



# 排舞运动基本理论

---



# 目录

---

- 一、排舞运动的概述、起源与发展
- 二、排舞运动的分类
- 三、排舞运动的特点
- 四、排舞运动的基本术语
- 五、排舞运动舞谱的识读和撰写

# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## (一) 排舞运动的概念

排舞 (Line dance) 是一项由音乐和固定舞步融合在一起，一人或多人通过风格各异的舞步循环，来愉悦身心的国际性体育运动。





# 一、排舞运动的概述、起源与发展

---

## (一) 排舞运动的概念

### ●角色的重要性:

目前,我国许多大中小学校已经把排舞列入学校体育教学大纲、成为学生课间操、课余体育锻炼和学校庆典表演的重要内容;许多企事业单位已经列入工间操,业余锻炼和节庆庆典的重要表演内容。

# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## (一) 排舞运动的概念

### ● 功能性：

它对培养学生的音乐素养、提高其身体素质、了解世界文化、培养礼仪行为有重要的意义。



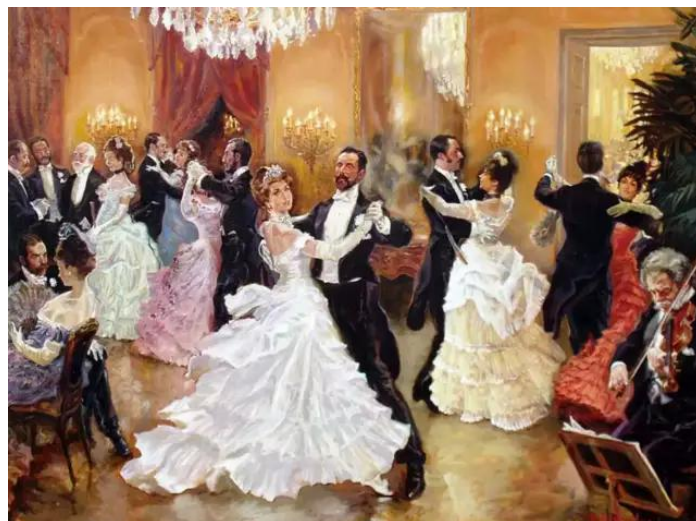
# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## (二) 排舞运动的起源

排舞起源于美国西部乡村民间社交舞。社交舞是起源于西方的一种舞蹈形式，又称舞厅舞、舞会舞或交谊舞。

●到十一、二世纪欧洲一些国家将民间舞加以提炼和规范，形成了流行宫廷中的“宫廷舞”，法国大革命后，宫廷解体“宫廷舞”也进入平民社会。

●19世纪，美国崛起，社交舞随着欧洲移民传入美国，舞者意识到没有舞伴的限制，就开始尝试单独跳或者一排排跳，这种不断的尝试即是排舞诞生的最初萌芽。



# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## （二）排舞运动的起源

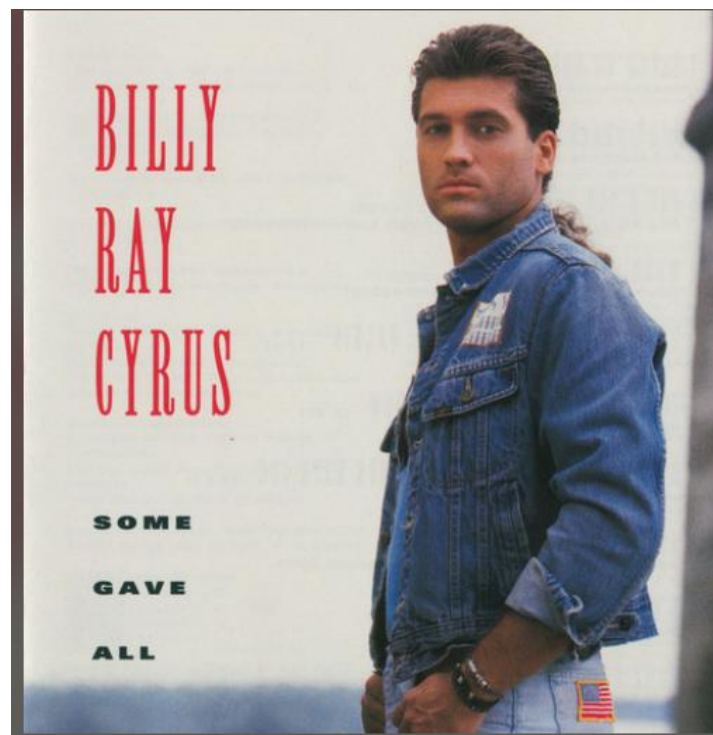
- 20世纪50年代，美国很多电视台都播放带有排舞特征的舞蹈节目，传播了早期的排舞概念。
- 20世纪70年代，随着多媒体音响技术的发明，迪斯科音乐的兴起对现代排舞的诞生起了很大的促进作用。
- 20世纪80年代，一个叫吉姆的美国人根据西部乡村舞曲编排了一支舞。五个男子重复着简单易学的舞步组合，演绎了西部乡村音乐的动感、随意、休闲。



# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## (二) 排舞运动的起源

●20世纪90年代，排舞进入全面发展阶段。1992年，一个叫比利的而美国乡村音乐人谱写了一首叫“Achy Break Heart”歌曲，委托他人编排设计以一支舞，这首歌最终成为90年代最著名的乡村音乐之一，传播到世界各地，同时这支排舞也广为人知，随着音乐传播到美洲、欧洲和澳洲等许多国家。



# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## （三）国际排舞的发展

排舞运动正是不断的把各种舞蹈元素组合、变化、融合、优化、创新后，形成内容丰富、风格多样的休闲健身运动，已成为一种国际健身语言。

1	创编的排舞曲目越来越多	全世界已经有8万多支排舞曲目。
2	排舞的音乐风格越来越丰富	从乡村音乐发展到古典音乐、流行音乐、世界名曲甚至歌剧院主题曲。
3	排舞的舞蹈元素更加多元	从社交舞发展到体育舞蹈、爵士舞、踢踏舞、东方舞、街舞等。
4	世界排舞比赛更加规范有序	UCWDC世界排舞锦标赛作为全球性的排舞赛事盛宴每年举办分站赛和总决赛。



# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## （四）国内排舞的发展历程

年份	阶段	事件
2004	排舞引进	全国举办排舞培训班（北京、上海、浙江）
2008-2012	里程碑时代意义	北京奥运会、培训、广场健身
2013	规范化	国家体育总局体操运动管理中心成立了《全国排舞推广中心》、举办首届“舞动中国-排舞联赛”
2014		最大规模“排舞世界吉尼斯纪录”、阳光排舞进校园
2015		排舞嘉年华，国际大师互动教学
2017	排舞推进阶段	排舞科学论文报告会
2018	高速发展、国际接轨	中国杭州举办了“中国杯”国际排舞公开赛
2019	创新发展	加入民族、曳步舞两大风格，总决赛开幕式上排舞八大风格首次亮相
2020	运动+自媒体时代	首次采用线上、线下相结合的竞赛方式

# 一、排舞运动的概述、起源与发展

## （五）世界排舞吉尼斯纪录

时间	地点	人数
1997-2002	澳大利亚塔姆瓦斯	5502、5882、5966、6275、6698、6744
2002.05	新加坡	11967
2002.12	中国香港	12168
2007.08	美国亚特兰大	17000
2014.11	中国杭州	25703



## 二、排舞运动的分类

### (一) 按照舞步组合结构分类

**1、完整型排舞：**完整型排舞是不断重复固定舞步组合，如2/4、4/4拍的音乐，一般由32拍、48拍、64拍动作组成，或者是3/4拍的音乐一般由12\*3拍或16\*3拍动作组成。从开始到结束重复这一固定的组合，方向变化简单，动作难度较小，因此大多属于初级排舞。例《蹲蹲舞》。

