

第三部分 南狮竞赛规则

目 录

第一章 场地与器材的规定	(49)
第一条 场地	(49)
第二条 器材	(49)
第三条 保护措施	(50)
第二章 南狮动作的分类和难度	(50)
第四条 南狮动作的分类	(50)
第五条 南狮创新难度动作	(50)
第六条 南狮难度动作及要求	(51)
第三章 自选套路的有关规定	(59)
第七条 自选套路的编排要求	(59)
第八条 自选套路的评分标准	(59)
第九条 对替换队员的规定	(60)
第十条 对自选套路登记表的规定	(60)
第四章 规定套路的有关规定	(60)
第十一条 规定套路	(60)
第十二条 规定套路的评分标准	(61)



第五章 传统项目的有关规定	(61)
第十三条 传统项目	(61)
第十四条 传统项目的评分标准	(62)
第十五条 对引狮员、大头佛的规定	(63)
第十六条 对替换队员的规定	(63)
第六章 技能南狮的有关规定	(64)
第十七条 抽签南狮	(64)
第十八条 竞速南狮	(68)
第十九条 障碍南狮	(73)
第七章 南狮动作失误扣分细则	(79)
第二十条 裁判员扣分	(79)
第二十一条 裁判长扣分	(80)
第八章 评分方法	(82)
第二十二条 裁判员评分	(82)
第二十三条 应得分的确定	(82)
第二十四条 有效分之间的差数规定	(82)
第二十五条 基准分的使用	(83)
第二十六条 最后得分	(83)
第九章 其他	(83)
第二十七条 解释权	(83)



第一章 场地与器材的规定

第一条 场地

(一) 竞赛场地为边长 20m 的正方形场地 (特殊情况, 最小面积不得小于边长 18m 的正方形), 要求地面平整、清洁, 场地边线宽为 0.05m, 边线内沿以内为比赛场地。边线周围至少有 1 米宽的无障碍区。

(二) 比赛场地应是木板或铺设地毯。

(三) 竞赛场地上空从地面量起, 至少有 8m 的无障碍空间。

第二条 器材

(一) 狮头、狮被: 狮头正面宽不小于 0.55 米, 高不小于 0.5 米, 长不小于 0.7 米。

要求: 大小匀称、协调。

(二) 桩阵: 桩阵的高度最高不得超过 3m, 最低不低于 0.5m, 其中半数桩柱高度必须达到 2m, 桩顶脚踏圆盘直径不超过 0.38m (含保护圈垫), 桩阵长度不得超过 15m, 最短不小于 10m (含曲线计算), 宽度不得超过 1.5m, 不能小于 0.5m。

(三) 大会提供公用比赛器材, 也可以在规定的公用器材中更换一组自备的器材, 但必须保证安全并符合规则的要求, 经大会批准后使用。

(四) 传统项目的器材应简易, 高度不得超过 2m, 长度不得超过 10m; 任何陶瓷、瓷器不得特制; 不许以任何危险易燃物品、生禽动物作为器材摆设。另传统项目以及少年组、儿童组竞赛器材可由主办单位在竞赛规程中规定。



第三条 保护措施

(一) 为避免伤害事故,运动队必须在桩阵、桥、索等器械下方设置海绵垫;否则,不得参赛。

(二) 比赛中,允许有2~4人进场保护,但不得影响或接触比赛的运动员。

(三) 赛场保卫人员应在赛前宣布禁止使用闪光灯拍摄,并在比赛时实施。

第二章 南狮动作的分类和难度

第四条 南狮动作的分类

南狮动作按动作的难易程度分为基本动作和难度动作。

1. 基本动作:是指南狮的基础动作和技术较为简单的南狮技巧动作。

2. 难度动作:是指必须具有较高的专项身体素质和专项技能才能完成的高难度的南狮技巧动作、组合动作,具有较高的锻炼价值和审美价值。

第五条 南狮创新难度动作

(一) 未进行过难度动作确认的南狮创新动作,应在赛前按规定申报,经核定后予以确定。

(二) 创编原则:必须符合南狮运动的本质属性和运动规律;必须是具备一定专项素质、专项技能才能完成的南狮动作;必须是正式比赛中从未出现过的动作。

(三) 申报程序:

1. 填写创新动作难度申报表,规范动作名称,并标明类别;



