info@jcda.jp)
送付先：107-0052
東京都港区赤坂4-7-7 H&K赤坂レジデンス302

1 演技内容

- 全部門、家族が観る大会に相応しい演技内容（振り付け、音楽、衣装）を考慮し、構成すること
- 競技者の年齢を考慮し、各年齢に見合った演技内容で構成すること
- 詳細は別途部門毎に定めた「演技規定」を確認すること

2 各部門説明

● Pom部門

演技全体を通してPomを使用することが求められる。シンクロ性と視覚効果を含み、正確なPomのモーションやダンステクニックの要素が組み込まれているかどうか重要なポイントである。モーションにはシャープで、クリーンで、正確さが求められ、チームがシンクロし、“ひとつ”に見えることが大切である。構成にはレベルチェンジ、グループワーク、フォーメーションチェンジなどの視覚効果が重要である。

- 2020年開催大会より Pom 部門全ての編成（年齢）の演技構成を統一します
- Pom部門Mini・Youth・中学生・高校生編成の演技構成にLine Danceの実施は必須ではありません
- テクニカルスキルの難度に制限のあるPom部門Noviceの実施は「JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer/Spring」に限る

● Hip Hop部門

実施、スタイル、創造性、ボディアイソレーションやボディコントロールを強調した、ストリートスタイルの動きが取り入れられたルーティンであること。演技全体を通して、動きの一体感や音楽のビートやリズムを伝えることが求められる。ジャンプやジャンプバリエーション、ジャンプコンビネーション、ストールやフロアワークなどを取り入れることでHip Hopならではの効果を加えることができる。

● Jazz部門

スタイルに見合った動きとコンビネーション、フォーメーションチェンジ、グループワーク、ダンステクニック要素が組み込まれているルーティンであること。演技全体を通して、動きの連続性とチームの均一性が求められる。正しいダンステクニックの実施、身体の伸び（引き上げ）、ボディコントロール、ボールチェンジなどのバレエを基礎としたボディワークは非常に重要である。

● Cheer Dance部門

Pom、Hip Hop、Jazz、Line Dance（選手がつながった状態でキックを行う）の4つのカテゴリーをそれぞれ連続して20秒以上取り入れて構成すること。Line Danceは20秒以上取り入れなくて良いが、別途演技規定のルールを参照すること。チームとしての正確さや均一性、一体感が重視され、各カテゴリーの特徴を活かした演技が求められる。視覚効果（フォーメーションチェンジ、グループワーク、連続性、立体的な変化）を取り入れた創造性溢れる振付構成であること。

● トライアル部門

トライアル部門の実施は「全日本チアダンス選手権大会・各予選大会」に限る。

過去の大会参加（競技部門・トライアル部門）に関わらず、全チームエントリー可。

各競技部門や編成の規定に沿った演技内容（競技時間や手具の使用、安全規定など）で構成すること。競技部門に無い編成でのエントリーは不可。

入賞表彰は行われませんが、審査員による演技評価コメントシートが渡される。

● Show Time部門

Show Time部門の実施は「JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer/Spring」に限る。

年齢による編成分けはしない為、様々な学年、年齢の混成チームもエントリー可。

各競技部門の規定に沿った演技内容（構成や手具の使用）で構成すること。安全規定はPom部門Mini・Youth編成に則ること。

入賞表彰は行われませんが、インストラクターによる評価（Good smile/Good impression/Good teamworkのいずれか）がある。

3 競技エリア

- 原則として横20m × 奥行15mとし、フロアには縦と横にセンターラインが引かれる
- 大会や使用会場によって競技エリアの広さやフロアの素材が変わることがある
- 演技は競技エリア内で行い、途中入退場は不可（全選手が競技エリア内で静止した状態から開始、終了すること）
- 選手以外が競技エリアへ立ち入ることは不可

4 競技時間

部門	編成	競技時間
Pom部門・Pom部門Novice	Mini/Youth編成	1分45秒～2分00秒以内
Pom部門	中学生/高校生/大学生/一般編成	1分45秒～2分15秒以内
Hip Hop部門	Youth編成	1分45秒～2分00秒以内
Hip Hop部門	中学生/高校生/大学生/一般編成	1分45秒～2分15秒以内
Jazz部門	Youth編成	1分45秒～2分00秒以内
Jazz部門	中学生/高校生/大学生/一般編成	1分45秒～2分15秒以内
Cheer Dance部門	全編成	2分00秒～2分30秒以内
Show Time部門	全編成	1分45秒～2分15秒以内