**2、组合型排舞(A-B line dance)：**组合型排舞是由两个或更多舞步组合构成。不按照一定的规律进行循环。段落划分主要依据创编者对音乐的不同理解。这一类型的排舞大多属于高级水平的排舞。《放松》AAAABA

**3、间奏型排舞：**在固定的舞步组合外，还有一个或多个不一定相同的间奏舞步。一般不超过1个8拍。这一类型排舞比较难以记忆，因此属于中级水平的排舞。例《哈达》

**4、表演型排舞：**这种类型的排舞，舞步比较复杂，并且没有固定的舞步组合，属于最高难度级别的排舞。



## 二、排舞运动的分类

### (二) 按照舞步组合变化的方向分类

- 1. 一个方向的排舞：**面向十二点跳完所有的舞步组合。例如：《舞动中国》就是一个方向的排舞。
- 2. 两个方向的排舞：**舞步组合结束后在相反的方向又开始重复这一舞步组合，即面向12点的舞步组合结束后，面向6点重复跳舞步组合。例如：《疯狂跳动》就是两个方向的排舞。
- 3. 三个方向的排舞：**多出现在间奏型排舞中。每完成一次舞步组合都会按照顺时针或逆时针进行变化，在第三次舞步组合完成后，由于音乐节奏的关系又会回到舞蹈的开始方向。例如：《芝士蛋糕》就是三个方向的排舞。
- 4. 四个方向的排舞：**每完成一次舞步组合，都在一个新的方向开始重复舞步组合。一般按照顺时针或逆时针方向进行变化。例如：《倒在你的鞋面上》



## 二、排舞运动的分类

### (三) 按音乐和舞蹈的风格分类 (八大类)

分类	说明	包括种类	备注
1、升降起伏的 (Rise and Fall)	一种定用升降和摆动动作的舞蹈， 强调重心的升降起伏	华尔兹 (Waltz) 维也纳华尔兹 狐步舞 快步舞	
2、律动/轻松活泼的 (Pulse/Alit)	一种运用脉冲运动的舞蹈，强调重 心律动的舞种	波尔卡 (Polka) 东海岸摇摆 (ECS) 牛仔 (Jive) 桑巴 (Samba)	
3、平滑的(Smooth)	一种用平滑动作跳的舞蹈，强调重 心平移的舞种	西海岸摇摆 (WCS) 夜总会 (Nightclub) 探戈 (Tango)	
4、古巴的(Cuban)	一种运用古巴动作的舞蹈，强调髋 部运动的舞种	恰恰 (Cha Cha) 伦巴 (Rumba) 曼波 (Manbo)	

## 二、排舞运动的分类

分类	说明	包括种类	节拍
5、街舞的/方克的 (Street/Funky)	一种展示步法和身体动作的舞蹈, 强调手臂和腿部的弯曲、身体的 拉升抖动的舞种	嘻哈(Hip Hop) 霹雳舞(Break) 机械舞(Poppin)	
6、舞台/新颖的 (Stage/Novelty)	一种展示步法和身体动作的舞蹈, 或同于百老汇、舞台秀的舞种	爵士(Jazz) 现代(Modern) 抒情(Lyrical) 芭蕾(Ballet)	
7、民族舞(Folk dance)	泛指产生并流传于民间、受民俗 文化制约、即兴表演但风格相对 稳定、以自娱为主要功能的舞蹈 形式	藏族 蒙族 维族 秧歌等	
8、曳步舞 (shuffle dance)	一种以舞步变化为主要内容, 一 人或多人同时进行的健身舞蹈		

### 三、排舞运动的特点

自2008年以来，排舞以迅雷不及掩耳的态势成为当下时尚、休闲、娱乐、有效的健身项目之一。能够迅速传播，相比其他健身项目，有其自身独特价值和个性特点。

#### 排舞运动特点

文化的传承性与创新性

舞步的统一性与独特性

音乐风格的流行性与时尚性

舞蹈元素的包容性与多样性

大众健身的艺术性与国际性



## 四、排舞运动的术语

---

为了便于书写、学习和交流、运用和推广排舞运动。

### (一) 排舞运动术语特征

专业性：表达排舞的特殊概念。

统一性：是一种交流工具，在教学、训练中运用统一的规范的术语。

科学性：反映动作形态和基本特征

实践性：因群体性较宽广，术语的选词必须通俗、易懂、以利于开展

## 四、排舞运动术语

排舞术语是在专业理论与技术实践活动中，反映客观存在的运动形式和技术特征的基本工具。在其创立和运用中应遵循下列原则：

### (二) 术语创立原则

简练性：简明、扼要、精炼，反映特征。

准确性：准确、严谨、形象，反映动作及动作过程。

易懂性：通俗易懂，便于理解、便于记录，易接受。

组合性：按规定的形式和顺序进行组合，形成各种动作名称。

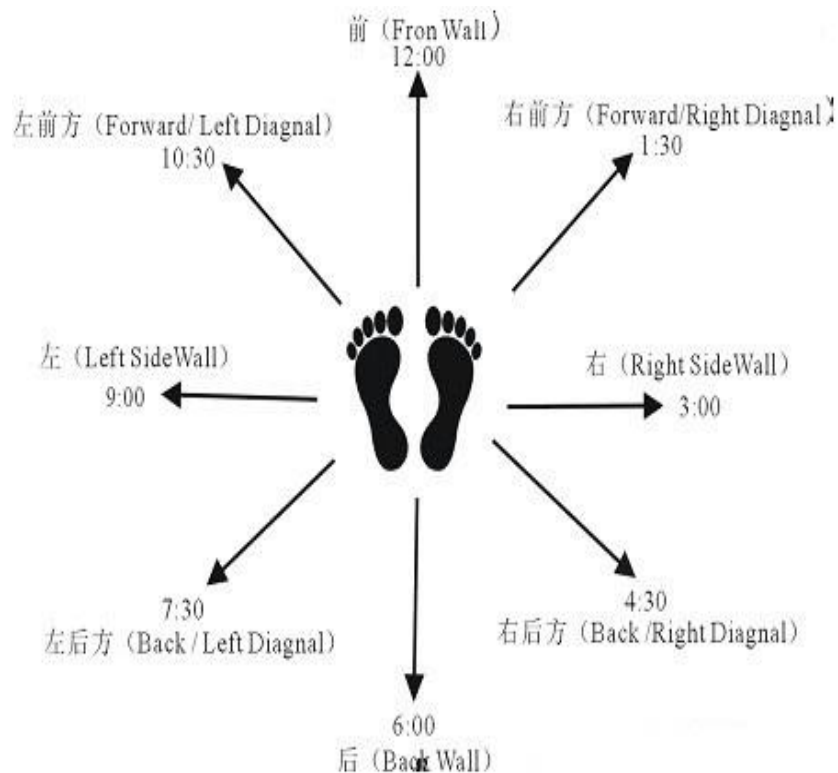
适用性：纪要符合我国当前的习惯，又必须与国际用语相适应，以利于推广和与国际接轨。

## 四、排舞运动术语

共分为5大类

(一) 动作方向术语：八个

国际排舞协会规定以“时钟”的方向作为运动方向。因此，运动方向的参照体前者是时钟，后者是人体。





## 四、排舞运动术语

---

共分为5大类

(二) 排舞基本名词术语：39个

常用词举例：

- 排舞Line Dance
- 音乐名Music
- 拍子Count
- 方向Wall
- 舞蹈水平Level
- 初级Beginner
- 中级Intermediate
- 高级 Advance
- 段落/部分Part
- 开始Start
- 结束End
- 间奏Tag/Bridge
- 重复Repeat
- 步伐 Step
- 脚Foot
- 左脚Left (Lf)
- 右脚Right(Rf)
- 前面Front
- 后面Back
- 斜角Diagonal
- 顺时针Clockwise(CW)
- 逆时针Counter-Clockwise()CCW