用录像形式形象地说明创新难度动作，也可用照片、画稿等技术图解以及精炼文字形象地说明（达不到上述要求者，不予受理）。

2. 在规定时间内递交国际龙狮运动联合会技术委员会或比赛裁判委员会。

3. 国际龙狮运动联合会技术委员会或比赛裁判委员会依据南狮动作创编原则，对创新难度动作进行技术鉴别，并将鉴定结果及时通知申报单位及有关部门。

（四）同一难度动作重复出现，只统计一次。

第六条 南狮难度动作及要求

一、平地直接上桩动作

直接上桩 1.5m 或以上。

要求：狮头、狮尾同时直接上桩 1.5m 或以上，狮尾可借助其他支撑稍作过渡，但不能踏在低于 1.5m 以下的桩柱圆盘上或横支撑上作过渡或造型。

二、飞跃接占位、转体、推进、挂踏、钳桩、坐头、反身（飞跃可超越实际尺寸）

1. 飞跃 2.8m 或以上。

要求：狮头从起到止规定一个落点，狮尾只能借一个桩位作过渡。

2. 飞跃 1.4m 直接占位上腿弯腰再坐头。

3. 飞跃 1.4m 直接占位钳腰再上腿坐头。

4. 飞跃 1.4m 直接挂踏桩再上腿坐头。

5. 飞跃 1.4m 直接钳桩再上腿坐头。

要求：2~5 可在单桩柱或双桩柱上进行；狮头不能落桩借位再进行动作。

6. 飞跃 1.4m 直接横挂踏桩再上腿。

7. 飞跃 1.4m 直接横钳桩再上腿。



8. 飞跃 1.4m 直接横钳腰再上腿。

要求：6~8 狮头必须在桩的侧面挂踏、钳桩、钳腰；狮头不能落桩借位再进行动作。

9. 飞跃 2.1m 直接腾空推进 2.1m 再 180°转体占位上腿。

10. 飞跃 2.1m 直接腾空推进 2.1m 再 180°转体占位钳腰。

11. 飞跃 2.1m 直接腾空推进 2.1m 再 180°转体占位坐头。

12. 飞跃 2.1m 直接腾空推进 2.1m 再 360°转体站桩造型。

要求：360°转体时狮尾必须双脚站在单桩上托举起狮头快速转动，狮头不能坐在狮尾头上进行；9~12 狮头不能落桩借位再转体。

13. 飞跃 2.5m 直接 180°反身同时跳跃 2.8m 或以上。

要求：反身跳跃 1 次或以上，要求快速进行。

14. 飞跃 2.5m 直接 180°回头跳再 270°反身跨步挂踏桩。

15. 飞跃 2.5m 直接 180°回头跳再 270°反身跨步钳桩。

16. 飞跃 2.5m 直接 180°回头跳再 270°反身跨步钳腰。

要求：14~16，反身动作时狮头不能落桩借位再进行动作。

17. 飞跃 2.8m 直接占位 180°转体上腿。

18. 飞跃 2.8m 直接占位 180°转体钳腰。

19. 飞跃 2.8m 直接占位 180°转体坐头。

20. 飞跃 2.8m 直接占位单桩 360°转体站桩造型。

要求：360°转体时狮尾必须双脚站在单桩上托举起狮头快速转动，狮头不能坐在狮尾头上进行。

21. 飞跃 2.8m 直接上腿。

22. 飞跃 2.8m 直接钳腰。

23. 飞跃 2.8m 直接坐头。

24. 飞跃 2.8m 直接单桩 360°转体站桩造型。

要求：360°转体时狮尾必须双脚站在单桩上托举起狮头快速转动，狮头不能坐在狮尾头上进行。



25. 飞跃 2.8m 直接占位挂踏桩再上腿。
26. 飞跃 2.8m 直接占位钳桩再上腿。
27. 飞跃 2.8m 直接占位钳腰再上腿。

三、连续飞跃接占位、转体、挂踏、钳桩、坐头、反身（飞跃可超越实际尺寸）

1. 连续飞跃 4.5m 或以上。

要求：狮头从起到止规定两个落脚点，狮尾只能每飞跃一次可借一个桩位过渡，要求快速进行。

2. 连续飞跃 4.0m 直接上腿。
3. 连续飞跃 4.0m 直接钳腰。
4. 连续飞跃 4.0m 直接坐头。
5. 连续飞跃 4.0m 直接占位上腿。
6. 连续飞跃 4.0m 直接占位钳腰。
7. 连续飞跃 4.0m 直接占位坐头。
8. 连续飞跃 4.0m 直接占位 180°转体上腿。
9. 连续飞跃 4.0m 直接占位 180°转体钳腰。
10. 连续飞跃 4.0m 直接占位 180°转体坐头。
11. 连续飞跃 4.0m 直接占位挂踏桩再上腿坐头。
12. 连续飞跃 4.0m 直接占位钳桩再上腿坐头。
13. 连续飞跃 4.0m 直接占位钳腰再上腿坐头。
14. 连续飞跃 4.0m 直接 180°反身同时跳跃 2.8m 或以上。