<違反の場合は2点減点>

- トライアル部門は構成する部門編成の競技時間に準ずる
- 競技時間の測定のタイミングは音楽又は動きの始まりから音楽又は動きの終わりまでとする
- 入退場の時間は競技時間に含まないが合わせて30秒以内で速やかに行うこと
- ±5秒の誤差は減点対象とならない（但し演技は必ず競技時間規定内で作成すること）

5 音楽

- 演技に使用する音楽は家族が観る大会に相応しく歌詞の内容にも注意すること
- 海外の楽曲など不適切な歌詞が入った音源や、違法にダウンロードされた音源に関しては警告または減点となる <違反の場合は2点減点>
- 演技が無音（音の無い状態）で行われる場合は音源にも無音の状態を入れて作成すること
- 音楽に関しては事前に使用曲申請書を提出すること（全部門）

6 衣装

- 全部門衣装は原則的に自由とするが、競技者の年齢や演技内容、各部門の特性を活かせるものが望ましい
- 競技者としての品位（清潔感、メイク髪型などの身だしなみ、着用の仕方）を損なうものは避け、家族が観る大会に相応しい衣装を正しく着用すること
- 衣装に関する減点が行われないが、審査員の判断のもとスコアシートの点数に反映される
- 競技中に外れる、また体を傷付ける恐れのあるアクセサリーの着用禁止（指輪・ピアス・ブレスレット・ネックレス・ボディピアスなどはテープや他の方法で覆い隠して着用することも禁止）
- アクセサリーは外れたり体を傷付けたりする恐れのないよう充分に考慮されたもの（チョーカーやヘアアクセサリーなど）のみ衣装の一部として着用可 <違反の場合は2点減点>
- シューズは各部門の演技内容及び衣装に見合ったシューズを着用することが望ましい
- シューズの着用にあたっては摩擦や怪我の防止など安全面を充分考慮すること
- 靴下みの着用や床を傷付ける靴（ヒールのあるもの）の着用は禁止 <違反の場合は2点減点>

7 手具

- Pom部門においてはPom以外の手具の使用は不可 <違反の場合は2点減点>
- Pom部門以外の部門で手具を使用する場合は、基本手に持つタイプのものは可（ハットや衣装の一部を取り外して使用するなど可）
- 手具の使用にあたっては部門毎に異なるため必ず演技規定を確認すること
- 演技中にフロアや体を傷付ける恐れのあるものや、大道具としての役割を持つものは不可（傘、椅子、選手を覆う布など不可） <違反の場合は2点減点>
- 演技の途中でPomまたは手具を持つ場合は競技エリア内に準備をすること
- 演技の途中で使用しなくなったPomまたは手具を置く場合は、Pomまたは手具が競技エリアの外に出ても良い

8 安全規定

- 全ての演技は選手の年齢やスキルを考慮した上で構成し、演技にあたっては安全で怪我の無いよう十分に注意すること
- 安全規定の詳細は部門や編成ごとに異なるため、必ず詳細を「演技規定」で確認すること
- 不明な点は事前に協会事務局に問い合わせること
- (質問の回答を受けるチーム代表者連絡先を明記の上、動きを録画したDVD・映像データを協会事務局宛に郵送、またはメールすること)

9 競技の中断

- 選手の怪我や音楽の不備などにより審査員が競技の続行が危険、もしくは不可能と判断した場合、競技を中断させることがある
- 競技の再開や再演技のタイミングはチームに確認のうえ、審査員の判断により行われる
- 競技の再開は演技の最初から1曲通して行われるが、審査は中断された以降を対象とし、それまでの審査及び減点は再演技前のものが反映される

10 演技内容構成表について（Cheer Dance部門のみ）

- 審査員がカテゴリーを正確にジャッジするために、事前に演技内容構成表を提出するものとする
- カテゴリーごとに演技構成の順を追って、演技秒数を記入すること
記入例：Pom 40秒⇒Line Dance20秒⇒Hip Hop30秒⇒Jazz45秒 《Total2分15秒》
- 演技構成上、無音（音の無い状態）で演技を行う場合はその秒数も含めること
- Total Timeは必ず競技時間規定の2分～2分30秒以内とすること
例：1分58秒や2分32秒での提出は不可
- 提出の方法等については大会要項を参照すること