## 四、排舞运动术语

---

共分为5大类

(三) 排舞动作术语：39个

常用词举例：

- 刷地Brush
- 退Back
- 进Forward
- 击掌Clap
- 抬/吸起 Hitch
- 踢Kick
- 点Point
- 滚动Roll
- 颤膝Shaking Knee
- 重踏Stomp
- 摇摆Sway
- 转Turn
- 扭转Twist



## 四、排舞运动术语

共分为5大类

(四) 排舞步伐术语：62个

常用词举例：

- 锁步1&
- 侧滑步1&
- 摇摆12
- 海岸步1&2
- 水手步1&2
- 桑巴步1&2
- 恰恰步 1&2
- 曼波步1&2
- 剪刀步1&2
- 退踏步1&2
- 苹果杰克步1&2&
- 糖果步123
- 花儿步123
- 爵士盒步1-4
- 藤步1-4
- 秧歌步1-4
- 弦子步1-4
- 拧碾步1-4
- 钻石步12&34&56&78&
- 蝴蝶步&1&2&3&4



## 四、排舞运动术语

---

共分为5大类

(五) 排舞转体术语：8个

常用词举例：

● 定轴转12

● 交叉转12

● 藤转1-4

● 蒙特利转1-4

● 划桨转1-4

● 三连步转1&2

● 全转12

● 螺旋转12

## 五、排舞运动舞谱

### 第一节 排舞运动舞谱的编写方法

#### (一) 中文舞谱的编写方法

##### 1. 对曲目进行整体描述

所谓整体描述就是介绍曲目的名称、创编者、舞步组合的节拍数、曲目的方向变化、难度级别、所选用音乐的出处等。

**举例说明：《舞动中国》**

舞曲名称：《舞动中国》

创编者：全国排舞运动推广中心

音乐：全国排舞运动推广中心

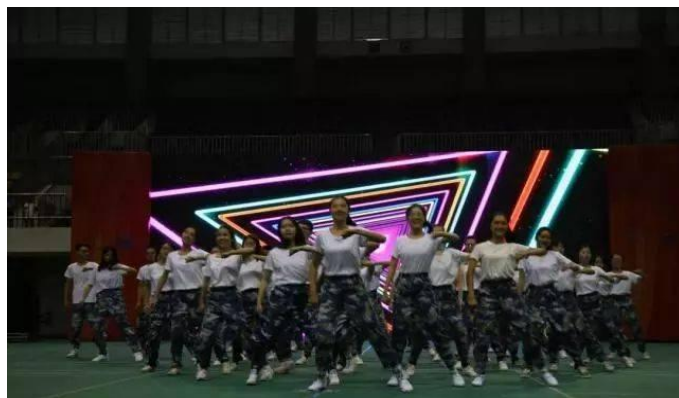
拍数：A64拍，B32拍，C32拍

级别：初级组合

方向：1

前奏：32拍

舞序：ABC/AABC/A(32)C/A(32)C/A(40)/结束



## 五、排舞运动舞谱

### 第一节 排舞运动舞谱的编写方法

#### (一) 中文舞谱的编写方法

##### 2. 编写舞步术语和舞码

舞步术语是指每一个八拍或每四个三拍主要完成的舞步动作，舞码是指每一个八拍的节奏口令。

举例说明：如《舞动中国》第一个八拍动作

舞步术语是：

1234 右脚向前进，左脚向前进，右脚向前进，左脚向右脚并  
5678 右脚右旁点，右脚向上抬，右脚右旁点，右脚向上台

舞码是：12345678



## 五、排舞运动舞谱

### 第一节 排舞运动舞谱的编写方法

#### (一) 中文舞谱的编写方法

##### 3. 逐拍对舞步进行描述

根据舞步术语和舞码，逐步对舞步进行描述。编写时应按照**A--B--C**的顺序编写。**A**表示身体部位，**B**表示动作方向，**C**表示动作方法。

如：舞动中国第1个八拍12345678动作描述：

- 1、A右脚 B向前 C进
- 2、A左脚 B向前 C进
- 3、A右脚 B向前 C进
- 4、A左脚 B向前 C并
- 5、A右脚 B右旁 C点
- 6、A右脚 B向上 C抬
- 7、A右脚 B右旁 C点
- 8、A右脚 B向向 C抬



## 《没有共产党就没有新中国》

创编：杜薇（中国）2020.12

动作：82 拍； 间奏：8 拍

方向：1

难度：初级

音乐：《没有共产党就没有新中国》华语群星

舞序：A/T/A

前奏：16 拍

### 1—8 摆胯步、横恰恰、交叉摆胯

- |           |           |          |
|-----------|-----------|----------|
| (1) 右脚前踏  | (2) 重心回左脚 |          |
| (3) 右脚后踏  | (4) 重心回左脚 |          |
| (5) 右脚旁踏  | (&) 左脚并步  | (6) 右脚旁踏 |
| (7) 左脚后交叉 | (8) 重心回右脚 |          |

### 2—8 蒙特利特、前恰恰、定轴转

- |          |                   |          |
|----------|-------------------|----------|
| (1) 左脚侧点 | (2) 左转 1/2 左脚并步   |          |
| (3) 右脚侧点 | (4) 右脚并步          |          |
| (5) 左脚前踏 | (&) 右脚并步          | (6) 左脚前踏 |
| (7) 右脚前踏 | (8) 左转 1/2 重心移到左脚 |          |

### 3—8 旁踏、交叉、旁踏、顺点、并点、摆胯

- |                 |                 |          |
|-----------------|-----------------|----------|
| (1) 右脚旁踏        | (2) 左脚后交叉       | (&) 右脚旁踏 |
| (3) 左脚跟左前点地     | (4) 左脚尖并步点地     |          |
| (5) 左转 1/4 左脚前踏 | (6) 左转 1/2 右脚后退 |          |
| (7) 左转 1/4 左脚旁踏 | (8) 右脚尖并点       |          |

### 4—8 横恰恰、摆摆、旁踏、并点、旁踏、并点

- |           |            |          |
|-----------|------------|----------|
| (1) 右脚旁踏  | (&) 左脚并步   | (2) 右脚旁踏 |
| (3) 左脚前交叉 | (4) 重心回到右脚 |          |
| (5) 左脚旁踏  | (6) 右脚并点   |          |
| (7) 右脚旁踏  | (8) 左脚并点   |          |

### 5—8 脚尖步、前踏 左-右、1/4 转、前踏、并点

- |                 |           |
|-----------------|-----------|
| (1) 右脚尖前点地      | (2) 右脚跟踏下 |
| (3) 左脚尖前点地      | (4) 左脚跟踏下 |
| (5) 右脚前踏        | (6) 左脚前踏  |
| (7) 右转 1/4 右脚前踏 | (8) 左脚并点  |

### 6—8 1/2 定轴转、1/4 定轴转、查尔斯顿步

- |          |                   |
|----------|-------------------|
| (1) 左脚前踏 | (2) 右转 1/2 重心移到右脚 |
| (3) 左脚前踏 | (4) 右转 1/4 重心移到右脚 |
| (5) 左脚前踏 | (6) 右脚前点          |
| (7) 右脚后踏 | (8) 左脚后点          |

### 7—8 拧碾步×2

- |                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| (1) 左脚跟前点地外拧，右脚前脚掌着地 | (2) 左脚跟内碾，右脚全脚掌着地 |
| (3) 左脚后踏，右脚跟内碾       | (4) 右脚跟外拧，左脚前脚掌着地 |
| (5) 左脚跟前点地外拧，右脚前脚掌着地 | (6) 左脚跟内碾，右脚全脚掌着地 |
| (7) 左脚后踏，右脚跟内碾       | (8) 右脚跟外拧，左脚前脚掌着地 |