要求：180°反身同时跳跃 1 次或以上。

15. 连续飞跃 4.0m 直接 180°反身再单桩 360°转体站桩造形。

要求：180°反身时狮头不能落桩借位再进行动作；360°转体时狮尾必须双脚站在单桩上托举起狮头快速转动，狮头不能坐在狮尾头上进行。

16. 连续飞跃 4.0m 接同时落单桩四脚站立磨转 180°。

要求：狮头、狮尾同时飞跃到单桩上必须四脚站立磨转，要求



快速进行。

17. 连续 180°反身同时跳跃 2.8m 或以上。

要求：必须连续跳跃 2 次或以上。

四、腾空推进接占位、转体、横挂踏、钳桩、低向高推进（可超越实际尺寸）

1. 腾空推进 4.5m 或以上。

2. 腾空推进 2.1m 直接凌空钳腰。

3. 腾空推进 2.1m 直接挂踏桩再上腿。

4. 腾空推进 2.1m 直接钳桩再上腿。

5. 腾空推进 2.1m 直接单桩 360°转体站桩造型。

要求：2~5，直接动作是指狮头不能落桩借位再进行动作；360°转体时狮尾必须双脚站在单桩上托举起狮头快速转动，狮头不能坐在狮尾头上进行。

6. 腾空推进 2.1m 直接 270°转体挂踏桩再上腿。

7. 腾空推进 2.1m 直接 270°转体钳桩再上腿。

8. 腾空推进 2.1m 直接 270°转体钳腰再上腿。

要求：6~8，270°转体是在两单桩位上进行，狮尾必须以左脚踏前单桩为转轴，并在单桩上向左进行转体，要求快速进行。

9. 腾空推进 2.1m 直接横挂踏桩再上腿。

10. 腾空推进 2.1m 直接横钳桩再上腿。

要求：9~10，狮头不能落桩借位再进行动作；必须在桩的侧面挂踏及钳桩。

11. 从低向高腾空推进 2.1m 直接上腿。

要求：狮头不能落桩借位再进行动作；狮尾从低向高快速进行，狮头可直接上单腿或双腿。

12. 侧身腾空快速横向移动 2.1m 以上。

要求：推进尺寸以狮尾起止点计算，要求快速腾空推进时，狮尾不能以头顶起狮头进行推进。



五、单、双腿上同时飞跃接占位、转体、挂踏、钳桩、坐头（可超越实际尺寸）

1. 在单腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位上腿。
2. 在单腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位钳腰。
3. 在单腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位坐头。
4. 在单腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位上腿。
5. 在单腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位钳腰。
6. 在单腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位坐头。
7. 单桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位上腿。
8. 单桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位钳腰。
9. 单桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位坐头。
10. 单桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位上腿。
11. 单桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位钳腰。
12. 单桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位坐头。
13. 单桩双腿上同时飞跃 2.1m 反身单桩 360°转体站桩造型。
要求：360°转体时狮尾必须双脚站在单桩上托举起狮头快速转动；狮头不能坐在狮尾头上进行。
14. 双桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位上腿。
15. 双桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位钳腰。
16. 双桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°转体占位坐头。
17. 双桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位上腿。



