

第8回日本リズムダンス選手権 要項

肉体表現であるダンスをスポーツとしての側面と芸術としての側面から捉え「芸術スポーツ」として確立するべく設立されたJRDF（日本リズムダンス連盟）がスポーツ庁後援のもと開催している大会です。

日本全国各地にて予選を行い、優勝チームが年末に日本女子体育大学で開催される決勝大会にチャレンジすることが出来ます。

大会名
文部科学大臣杯
第8回日本リズムダンス選手権

主催
JRDF（日本リズムダンス連盟）

後援
スポーツ庁

部門

リズムダンス（シングル）：小学生
リズムダンス（シングル）：中学生
リズムダンス（シングル）：高校生
リズムダンス（シングル）：大学生から一般
リズムダンス（シングル）：シニア（50歳以上）
リズムダンス（ペア・グループ）：小学生
リズムダンス（ペア・グループ）：中学生
リズムダンス（ペア・グループ）：高校生
リズムダンス（ペア・グループ）：大学生～一般）
リズムダンス（団体）：小学生
リズムダンス（団体）：中学生
リズムダンス（団体）：高校生
リズムダンス（団体）：大学生から一般

ルール

第8回 日本リズムダンス選手権 大会開催概要

リズムダンスとは……

リズムに合わせて動くことを最も重視し、身体を使って表現するダンス。ダンスのジャンルは問わない。(オールジャンル可)

リズムダンス(シングル)

部門	条件	人数	演技時間	ステージ	全国大会出場権
小学生		1名	1分10秒～2分30秒	奥行12m×幅12m ※自室のフロア・サイズ ラインオーバーは減点にはならない。	1位 ※成績優秀な場合は、2位、3位も出場権を得られる場合あり。
中学生					
高校生					
大学生から一般					
シニア	50歳以上				

リズムダンス(ペア・グループ)

部門	条件	人数	演技時間	ステージ	全国大会出場権
小学生		2名～7名	1分10秒～2分30秒	奥行12m×幅12m ※自室のフロア・サイズ ラインオーバーは減点にはならない。	1位 ※成績優秀な場合は、2位、3位も出場権を得られる場合あり。
中学生	小学生以下の選手と混合可能				
高校生	中学生以下の選手と混合可能				
大学生から一般	高校生以下の選手と混合可能				

リズムダンス(団体)

部門	条件	人数	演技時間	ステージ	全国大会出場権
小学生		8名～35名	1分10秒～2分30秒	奥行12m×幅12m ※自室のフロア・サイズ ラインオーバーは減点にはならない。	1位 ※成績優秀な場合は、2位、3位も出場権を得られる場合あり。
中学生	小学生以下の選手と混合可能				
高校生	中学生以下の選手と混合可能				
大学生から一般	高校生以下の選手と混合可能				

審査基準

総合得点100点満点(芸術40点、技術60点)

芸術	技術
1 10点 振り付け(構造的要素、音楽の解釈、動きのバリエーションなど)	1 20点 エレメント
2 10点 構成力(フォーメーションの変化、フロアの使いみちなど)	2 10点 音楽の適合性(リズムに合わせているか)
3 10点 動きの表現力	3 10点 テクニク(正確さ、柔軟性、ストップモーションなど)
4 10点 ショーメンシップ(表情、エナジー、感情表現、演技など)	4 10点 一貫性(動作のタイミング、動きや音楽の統一性)
	5 10点 フォーメーション(層、構造的要素の統一性)

減点事項

-タイムオーバー 規定時間内に演技がなされなかった場合(5.0の減点)
「プレイパフォーマンス」の減点) *オープニングポーズまでに20秒以内で用意する。最初の一人がステージに踏み出したときからカウント始まる。
*ラインオーバーは減点対象外