### 8—10 爵士盒步、纺织步、并步、保持

- |           |          |
|-----------|----------|
| (1) 左脚前交叉 | (2) 右脚后踏 |
| (3) 左脚旁踏  | (4) 右脚并点 |
| (5) 右脚前交叉 | (6) 左脚旁踏 |
| (7) 右脚后交叉 | (8) 左脚旁踏 |
| (9) 右脚并步  | (10) 保持  |

### 9—8 交叉摆摆、旁踏、保持、交叉摆摆、旁踏、保持

- |           |            |
|-----------|------------|
| (1) 左脚前交叉 | (2) 重心移到右脚 |
| (3) 左脚旁踏  | (4) 保持     |
| (5) 右脚前交叉 | (6) 重心移到左脚 |
| (7) 右脚旁踏  | (8) 保持     |

### 10—8 摆摆、海岸步、旁踏、保持、并步、保持

- |          |            |          |
|----------|------------|----------|
| (1) 左脚前踏 | (2) 重心移到右脚 |          |
| (3) 左脚后踏 | (&) 右脚并步   | (4) 左脚前踏 |
| (5) 右脚旁踏 | (6) 保持     |          |
| (7) 左脚并步 | (8) 保持     |          |

上肢规定：(5) - (7) 右臂由体前向右打开平举，(8) 右手握拳至右肩上。

## 五、排舞运动舞谱

### 第一节 排舞运动舞谱的编写方法

#### (一) 中文舞谱的编写方法

##### 4、编写间奏舞步

为保证音乐的完整性，有的曲目需要创编间奏动作，使之与音乐协调融合。如果这样，也应该说明间奏的节拍数、间奏开始的节拍、方向等。



## 五、排舞运动舞谱

### 第一节 排舞运动舞谱的编写方法

#### (二) 英文舞谱的编写方法

用英文编写舞谱时，要注意中英文表达方式的不同。编写舞步时，中文是按照A--B--C的顺序，而英文则是按照C--A--B的顺序编写。（如下表）

#### 1.基本舞步的编写

基本舞步中英文对照记写表

（以右脚为例）

A	B	C	A	B
右脚	向前	一步step	right	forward
	向后	摇摆rock		back
	向右	滑步slide		To right side
	向后	拖步drag		back
	向右斜前方	弓步lunge		To diagonal right forward
	向右斜后方	扫步sweep		To diagonal right forward
	向右前方	点地point		To diagonal right forward
右脚	在左脚前	交叉cross	right	Over left
	在左脚后	一步step		Behind left
	在左脚后	锁步lock		Behind left
	在左脚旁	并步close		To left
	在左脚前	屈hook		In front of left
	在左脚旁	点地touch		Beside left
还原	重心	到右脚	recover	On right
右脚向前同时		1/2向右转 Make1/2turn right	Stepping forward on right	
右脚向后同时		1/2向左转 Make1/2turn left	Stepping back on right	
髋部	顺时针方向	绕环roll	hips	clockwise
	逆时针方向	扭动bump		Counter clockwise
	向右(左)	摆动sway		To right (left)



# 五、排舞运动舞谱

## 第二节 编写舞谱的注意事项

### 1. 舞谱用语应简单易懂

简明、易懂的舞谱能使学习者清晰、快速地掌握一首排舞曲目。简单意味着用最少的词，易懂就是用最清楚的语句。

### 2. 用熟悉的英文表达方式

用英文编写舞步时，尽量用“基本舞步英文对照表”中的记写方式呈现出来了。尤其要注意中文用A--B--C的顺序记，英文则用C-A-B的顺序记写；

用向左、向右来表述转体方向而不用顺时针方向或逆时针转；用分数来表示转体度数而不是用90度、180度。如右转 $1/4$ ，左转 $1/2$ 。



## 五、排舞运动舞谱

### 第二节 编写舞谱的注意事项

#### 3. 舞步记写要前后一致

所谓前后一致就是舞步的记写要全文统一。例如：右脚向前一步，那么在全文中出现这样的动作都要这样写。

4. 记写舞步时如需同时说明手臂、臀部、肩部等部位动作，一定要分开记写。例：左脚前踢，头右转，左手手指指向天空。

#### 5. 熟悉各类舞步动作

认真学习并熟练掌握排舞运动术语的内容，对舞谱编写尤为重要。正确的舞步记写，能加深对排舞作品的理解和风格的把控。如恰恰步、锁步和三连步；轴转（pivot）和转（turn），这些舞步动作虽然很相似，但能体现不同的曲目风格。



# MJ Bad

COPPER MOVIE

Count: 48

Wall: 4

Level: Intermediate

Choreographer: [Sobrielo Philip Gene](mailto:sphilipp@hotmail.com) (SG) - April 2020

Music: Bad - Michael Jackson



Intro: 32 c

## [&1-]8 STEP CROSS KICK, CROSS ROCK STEP, KNEE POP, TRIPLE TURN

&1-2 Step left beside right (&), cross right over left (bend knees) (1), Kick left to left (2)  
(Straighten knees)  
3&4 Rock left over right (3), recover weight onto right (&), step left to left (4)  
5-6 Pop right knee in (5), pop left knee in right back to center (6)  
7&8 ¼ left step left forward (7), 1/2 left step right back (&), step left ¼ to left (8) (12:00)

## [9-16] Sailor, Sailor CROSS TOE SWITCHES

1&2 Rock right behind left (1), Step L Slightly L (&), long step right to right sliding left  
towards right (2)  
3&4 Step left behind right (3), step right to right (&), cross left over right (4)  
5&6& Point right to right (5), step left beside left (&), point left to left (6) step left beside left (&)  
7&8& Point right to right (7), step left beside left (&), point left to left (8) step left beside left (&)

**Note:** On counts 6 and 8 pop shoulders forward

## [17-24] KICK BALL STEP, OUT OUT, BALL CROSS, KNEE POP, BALL TOUCH SNAP

1&2 Kick right forward (1), step right beside left (&), step left forward (2)  
3-4 Step right forward to right (3), step left forward to left (4) (feet apart)  
&5 Step right beside left (&) cross left over right (5)  
&6 Pop both Knees out (&), bring both knee back (6) (Easy option heel bounce)  
&7-8 Step right to right (&), Touch left behind right (7), Snap right fingers down to right side (8)

## [25-32] BALL TOUCH, BALL TOUCH, BALL SCUFF STEP, SAILOR STEP, HOLD BALL STEP

&1 Step left to left (&), touch right beside left (1)  
&2 Step right to right (&), Touch left beside right (2)  
&3-4 Step left to left (&), scuff right beside left (3), step right forward (4),

**Note:** On count 4 use right index finger and point front

5&6 Rock left behind right (5), step right slightly right (&), step left to left (6),

**Note:** On count 6 bring right hand down to right side with palm facing down

7&8 Hold (7), step right beside left (&) step left to left (8)

## [33-40] CROSS ROCK CROSS SHUFFLE, DIGONAL TOGETHER HEEL BOUNCE CROSS 1/4 BACK POP

1-2& Cross rock right over left (1), recover weight onto left (2), Step right to right (&),  
3&4 Cross left over right (3), step right to right (&) cross left over right (4)  
&5 Step right to right facing diagonally left (&), step left beside right (5) (4:30)  
&6 Bring heels up (&), bring heel down (6),  
**Note** On counts &5-&6: Bring both hands up and over the head elbows facing out and fists clench  
7&8 Cross right over left (7), 3/8 turn right step left back (&), step right back and pop left knee up(8)  
(3:00)