18. 双桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位钳腰。

19. 双桩双腿上同时飞跃 2.1m 直接 180°回头跳再 180°转体占位坐头。

20. 双桩双腿上同时飞跃 2.1m 反身单桩 360°转体站桩造型。

要求：360°转体时狮尾必须双脚站在单桩上托举起狮头快速转动；狮头不能坐在狮尾头上进行。

六、悬挂横移接转体、反身、挂踏、钳桩（可超越实际尺寸）

1. 桩上悬挂接凌空横移跳跃 2.1m 挂踏桩接上腿。

2. 桩上悬挂接 180°转体反身凌空上桩造型。

3. 桩上悬挂接 180°转体反身凌空再挂踏桩接上腿。

4. 桩上悬挂接 180°转体反身凌空再钳桩接上腿。

5. 桩上悬挂接腾起向前飞跃 2.5m。

要求：1~5，狮头、狮尾同在原单桩或双桩上进行。

七、坐头飞跃接转体、借位、推进、占位、挂踏、钳桩再飞跃（可超越实际尺寸）

1. 桩上坐头同时飞跃 2.1m 直接横侧挂踏桩再上腿。

2. 桩上坐头同时飞跃 2.1m 直接横钳桩再上腿。

要求：1~2，狮头不能落桩借位再进行动作；狮头必须在桩的侧面进行挂踏、钳桩，要求快速进行。

3. 桩上坐头同时飞跃 2.1m 直接 270°转体挂踏桩再上腿。

4. 桩上坐头同时飞跃 2.1m 直接 270°转体钳桩再上腿。

5. 桩上坐头同时飞跃 2.1m 直接 270°转体钳腰再上腿。

要求：3~5，270°转体是在两单桩位上进行，狮尾必须以左脚踏前单桩为转轴，并在单桩上向左进行转体，要求快速进行。

6. 桩上坐头同时飞跃 2.1m 直接 180°左转体凌空占位上单腿。

要求：转体凌空上腿时狮尾必须以左脚踏前单桩为转轴，并在单桩上向左进行转体，狮头同时凌空上腿（扫把脚）。



7. 桩上坐头同时飞跃 1.4m 单桩借腿再腾空推进 2.1m 或以上。

8. 单桩双腿上同时飞跃 1.4m 单桩借腿再腾空推进 2.1m 或以上。

要求：7~8，狮头不能落桩，只能落在狮尾腿上借位作快速过渡。

9. 桩上坐头同时飞跃 1.4m 单桩借位再腾空推进 2.1m 或以上。

10. 桩上坐头同时飞跃 1.4m 单桩借位再飞跃 1.4m 或以上。

要求：9~10，狮尾要借助狮头的落桩位快速过渡。

11. 桩上坐头同时飞跃 1.4m 单桩借腿再飞跃 1.4m 或以上。

要求：狮头不能落桩，只能落在狮尾腿上借位作快速过渡。

八、飞跃接借位再飞跃、占位、四脚磨转、挂踏、钳桩、钳腰（可超越实际尺寸）

1. 飞跃 1.4m 同时落单桩四脚站立磨转 180°。

2. 飞跃 1.4m 单桩借位再飞跃 1.4m 落单桩四脚站立磨转 180°。

要求：1~2，狮头、狮尾同时飞到单桩上四脚站立磨转，要求快速进行；单桩借位指狮尾借助狮头的落桩位作快速过渡。

3. 飞跃 1.4m 单桩借位再飞跃 1.4m 占位上腿弯腰。

4. 飞跃 1.4m 单桩借位再飞跃 1.4m 占位钳腰。

5. 飞跃 1.4m 单桩借位再飞跃 1.4m 挂踏桩。

6. 飞跃 1.4m 单桩借位再飞跃 1.4m 钳桩。

7. 借位过渡飞跃 2.8m。

要求：3~7，狮尾要借助狮头的落桩作快速过渡（滑跳蜻蜓点水）。

九、狮尾凌空磨转（可超越实际尺寸）

1. 桩上狮尾连续凌空快速磨转 180°接造型。

要求：连续凌空磨转 2 次或以上，要求快速进行。

2. 桩上狮尾凌空快速磨转 360°接造型。

要求：可凌空磨转 1 次，要求快速进行。

十、飞跃、两桩间转体凌空占位上腿（可超越实际尺寸）

1. 单桩双腿上跳下接 180°左转体凌空占位上单腿。
2. 飞跃 1.4m 接 180°左转体凌空占位上单腿。

要求：1~2，转体凌空上腿时狮尾必须以左脚踏前单桩为转轴，并在单桩上向左进行转体，狮头同时凌空上腿（扫把脚）。

十一、快速腾空后退（可超越实际尺寸）

1. 快速腾空后退 1.4m 直接上双腿。
2. 快速腾空后退 1.4m 直接钳腰。
3. 快速腾空后退 1.4m 直接坐头。

要求：1~3，以狮尾起止点计算尺寸；狮头不能落桩借位再进行动作。

十二、钢索接上腿、行进、转体、跳跃、站肩（可超越实际尺寸）

1. 钢索上站腿行进 1.0m。
 2. 钢索上站肩行进 1.0m，狮头再起单脚连续捋须 3 次。
- 要求：1~2 不失平衡。
3. 钢索上 180°连续回头跳（3 次或以上）。
 4. 钢索上 180°回头跳接钳腰再上腿。
 5. 钢索上 180°回头跳接坐头。
 6. 钢索上 180°回头跳接上腿。

十三、桥上、壁上接钳腰、上腿、弯腰、坐头（可超越实际尺寸）

1. 壁上钳腰再上腿。
2. 壁上钳腰再弯腰。
3. 壁上坐头。

要求：1~3，壁面角度不少于 60°，不能有凹凸或其他辅助支撑。



第三章 自选套路的有关规定

第七条 自选套路的编排要求

南狮运动是利用人体多种姿态和狮头、狮尾双人配合，在行进动态和静态造型变化中将力度、幅度、速度、耐力等糅于南狮技巧中，完成各种高难度动作，或动或静，组成优美形象的狮雕塑，表现狮子的勇猛剽悍、顽皮活泼等习性。

套路编排要求：内容丰富，构思巧妙，结构新颖，风格别致。南狮技巧难度、创新动作是借助器械的设计来演绎，表达山、岭、岩、谷、溪、涧、水、桥、洞等意境，展现狮子喜、怒、醉、睡、醒、动、静、惊、疑、怕、寻、探、望、戏和翻、滚、卧、闪、腾、扑、跃、戏、跳等传统南狮的形式；动作与鼓乐伴奏和谐一致；整个套路既要有观赏价值，又要有锻炼身体、增强体质的作用。

第八条 自选套路的评分标准（满分为10分）

一、动作规格，分值为5分

1. 人体姿势正确，狮的形态饱满，技术方法合理，步型、步法规范（不少于10种），配合协调，圆满完成套路全部动作给予满分。

2. 出现与规格要求不符，每出现一次其他失误扣0.1分，每出现一次轻微失误（小跌）扣0.3分，每出现一次明显失误（中跌）扣0.5分，每出现一次严重失误（大跌）扣1分。

