

# 全国啦啦操委员会关于组建“国家 啦啦操集训队和国家青少年 啦啦操集训队”的通知

各有关单位：

为进一步提高我国啦啦操项目的技术水平，缩小与世界啦啦操发达国家的差距，结合《中国啦啦操中长期发展规划》，经报请国家体育总局体操运动管理中心批准，我委员会拟在全国范围选拔优秀啦啦操运动员和优秀啦啦操运动队，分别组建“国家啦啦操集训队”和“国家青少年啦啦操集训队”，具体内容如下：

## 一、选拔原则

本着公平、公正、公开的原则，在全国范围选拔学习成绩优秀、啦啦操运动技能强、具有良好的团队精神和道德品质的啦啦操运动员及运动队。

## 二、项目

（一）国家啦啦操集训队：花球、街舞、爵士和技巧；

（二）国家青少年啦啦操集训队：花球、街舞、爵士和技巧。

## 三、选拔范围

（一）国家啦啦操集训队：18-35岁优秀啦啦操运动员；

（二）国家青少年啦啦操集训队：队员年龄符合6-17岁的优秀啦啦操运动队。

## 四、组建形式

（一）国家啦啦操集训队：在全国范围选拔优秀啦啦操运动

员，组建国家啦啦操集训队进行集训、比赛；

（二）国家青少年啦啦操集训队：在全国范围选拔优秀啦啦操运动队，以该队组建国家青少年啦啦操集训队进行集训、比赛。

## 五、选拔时间与地点

（一）选拔时间：7月16-19日；

（二）选拔地点：山东省日照市。

## 六、选拔主要内容

（一）国家啦啦操集训队

1. 年龄要求：18岁以上；

2. 获得以下比赛成绩之一：

①在2017-2018年全国啦啦操联赛各分站赛获得冠军的队伍可按10%运动员名额推荐；

②在2017-2018年全国啦啦操联赛总决赛、2017年全国啦啦操冠军赛、2018年全国啦啦操锦标赛获得冠军的队伍可按30%运动员名额推荐；获得亚军的队伍可按20%名额推荐；获得季军的队伍可按10%名额推荐；

3. 啦啦操运动员个人能力测试（具体内容详见附件）；

4. 文化综合考核；

5. 啦啦操技术考核；

6. 已获得啦啦操技术等级运动员称号的运动员优先。

（二）国家青少年啦啦操集训队：

1. 年龄要求：6-17岁

2. 运动队获得以下比赛成绩之一：

①在 2017-2018 年全国啦啦操联赛各分站赛获得冠军；

②在 2017-2018 年全国啦啦操联赛总决赛、2017 年全国啦啦操冠军赛、2018 年全国啦啦操锦标赛相应组别比赛中获得前三名；

3. 啦啦操运动员个人能力测试（具体内容详见附件）；

4. 运动员文化综合考核；

5. 运动员啦啦操技术考核；

6. 运动队中有获得啦啦操技术等级运动员称号的优先。

## 七、选拔流程

（一）网上申报：登录中国啦啦操网“国家集训队专区”，准确填写相关信息，进行网上申报，个人申报或单位集体申报均可；

（二）统一集训；

（三）测试与选拔；

（四）公布测试成绩与入选名单。

## 八、联系人及电话：

王评 13338603811      王家明 13222011169

全国啦啦操委员会

2018 年 6 月 11 日

附件：

## 啦啦操运动员个人能力测试内容

### 一、舞蹈项目各项测试内容与记分比例

（一）身体形态及表现力（20分）				
站立姿态 3分	行进间姿态 4分	踢腿姿态 4分	平板支撑 4分	个性化表情展示 5分
八点面向站姿	行进舞步核心控制	8X8 拍前、侧、后、侧	3分钟	2X8 自由展示

（二）技能测试（30分）			
转体类 10分	跳跃类 10分	翻腾类 10分	街舞地板动作 10分 (街舞此类替换转体类)
阿拉 C 杠 5周+N 5分	连续三次屈体分腿跳 2分	单臂侧手翻 2分	倒立手推车 2分
立转 3周 3分	屈体+侧跨栏跳+C 跳 3分	单臂前手翻 3分	托马斯 3分
搬腿转体 2分	规定组合转体跳跃 5分	侧空翻 5分	规定组合动作 5分

（三）体能测试（20分）			
柔韧类 5分	上肢力量 5分	下肢力量 5分	腰腹力量 5分
肩、躯干、左、右、横叉各 1分	女生连续俯卧撑 30 男生连续击掌俯卧撑 30	靠墙静力半蹲控 女生 3分钟 男生 4分钟	规定腰腹组合动作 女生 10 男生 15

（四）规定动作组合测试（30分） 花球、街舞、爵士各项按已教授的规定组合展示，每段组合 12X8 拍			
专项技术的准确性 10分	身体控制的准确性 10分	移动技术的准确性 5分	表演能力 5分

## 二、技巧项目各项测试内容与记分比例：

(一) 身体形态及表现力 (20 分)			
站立姿态 5 分	动态姿态 5 分	平板支撑 5 分	口号 5 分
八点面向站姿	在配合中尖子、底座核心控制	4 分钟	语速、音量、激情

(二) 技能测试 (20 分)	
跳跃类 5 分	翻腾类 15 分
规定组合转体跳跃 5 分	侧空翻 2 分
	团身空翻 2 分
	蹬子+一类 3 分
	连续组合转体 8 分

(三) 体能测试 (20 分)			
柔韧类 5 分	上肢力量 5 分	下肢力量 5 分	腰腹力量 5 分
肩、躯干、左、右、横叉各 1 分	女生连续俯卧撑 30 男生连续击掌俯卧撑 30	靠墙静力半蹲控 女生 3 分钟 男生 4 分钟	规定腰腹组合动作 女生 10 男生 15

(四) 自编动作组合测试 (40 分)			
按团队形式展示，每段组合 20X8 拍必须包含托举、金字塔、篮抛、翻腾、跳跃			
各类动作技术的准确性 15 分	身体控制的准确性 10 分	上下法技术的准确性 10 分	表演能力 5 分