## [41-48] STEP LOCK, FORWARD LOCK STEP, PIVOT 1/2, KICK BALL POINT

1-2 Step left forward (1), lock right behind left while hitching right (2)  
3&4 Step left forward (3), lock right behind left (&), Step left forward (4) (3:00)  
5&6 Step right forward (5), ½ turn left (6) (9:00)  
7&8 Kick right forward (7), step right to right (&), point left to left (8)

**Note:** Place left hand on your belt buckle, Right to the right side (just like what MJ Would do)

Contact: [sphilipp@hotmail.com](mailto:sphilipp@hotmail.com)



# 2021-2024年全国排舞竞赛评分规则

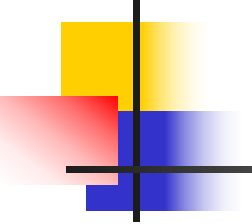
---

# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第一节 竞赛组别

- 1、学校部
  - 1.1 学生部
  - 1.2 师生组 (新增的)
  - 1.3 教师组
- 2、职工组
  - 2.1 行业体协
  - 2.2 产业工会
  - 2.3 机关工会
- 3、社会部
  - 3.1 青年组
  - 3.2 中年组
  - 3.3 常青组
- 4、家庭组
- 5、精英组
- 6、其他说明
  - 6.1 青年组 (平均年龄18-35岁)
  - 6.2 中年组 (平均年龄36-50岁)
  - 6.3 常青组 (平均年龄51-65岁)
  - 6.4 以上组别为平均年龄, 计算方式 (遇小数点四舍五入):
    - 年份-身份证上标准的年份=实际年龄
    - 全部队员实际年龄之和/人数=平均年龄





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第二节 竞赛项目

1、单人项目【初级（两曲）、中级（三曲）、高级（四曲），**各级别又分男生、女生组**】

2、混双项目（风格变化演绎：华尔兹、恰恰、夜总会、桑巴，上一版是两类风格：平滑和律动，新版增加了两类：升降起伏和古巴类）

3、集体项目

### 3.1规定

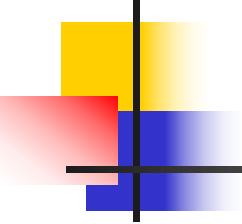
3.2自选（八大类风格：民族、律动、平滑、升降起伏、古巴、街舞、舞台、曳步舞，老版的轻器械类删除了，增加了其余五种风格的）

### 3.3串烧

- 初级（两首初级曲目串烧）
- 中级（三首中级曲目串烧）
- 高级（四首高级曲目串烧）

3.4自选节目





## 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

### 4、原创项目

4.1初级：至少4个排舞舞步，拍数在32-48拍之间，旋转不超过180度，间奏不超过1个8拍。

4.2中级：至少含8个排舞舞步，拍数在64拍以上，旋转不超过360度。4个8拍及以上间奏。

4.3高级：至少含12个排舞舞步，拍数在96-128拍之间，旋转不超过450度。可以连续&拍动作，允许地面翻滚或小技巧动作，多个组合、间奏及段落重复。

### 5、开放组（表演形式不限）



# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第三节 参赛人数

### 1、集体项目

1.1小集体6-12人（含12人）

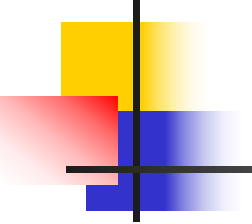
1.2大集体13人及以上

2、原创项目：人数不限（2020版分为原创作品创编，不超过6人；原创作品表演，参照大小集体人数要求）

3、开放项目：12人及以上

4、家庭组：2人及以上





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第四节 舞步、音乐及编排

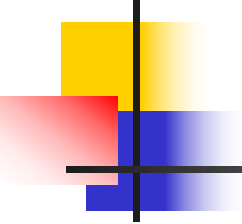
### 1、舞步要求

1.1舞步方向：前奏结束后运动员面向裁判员**完成一个方向的舞步段落**后方可改变舞步的方向。

特别说明：

- 如果是四个方向的排舞，比如《倒在你的斜面上》就是属于一个**4个8拍4个方向**的曲目，意思是必须把第一遍的**4个方向**跳完才可以变方向和队形。
- 针对舞步段落，尤其是串烧曲目，建议最好选取第一段。





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

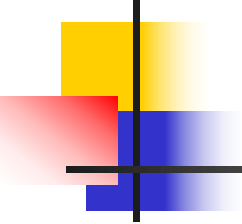
---

**1.2舞步风格：**排舞基本舞步适用于不同风格，同样的舞步动作在不同风格曲目中应用不同的表现形式演绎风格

**1.3基本舞步：**编排过程中，中心已公布的基本舞步中出现的舞步必须清晰准确展示；可以改变方向、更换左右脚，舞步性质和节奏不能改变。

**1.4舞步移动：**队形变化或队员换位移动时，可利用方向、面的变化进行移动，也可以更换左右脚，到位后应立即恢复到与音乐所对应的原舞步。





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 2、音乐要求

2.1规定曲目（单人、混双、集体规定曲目的音乐，统一使用中心公布的音乐版本，不得剪辑与拼接。）

### 2.2自选曲目

2.2.1以中心历年推广曲目为限，**不得**选择本年度本组别的规定曲目以及历年民族采风曲目。（**单人曲目也是适合各个组别的，故不能选**）

2.2.2统一使用中心公布的音乐版本，时长为原曲时间，不得剪辑与拼接。





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则

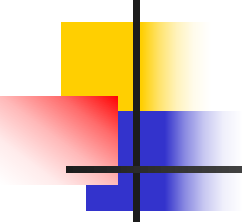
---

### 2.3串烧曲目

#### 2.3.1音乐时长（音乐起至音乐结束）

- 初级：两首初级曲目串烧的音乐时长为3'00"-4'00"
- 中级：三首中级曲目串烧的音乐时长为4'00"-5'00"
- 高级：四首高级曲目串烧的音乐时长为5'00"-6'30"（2020年就是这个时长，以前是5'00"-6'00"）





## 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

### 2.3串烧曲目

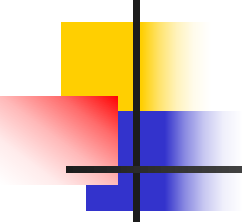
2.3.2要求音乐与舞步完整对应，音乐只能整段剪辑、组合、拼接，不允许拆分拼接，不允许改变音乐的速度和节奏。

2.3.3音乐连接部分可以有不超过2个8拍的音效处理，无节拍音效不得超过10秒。

2.3.4同一音乐不得多次出现，除结束造型或动态退场。

2.3.5以中心历年推广曲目和UCWDC本年度推广的高级曲目为限，不得选用本年度本组别的规定曲目。





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

## 2.4 民族采风项目

2.4.1 以中心理念民族采风曲目为限。

2.4.2 统一使用中心公布的音乐版本，时长为原曲时间，不得剪辑与拼接。

## 2.5 原创项目

2.5.1 音乐时长不得超过4'30"。

2.5.2 音乐内容健康、积极、风格明显，前奏清晰易辨识。

## 2.6 开放项目

2.6.1 音乐可以是单曲也可多首音乐组合串烧而成。

2.6.2 音乐内容健康、积极、风格明显，前奏清晰易辨识。

2.6.3 音乐时长不得超过6'00"。





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则

### 3、编排要求

3.1编排应充分考虑舞步风格、场地、空间的使用，队员间**身体接触**的互动交流（运动员同时或者依次完成）、连续方向的转换、集中与分散等整体视觉效果的呈现。

3.2在不改变曲目风格的前提下，可对曲目的前奏（含队员入场）、间奏和舞谱描述以外的上肢动作、舞步方向、队形等进行编排；所有项目结尾部分可以有不超过**2个8拍**不同于原舞步的编排，**3/4拍节**的曲目可以有**8个3拍**不同于原舞步的编排（含队员退场）。