二、艺术表现，分值为3分

1. 运动员精神饱满，神态演示丰富逼真，能表现狮子喜、怒、醉、醒、动、静、惊、疑、寻、盼等多种神态，充分展示狮的精气



神韵，具有较强的艺术感染力，视完成情况给予 0.5~1 分。

2. 凡符合编排要求，主题鲜明，结构合理，情节生动，动作新颖，狮饰、服饰制作精良，器材设计独特，视完成情况给予 0.5~1 分。

3. 音乐伴奏与南狮动作紧密配合，协调一致，声调要突出轻、重、缓、急，乐曲完整，风格鲜明，很好地烘托南狮气氛，视完成情况给予 0.5~1 分。

三、动作难度，分值为 2 分

1. 南狮自选套路难度动作要求 5 个（含创新难度），完成套路难度动作要求给予 1.5 分，每少 1 个扣 0.1 分。

2. 超出难度动作要求 5 个以上者，每超出一个难度动作，加 0.1 分，超出两个难度动作加 0.2 分，依此类推，最高加 0.5 分。

第九条 对替换队员的规定

（一）替换队员在赛场外，可兼鼓乐伴奏。

（二）现场比赛进行中不得替换。

第十条 对自选套路登记表的规定

自选套路登记表是比赛时检查核实动作顺序、数量和统计套路难度动作数量的依据。必须在预赛前 24 小时内呈交，一经报出不得临时更改。

第四章 规定套路的有关规定

第十一条 规定套路

（一）规定套路是根据南狮技术发展的方向，所选定具有代表性的南狮基础动作和技巧动作，经过精心编排的套路。



- (二) 规定套路的动作规格、顺序、方向、行动路线均不得改变。
- (三) 规定套路比赛使用大会提供的公用桩阵。
- (四) 参加规定套路比赛的队员与自选套路一致，不得替换。

第十二条 规定套路的评分标准（满分为10分）

一、动作规格，分值为7分

1. 人体姿势正确，狮的形态饱满，技术方法合理，步型、步法规范，配合协调，圆满完成套路全部动作给予满分。
2. 出现与规格要求不符，每出现一次其他失误扣0.1分，每出现一次轻微失误（小跌）扣0.3分，每出现一次明显失误（中跌）扣0.5分，每出现一次严重失误（大跌）扣1分。

二、艺术表现，分值为3分

1. 运动员精神饱满，神态演示丰富逼真，充分展示狮的精气神韵，具有较强的艺术感染力，视完成情况给予0.5~1分。
2. 结构严谨，布局合理，动作连贯，配合默契，规定动作顺序、方位、路线正确，狮饰、服饰制作精良，符合规则要求，视完成情况给予0.5~1分。
3. 音乐伴奏与南狮动作紧密配合，协调一致，乐曲完整，节奏清晰，很好地烘托南狮气氛，视完成情况给予0.5~1分。

第五章 传统项目的有关规定

第十三条 传统项目

传统南狮是一项综合性的人体运动。狮头、狮尾两人充分运用人体多种姿态，在或动或静中将力度、形神及传统舞狮艺术等揉合于南狮中，逼真地演绎出各种栩栩如生的姿态，表现狮子雄壮威



武、豪放粗犷、顽皮活泼、谨慎多疑等习性。

传统南狮套路编排要求：传统南狮，首重采青，青、阵（主题）的种类繁多，内容丰富，要求以每个不同套路的不同内容主题，按传统舞法（基本规律、逻辑、程序）进行，借助简易器材，摆设抽象性的山、岭、岩、谷、溪、涧、水、桥、洞、井、塔、车、羊、鱼、虾、蟹、龟、蛇、蝎、蜂、蜘蛛、蜈蚣、鸟、雀等景和物，演绎和表现狮子喜、怒、醉、睡、醒、动、静、惊、疑、怕、寻、见、探、望、戏和翻、滚、卧、闪、腾、扑、跃、跳、起、伏、坐、蹲、咬、舔等形神姿态。合理地展现狮子擦脚、搔痒、洗面、挖耳、伸腰、出洞、入洞、出林、追蜂、扑蝶、望月、惊天、照水、戏水、饮水、抹嘴、弄须、刷牙、擦眼、咬虱等传统的狮性形式，鼓点要圆活，轻、重、快、慢有序，配合准确，动作与传统的鼓乐伴奏和谐一致，使整个套路既要有观赏价值，又要有锻炼身体、增强体质和继承传统特色的作用。