(1)チアダンス、ヒップホップ、スポーツブレイク、スポーツロックン、エアロビクス、など様々なダンスジャンルから参加可能。
エレメント一貫性:記載あるエレメントを必ず演技構成の中に入れることとする。
・エレメントを一貫性の中から8個(小学生は4個)選択し、事前にエレメントを申請する。(ドキュメンテーションシート)の提出
・エレメントとは…
ステップ、ジャンプ、ターンなど技のこと、A難度、B難度、C難度、D難度のレベルがある。
エレメントは演技参加者全員が同時に実施しなければならない。
ダンスステップは4カウント以上は連続すること。
・エレメント一貫性は別紙参照
・ドキュメンテーションシートの提出とは…
大会に先立って指定のドキュメンテーションシートにエレメントを実施順にエレメント名、難度を記入し提出しなければならない。
(2)衣装など
・リズムダンス競技にふさわしい衣装を着用すること。
(身のため、また華麗な衣装、化粧、演技はふさわしくない)
・衣装には帽子、キャップ、手袋、スカーフ、アクセサリーを含む。
・演技中に衣装の一部を外したり、脱いだりしてもかまわない。
・規定、または内閣省を原(と、(内閣省、ヒールは禁止)
・小道具(スチング、ボール、つえ、ワンド、ラバーバンドなど)の使用は可能だが入退場時に持ち込み、および発表出来る物とする。
・医療関連のテーピング等は使用可とする。
(3)当連盟では安全性を考えた審判(構成)を推奨。
(4)ルール部門・コンクール部門について
・ルール部門
エレメント(技)を重視した採点となり、チーム力・構成力などの完成度を重視している部門です。(ドキュメンテーションシート)の提出必須)
・コンクール部門
チーム力・構成力・ダンスの楽しさの表現を重視しています。
エレメントも入れず出場可能。(エレメントの評価はない)
エレメント以外(部門、条件、人数、演技時間、ステージ)は同じ。
※完成度と技術力を高めるルール部門への挑戦を連盟では推奨しております。

サーキット部門

部門	条件	内容	全国大会出場権	審査基準 サークット 10点満点
リズムダンスサーキット	小学生 中学生・高校生 大学生から一般 マスターズⅠ マスターズⅡ マスターズⅢ	約5分フリーダンスストラクチャーに合わせて行う	1位 ※成績優秀な場合は、2位、3位も出場権を得られる場合あり。	1. 技術的要素:ダンス動作 ・正確、正確な動き・コントロール能力・つま先、膝、股関節の柔軟性 ・リズム感・動きの理解能力・身体全体を使ってのダイナミックな動き 2. 身体的要素 ・柔軟性・筋力・調整力・持久力 3. 表現力 ・演技力・感情表現・演技力 4. 好感度、外観体型、清潔感

※リズムダンスサーキットは、個人参加とフリーダンス(指導者)の動きに合わせて動きます。
ルーティン動画で事前に学び、楽しく表現してください。全国大会への出場権も獲得できます。

大会スケジュール

第8回 日本リズムダンス選手権 大会スケジュール (2024年度)

2024年9月5日現在

	開催日	大会名	開催地区	会場
1	5月25日(土)	東東京大会	東京都墨田区	旧向島中学校
2	6月23日(日)	関西大会	兵庫県神戸市	神戸市立王子スポーツセンター
3	8月3日(土)	埼玉大会	埼玉県さいたま市	浦和学院高等学校
4	8月17日(土)	東北大会	宮城県仙台市	聖和学園高等学校
5	9月21日(土)	南関東大会	神奈川県高座郡	シンコスポート寒川アリーナ (寒川総合体育館)
6	10月5日(土)	北海道大会	北海道札幌市	中島体育センター
7	10月12日(土)	九州大会	福岡県福岡市	博多体育館
8	11月10日(日)	東京大会	東京都文京区	江戸川橋体育館
9	11月17日(日)	大阪大会	大阪府茨木市	追手門学院高等学校 体育館
10	12月21日(土)	全国大会	東京都世田谷区	日本女子体育大学トウゴ記念講堂

上記開催予定は変更になる場合がございますので予めご了承ください。

※9月29日(日)北信越大会 → 中止(9/5現在)