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则

---

3.3所有项目编排时，队形变化不得少于**5次**（除开放组，原创也不做队形要求）

3.4成套动作中依次或交替完成动作时，不跳舞的选手**停止时间**不得超过**8拍**、  
3/4拍节的曲目**停止时间**不得超过**12拍**。





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则



### 队形创编

- 1、概述： 队形是排舞集体项目比赛和表演的重要内容之一，丰富多彩的队形和巧妙流畅的队形变化会令表演更具可观性。
- 2、意义：
  - 不断变化的队形更能体现出场面的流动感；
  - 能抓住观众的视觉，吸引眼球；
  - 丰富合理的队形变换能提高运动强度，更好锻炼心肺功能；
  - 能更好培养团队成员间的信任感和集体荣誉感。





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则



### 队形创编

#### 3、队形创编原则：

- 构图清晰 “字间距小，行间距大，内密外疏”
- 丰富新颖 “对称，均衡，呼应”
- 对比鲜明 “队形图案之间有鲜明的变化，尤其是相邻的队形不应为相似队形”
- 变化流畅 “过渡自然、转换流畅”
- 显示动作 “队形最终是为显示动作而服务的”



## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则



### 创编——时间空间的运用

#### 一、地面空间的线路运用（阿拉伯数字）

★圆形：0、3、6、8、9

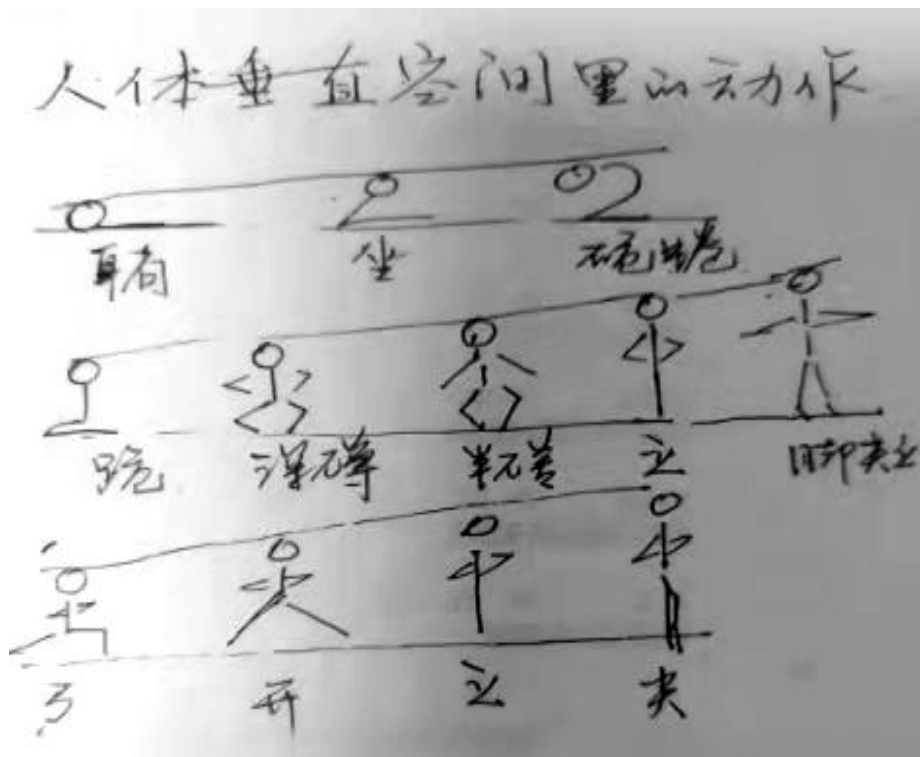
★线形：1、4、7

★联合形：2、5

★几何形：\O▽◇等

★字母形：T M A Y V X W H等

#### 二、垂直空间的构筑（人体重心的改变）





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则



### 创编——时间空间的运用

- 空间的三维立体：高度（上下）、宽度（左右）、深度（前后）
- 空间的表现方式：地面空间的线路、垂直空间的高度、构筑空间的强弱区以及姿势空间的造型。
- 运用同时错层、错时同层、错时错层、多点多向等对比方法来表达一定的空间感。



## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则

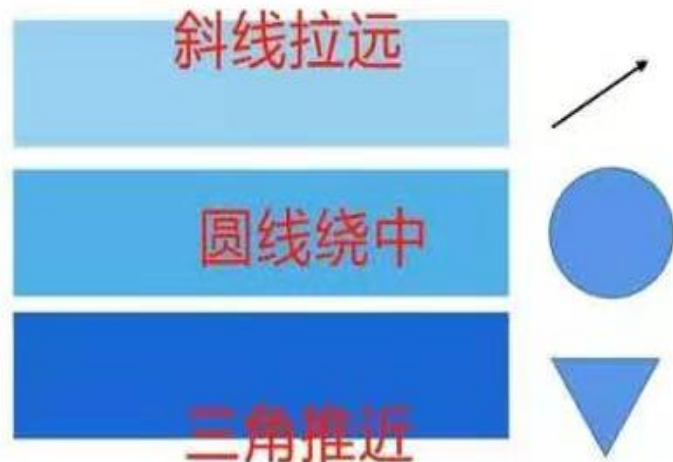
### 构筑空间的强弱区



↑  
场地前后（深度）



↑  
场地左右（宽度）



↑  
形状的变化凸显强弱区  
(远、中、近)

队形的流动和调度形成强弱对比是空间运用的最佳表现





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则

集体舞蹈编排口诀：

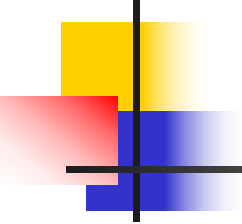
二四七 一〇八， 直斜圆曲相交插；

前后左右高中低， 地面空中方位佳；

整齐对称黄金律， 平衡统一多样化；

调和对比相结合， 情景交融美如画。





## 新周期全国排舞竞赛评分规则

### 3.5特殊编排要求

3.5.1单人项目编排：运动员只能在自己的区域内完成动作。

背景		
4	5	6
1	2	3
裁判席		

- 可以有地面动作，不得超过1个8拍。
- 单人初级不允许编排。





## 新周期全国排舞竞赛评分规则

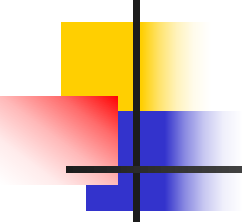
● 单人中级、高级允许有编排：

第一遍必须面向裁判完成一个方向舞步；

第二遍的第1个8拍必须是完全按照舞谱完成；

第二遍的第2个8拍开始可以按完整的8拍形式进行改编，每次改编舞步只能以**连续8拍**形式出现，不得超过1个8拍，1个8拍以后**必须**回到与舞谱一样的内容。（**变化之处**）





## 、新周期全国排舞竞赛评分规则

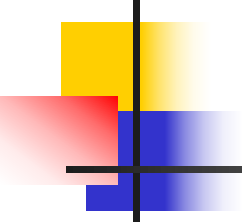
3.5.2混双项目编排：运动员只能在自己的区域内完成动作。

背景	
3	4
1	2
裁判席	

●可以有不超过2个8拍的炫技展示：

不是指单纯的改编舞步和方向，而是应有技术技巧呈现，且与曲目风格吻合，结束后接上原方向的舞步动作。





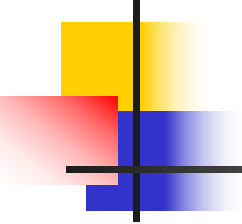
## 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

### 3.5.3串烧项目编排

- 曲目之间衔接流畅、动作过度自然。
- 每一首曲目衔接音乐后必须面向裁判完成每首曲目的一个方向的舞步段落，如遇参赛曲目有ABC等多段动作，可只须向裁判完成一段动作一个方向的舞步段落。
- 串烧曲目中的单曲队形变化不得少于5次。