第十四条 传统项目的评分标准（满分为10分）

一、礼仪，分值为1分

临场精神饱满、礼貌大方，进退场礼仪规范，视完成情况给予0.5~1分。

二、主题，分值为1分

凡符合主题鲜明、内容丰富，能表现传统民俗基本规律、逻辑、程序，视完成情况给予0.5~1分。

三、形态，分值为1分

形态动作完美，技术方法合理，步型、步法灵活、稳健，扎实多变，配合协调，视完成情况给予0.5~1分。

四、神态，分值为1分

神态丰富、演示逼真，精神饱满，展示狮的精气神韵，视完成情况给予0.5~1分。



五、音乐，分值为1分

音乐伴奏与动作和谐一致，节奏分明，风格独特，具有典型传统样式并烘托南狮气氛，视完成情况给予0.5~1分。

六、特色，分值为1分

民俗特色浓郁，传统艺术风格突出，样式独特，视完成情况给予0.5~1分。

七、编排，分值为1分

编排巧妙，结构紧凑，布局合理，充分利用器材配合主题展现南狮的各种形神，视完成情况给予0.5~1分。

八、效果，分值为1分

具有较强的艺术感染力，现场表演效果显著，气氛较好，视完成情况给予0.5~1分。

九、技巧，分值为1分

表现完美，动作娴熟，能够通过一定的技巧动作合理地展示主题，并具有较强的观赏价值，视完成情况给予0.5~1分。

十、服装、器材，分值为1分

服装具有一定的特色，款式色彩与器材搭配协调，器材设计构思巧妙并符合主题需要，视完成情况给予0.5~1分。

第十五条 对引狮员、大头佛的规定

在比赛中不设引狮员和大头佛、山人或助演人员（特定比赛另行规定）。

第十六条 对替换队员的规定

- （一）替换队员在赛场外，可兼鼓乐伴奏。
- （二）现场比赛进行中不得替换。



第六章 技能南狮的有关规定

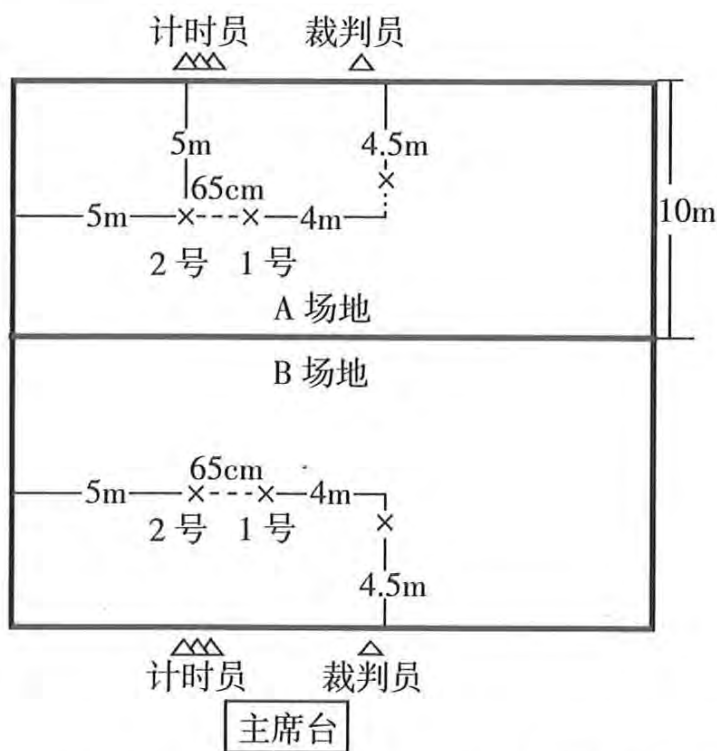
第十七条 抽签南狮

一、项目介绍

抽签南狮是指在临场比赛前，抽取规定组合动作签，即时在完成规定数量的组合动作要求下，计算速度快慢，是检验南狮队专项基本技能和基本素质的一种竞赛项目。

二、竞赛场地

比赛场地为长 20m、宽 10m 的长方形场地，要求地面平整、清洁。具体场地规划见下图：



(注：1号、2号x为木墩圆心点，x为「型杆放置位置)

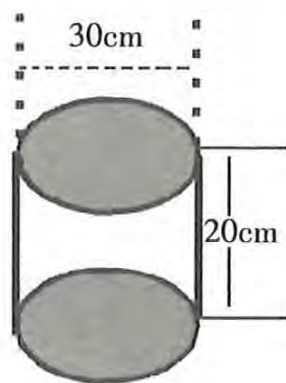
抽签南狮场地示意图



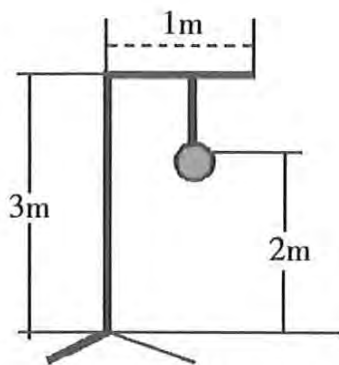
三、竞赛器材

1. 每支参赛队自备一头符合本《南狮竞赛规则》要求的比赛南狮参赛。

2. 木墩 4 个，每个木墩上下圆盘直径均为 30cm，高度 20cm；悬挂红彩球的「型杆 2 个，杆高 3m；用于采青的红彩球 2 个，要求悬挂高度为 2m。具体规格见图示：