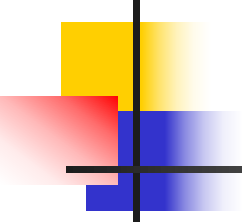


## 新周期全国排舞竞赛评分规则

### 3.5.4原创项目编排

- 不允许有队形和方向的变化。
- 围绕排舞八大风格进行，易于推广普及。
- 初级：至少**4**个排舞舞步，拍数在**32-48**拍之间，旋转不超过**180**度，间奏不超过**1**个**8**拍。
- 中级：至少含**8**个排舞舞步，拍数在**64**拍以上，旋转不超过**360**度。**4**个**8**拍及以上间奏。
- 高级**：至少含**12**个排舞舞步，拍数在**96-128**拍之间，旋转不超过**450**度。可以连续**&**拍动作，**允许地面翻滚或小技巧动作**，多个组合、间奏及段落重复。（**有变化**）



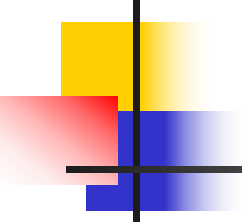


## 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

- 必须注明风格、等级、创编用途；参加原创曲目的比赛需提交舞谱所需各项内容（包括：音乐名、作者信息、前奏、舞步拍节、方向、舞序、启动脚等）。





## 新周期全国排舞竞赛评分规则

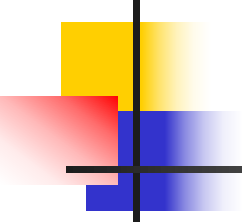
---

3.5.5开放项目编排:编排和表现形式不限，可融入舞台风格表演，需要有**故事情节**。

### 3.6安全规定

- 不得出现抛接和空翻的危险动作。
- 单人、混双炫技及前奏和结尾部分不得出现与曲目风格不符或超出个人能力的技巧动作





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

## 3.7入场和退场

- 入场：可动态或静态造型开始
- 退场：可选择造型结束动作或在音乐伴奏下退场。





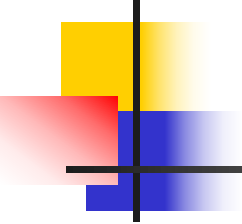
# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第五节 服装、服饰与场地

### 1、服装与服饰

- 着装必须符合排舞风格。
- 带跟鞋安全（原3CM，现根据个人能力可高可低），长裙下摆不得超过踝关节，在穿裙装时需穿长筒袜或紧身裤袜。



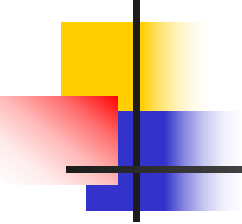


## 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

- 音乐类型为乡村音乐时（舞谱中会注明），男运动员必须带牛仔帽、穿靴子，女运动员必须穿靴子。
- 串烧曲目在比赛过程中鼓励服装服饰变化，允许因成套动作风格演绎需要，将服装服饰或道具有序放置地面。





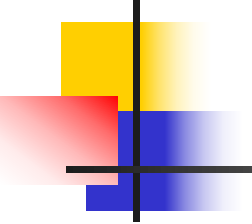
## 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

### 2、广告标贴规定

- 参赛选手赞助商广告标贴，不得超过4平方米。
- 臂贴宽度不得超过4CM.
- 印制在背面的广告，面积不得超过21X5平方厘米，成一线排列。

3、场地：比赛场地不低于16X16平方米的平整场地。



# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第六节 评分指南

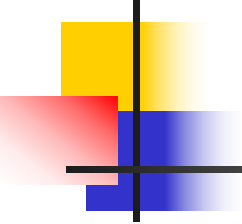
### 1、评分办法

- 采用十分制，满分10分，临场裁判员评分精确到0.01分。

#### 1.1 普通裁判组

- 普通综合裁判组：8名综评去掉两个最高分、去掉两个最低分后的平均分为普通综合得分。
- 普通舞步裁判组：2名舞步裁判的平均分为普通舞步得分。
- 普通裁判组得分=普通综合得分X0.8+普通舞步得分X0.2





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 1.2高级裁判组

- 高综组：2名高综的平均分为高综综合得分。
- 高舞组：1名高舞的评分为高舞得分。
- 高级裁判组分数介入使用的前提：以普通裁判组的普通舞步得分和普通综合得分为基准分数。如下表格一所示，在不同的分数区间，任意一项的基准分数与高级综合得分、高级舞步得分之间的差值等于或者超过固定数值差时，高级裁判组的分数将会介入最终得分。



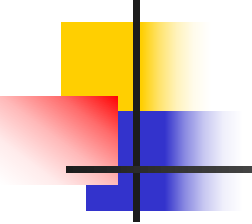


## 新周期全国排舞竞赛评分规则

基准分数	固定数值差
9.5及以上	0.2
9.0-9.49	0.3
8.0-8.99	0.5
7.0-7.99	0.8
6.99及以下	1.0

表一





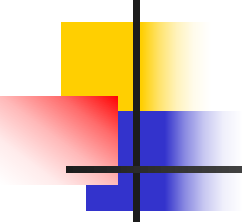
## 新周期全国排舞竞赛评分规则

### ●最后得分：

★高级裁判组分数**不介入时**，参赛队最后得分为：普裁组得分（普综得分 $\times 0.8$ +普舞得分 $\times 0.2$ ）-裁判长减分（如有）+裁判长加分（如有）。

★高级裁判组分数**介入时**，参赛队最后得分为：（普综得分+高综得分之和的平均分） $\times 0.8$ +（普舞得分+高舞得分之和的平均分） $\times 0.2$ -裁判长减分（如有）+裁判长加分（如有）。





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 2、评分标准

2.1评分内容由**标准舞步**和**综合评判**组成。

●标准舞步：指与舞谱描述完全一致的舞步顺序和舞步动作。

●综合评判：

★艺术编排：为达到艺术效果而通过服装、移动、动作设计、场地运用等所展现出来的创造性、多样性。

★完成质量：通过符合曲目风格的身体姿态，完美完成标准舞步、队形变化等编排设计的全部内容，将音乐、动作和表演高度融合。

★整体评价：指完成全部动作后，综合完成质量、艺术编排、风格演绎、表演技巧等各方面所展示出来的效果进行整体评判。





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

## 2、评分标准

### 2.2舞步裁判评分

- 舞步评分（10分），裁判对下列出现的错误进行减分。（见表二）

# 新周期全国排舞竞赛评分规则

评分因素	减分重点	减分细则	减分
基本舞步 (6分)	舞步错误 (3分)	规定舞步方向以外出现的舞步错误	0.1分/次
		移动过程中舞步出现错误	0.1分/次
		前奏后面向裁判完成规定方向舞步时出现错误	0.1分/次
	拆分或颠倒舞步 (2分)	改变和拆分舞步	0.2分/次
	节拍错误 (1) 分	音乐节拍错误	0.1分/次
舞步方向或循环 (2分)	规定方向或循环 (2分)	规定方向或段落展示时第1个8拍的1.2拍和最后1个8拍的7、8拍方向错误或有队形变化	0.2分/次
		未完成一个完整方向的舞步段落	1分
版本 (2分)		音乐版本错误	1分
		舞谱版本错误	1分

表二



# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 2.3综合裁判评分

●综合评分（10分）：裁判对下列出现的错误进行减分：

评分因素	减分要点	减分细则	减分
完成情况 (4分 原来是5分)	完成一致性 (2分)	成套动作不一致	0.05-0.2分/次
		队形不清晰	0.2分/次
	整体完成质量 (2分)	上肢动作出现错误	0.05-0.2分/次
		明显的方向错误	0.2分/次
		同伴身体发生碰撞	0.2分/次
		摔跤臀部或手臂着地	0.5分/次



评分因素	减分重点	减分细则	减分
艺术编排 (4分 原来是3分)	服装服饰搭配 (0.5)	服装与曲目风格不协调	0.1-0.5分
	舞步编排 (1分)	编排中改变舞步节奏	0.2分/次
		舞步停顿超过1个8拍或12拍	0.2分/次
		不停顿选手跳其他舞步	0.1分
		结尾超过了2个8拍 (8个3拍) 不同于原舞步的编排	0.2分
	队形编排 (1分)	未达到5次队形变化 (需形状发生变化)	0.2分/次
		没有队形变化时换脚进行移动	0.2分/次
	场地空间的运用 (0.5分)	场地利用不充分	0.1-0.5分
	成套编排 (1分)	器械选择与曲目风格不符	0.1-0.5分
		音乐前奏、结尾部分的表演与曲目风格不符	0.1-0.5分
		成套动作未做互动交流	0.2分
		不合适的上肢动作编排	0.1-0.5分

## 新周期全国排舞竞赛评分规则

评分因素	减分重点	减分细则	减分
整体评价 (2分)	风格演绎、 表现力、 感染力、 成套表演效果	完美	0.1-0.2分
		优	0.3-0.4分
		好	0.5-0.6分
		一般	0.7-0.8分
		较差	0.9-1.0分



# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 2.4 具体项目特殊评分要求

### 2.4.1 单人、混双项目

减分裁判	减分因素	减分细则	减分
舞步裁判	基本舞步	单人项目中高级曲目炫技后没有完成规定舞步动作	0.5分
综合裁判	完成情况	有意碰撞其他运动员	0.5分/次
		身体失去平衡	0.2分/次
	艺术编排	未接单双人项目编排要求的成套动作	0.2分
		单人项目中高级在比赛中没有改变舞步 (必须有改变)	0.5分
	单人、混双的炫技内容于曲目风格不符	0.1-0.5分, 最多-1分	



# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 2.4具体项目特殊评分要求

### 2.4.2串烧项目

减分裁判	减分因素	减分细则	减分
舞步裁判	舞步方向或循环	任意一首曲目中，出现未完成一个完整方向的舞步段落	1分
综合裁判	艺术编排	串烧曲目中每个单曲队形变化不得少于 <b>5</b> 次，每稍一个进行减分	<b>0.2</b> 分/次
	整体评价	①串烧曲目中采用八大风格中不同风格类别组合的串烧和同类别下不同风格组合的串烧在评判时有0.2的分差； ②选用高级、中级、初级曲目的数量有0.1-0.3的分差。	





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 2.4 具体项目特殊评分要求

### 2.4.3 原创项目

减分裁判	减分因素	减分细则	减分
舞步裁判	舞步方向	完整型、组合型、间奏型、表演型原创曲目比赛时未做循环或未完成方向	1分
	版本	舞谱书写不规范	0.1分
		舞谱中未注明风格	0.1分
综合裁判	艺术编排	舞步创编须符合原创级别的数量要求，每少一个进行减分	0.1分/次
		舞步选用与风格不匹配	0.1-0.5分





## 六、新周期全国排舞竞赛评分规则

### 2.4具体项目特殊评分要求

#### 2.4.4开放项目

- 开放项目应注重整体设计与表演，裁判员对出现的错误和不符合规则的编排进行减分。
- 总有综合裁判分，舞步裁判分为满分。
- 开放项目编排无故事情节，减0.5分。



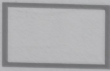




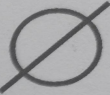











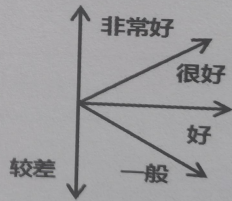
## 2.5裁判长评分

减分原因	减分
出现不安全动作如：空翻、抛接等	0.1分/次
出现违反规定的广告标贴	
暴露隐私部位、内衣等	
服装服饰、头发散落，头饰、道具、鞋掉落等	
佩戴珠宝、首饰、手表等私用物品	
音乐时长不符合比赛要求	
改变音乐速度	
参赛人数不符合比赛要求	
运动员中途上、下场（开放组除外）	
运动员不按要求着装	
服装服饰和曲目风格不匹配	0.2分
参赛项目/组别/曲目选择错误	



# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 2.6速记符号记写

 场地利用	 队形	 音乐	 转体180°	 转体360°	 转体540°	 转体720°
<b>S</b> 舞步	<b>A</b> 手臂	<b>T</b> 间奏	<b>P</b> 停顿	<b>D</b> 难度动作	<b>X</b> 错误	<b>工</b> 配合
 移动	 段落	 段落八拍	 第一曲	 第二曲	 第三曲	 第四曲
 无空间变化 依次完成	 有空间变化 依次完成	 横排不整齐	 非常好 很好 好 一般 较差 整体评价			



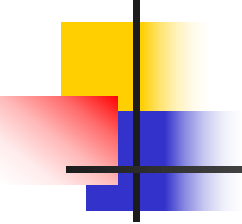
# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第七节 裁判组

### 1、裁判员工作职责

- 仲裁委员会：负责最终裁定参赛队伍提出的申诉要求。
- 高级裁判组：负责组织裁判业务学习、考试、监督和管理裁判员的评判，对仲裁组提交的争议比赛进行评估和处理，不得在任何队伍中兼职。
- 总（副）裁判长：负责指导监督赛事的各个方面。
- 临场裁判员：学习规则、熟悉舞步、遵守各项要求，服从裁判长指挥，严格按规则准确、快速、客观、公正，做出合乎道德的评判。





# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第八节 违纪处罚

### 1、违规违纪裁判员的处罚分类：

- 警告
- 取消若干场次执裁资格
- 取消裁判执裁资格1-2年
- 降低裁判技术等级资格
- 撤销裁判技术等级资格
- 终身禁止裁判执裁资格



# 新周期全国排舞竞赛评分规则

## 第八节 违纪处罚

### 2、违规违纪裁判员的处罚条件：

- 警告：不遵守纪律、明显漏判、错判；
- 取消若干场次执裁资格：在赛区有酗酒滋事行为的、同一场比赛达到两次警告或未按规定主动提出临场回避的；
- 取消裁判执裁资格1-2年：多次出现明显错判、漏判等较大工作失误的；
- 降低裁判技术等级资格：多次出现明显反判、错判或漏判等重大失误的；
- 撤销裁判技术等级资格：多次出现异常反判、错判或漏判等重大失误，比赛场面失控，影响恶劣；
- 终身禁止裁判执裁资格：暗箱交易操控比赛，收受钱物等非法行为。





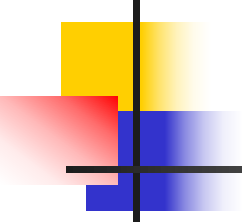
# 新周期全国排舞竞赛评分规则

---

## 2、裁判员选派原则

- 公开的原则
- 择优的原则
- 回避的原则
- 均衡的原则
- 就近的原则





# “阳光排舞进校园”

## 1、校园排舞依托的组织包括：

- 地方政府
- 学校领导支持
- 学校教师

## 2、“阳光排舞进校园星级模范学校”考核标准为：

- 基本条件
- 开展情况
- 工作成效
- 媒体宣传





## “阳光排舞进校园”

---

3、“阳光排舞进校园星级模范学校”基本条件为：

- 学校支持
- 师资配备



# 裁判实操练习

## 排舞裁判评分表

姓名：

参赛队伍名称：          组别：          项目：          曲目：          人数：          服装：

评分因素	完成情况（4分）		艺术编排（4分）				整体评价（2分）	满分 （10分）
	完成一致性 （2分）	整体完成质量 （2分）	服装服饰搭配 （0.5分）	舞步编排 （1分）	队形编排 （1分）	场地空间的运用 （0.5分）	成套编排 （1分）	
得分								