木墩 (4 个)



「型杆 (2 个)

抽签南狮竞赛器材规格图示

四、参赛人数

每支参赛运动队不得超过 8 人，中途不得替换场上任何队员。

五、竞赛方法及要求

(一) 竞赛方法

1. 比赛采用单败淘汰赛制。参加比赛的队（或人）按照编排秩序进行比赛，胜者进入下一轮比赛，负者被淘汰，直到决出冠军，称为单败淘汰赛。

(1) 单败淘汰赛阶段，八分之一决赛。八分之一决赛采用单败淘汰赛制，获胜的 8 支队参加四分之一决赛。

(2) 单败淘汰赛阶段，四分之一决赛。8 支队采用单败淘汰赛制，决出 4 支胜队参加半决赛比赛。

(3) 决赛。半决赛的 2 支负队进行铜牌赛，争夺铜牌及第四名。半决赛的 2 支胜队进入决赛，争夺金、银牌。

2. 抽签时间：

(1) 参赛队在联席会议上抽取各队的上场序号签，按照比赛对阵表进行比赛。

(2) 参赛队在临场比赛前 5 分钟抽取规定组合动作签（组合动作内容附后）和场地签，并签字认可，同一对阵组组合动作相同。

3. 临场比赛前各队在各自场内做好起始动作，听到开始信号后，开始做本场抽签的规定组合动作，重复组合次数达到 5 次后停止动作，计时结束。

(二) 竞赛要求

1. 参赛队听到开始信号后方能开始动作，不得犯规（如出现犯规一次警告，两次取消参赛资格）。

2. 参赛队必须按规定的动作要求，完成抽签的规定组合动作内容及动作数量，不得漏做内容和少做动作组合重复次数。

3. 动作组合次数的计算：按狮头狮尾实际完成数计算，如遇中途失误停顿，必须从失误处重新开始完成规定动作数量。

4. 参赛队可以使用鼓乐或配乐，也可以不使用任何配乐。

六、竞赛内容及要求

1. 规定组合动作重复次数：5 次。

2. 规定组合动作：

(1) 起始动作：狮头狮尾桩上站立，狮头站 1 号桩，狮尾站 2 号桩。

(2) 第一组：狮头上双腿后跳回 1 号桩并迅速单桩坐头转体 360°，接桩上坐头同时飞跃到平地上；狮头追尾转圈 360°接坐头并以脚触青再 180°转体返回；狮头落 1 号桩接坐头，同时狮尾连续上 1、2 号桩并 180°转体，狮头跳落 1 号桩。



(3) 第二组：狮头上双腿后跳回 1 号桩并迅速单桩钳腰转体 360°接单桩上双腿，接单桩双腿上同时飞跃到平地上；狮头追尾转圈 360°接坐头并以脚触青再 180°转体返回；狮头落 1 号桩接坐头，同时狮尾连续上 1、2 号桩并 180°转体，狮头跳落 1 号桩。

(4) 第三组：狮头钳腰后跳回 1 号桩并迅速单桩双腿上磨转 360°，接在双腿上同时飞跃到平地上；狮头追尾转圈 360°接坐头并以脚触青再 180°转体返回；狮头落 1 号桩接坐头，同时狮尾连续上 1、2 号桩并 180°转体，狮头跳落 1 号桩。

要求：动作规范，狮形完美，技术方法合理。

(1) 坐头转体：狮头队员臀部必须与狮尾队员头部相触完成动作。

(2) 脚触青：狮头的任意一脚必须触动挂青。

(3) 钳腰：狮头双腿膝关节平于或高于狮尾腰部位置。

(4) 双腿上磨转：狮头双脚不得离开狮尾大腿。

七、评分细则

1. 起始动作犯规两次，取消参赛资格。

2. 参赛队没有完成整个比赛内容，中途退场者，不予评分。

3. 少做动作规定组数错误。凡没有按照规定组合动作完成动作者，均不计算组数。

4. 出现以下错误：每出现一次增加 5 秒时间，增入完成时间之中。

(1) 狮头狮尾滑足、跌于地上。

(2) 附加支撑。

(3) 狮饰、服饰脱落。

(4) 脚未触青。

(5) 标志杆撞倒。

八、计时方法

1. 计时：以鸣出发信号为计时开始；完成 5 组规定组合动作计时结束。

2. 完成时间：裁判组每队配备三块秒表计时，以临场裁判组计时表为准，在三块正式表中，如两块表所计时间相同而第三块表不同时，应以两块表所计时间为准；如三块表所计时间各不相同，则应以中间时间为准；即为该队的完成时间。

3. 增加用时确定：裁判员根据参赛队临场发挥的技术水平，按抽签南狮规则评分细则，评判出该队出现与要求不符的增加时间，为该队增加用时。

4. 实际用时：是以完成时间加上错误增加时间之和，即为该队的实际用时。

九、名次评定

(一) 每轮比赛胜负评定

1. 以实际用时少者为胜方。

2. 如果时间相等按下列方法确定：

(1) 以增加用时少者为胜方；

(2) 如时间再相等，则加赛一场，实际用时少者为胜方。

(二) 名次评定

1. 抽签南狮比赛进行单败淘汰赛直至最终的冠亚军决赛。胜者第一名，负者第二名。

2. 半决赛的 2 支负队进行铜牌赛，争夺铜牌及第四名。

3. 八分之一决赛的 4 支负队进行第五至第八名的争夺。

第十八条 竞速南狮

一、项目介绍

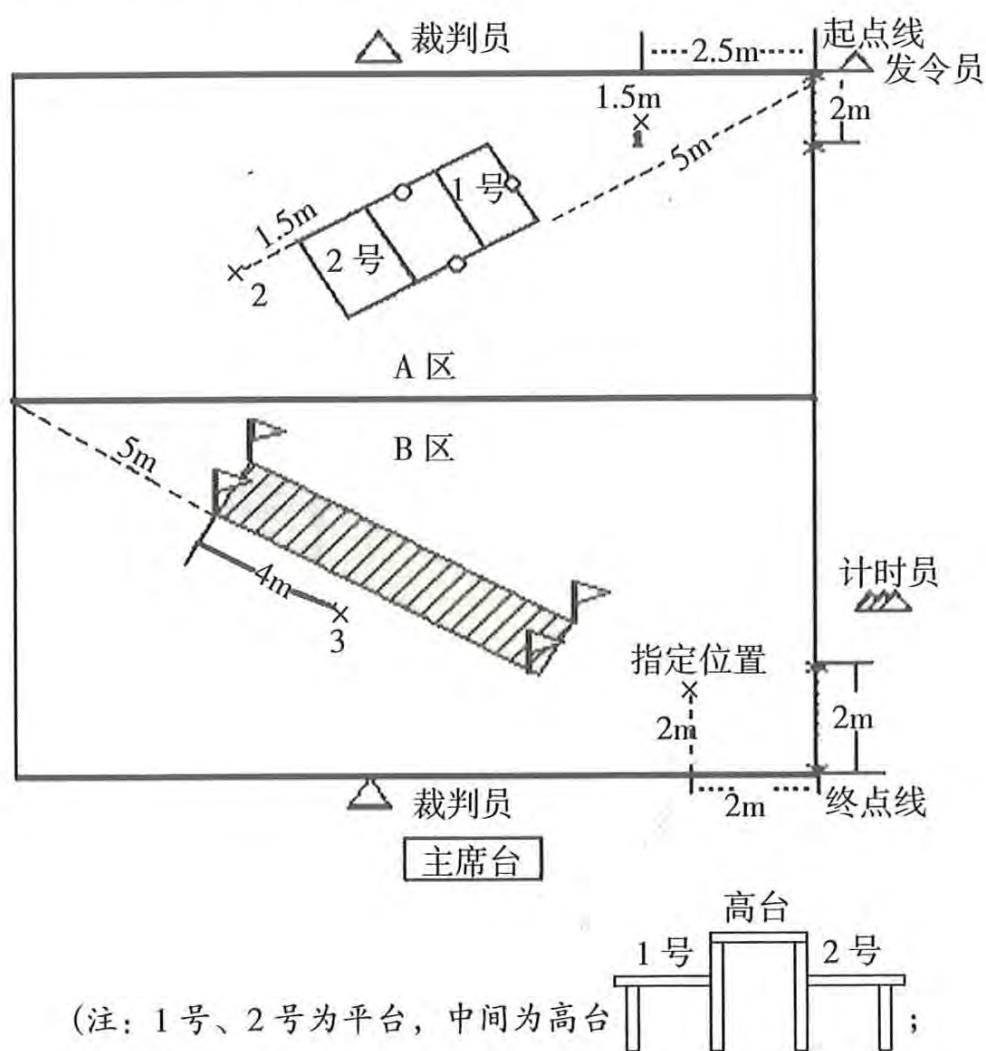
竞速南狮是运动队以最快的速度，采用娴熟的技术，以采高青



低青为主题，在规定的场地内完成规定程序的南狮竞赛内容，是检验南狮队专项技术、身体素质和技能水平的一种竞赛项目。

二、竞赛场地

比赛场地为长 20m、宽 20m 的正方形场地，要求地面平整、清洁。具体场地规划见下图：



(注：1号、2号为平台，中间为高台)

1、2、3为「型杆摆放位置，3为高杆位)

竞速南狮场地示意图

三、竞赛器材

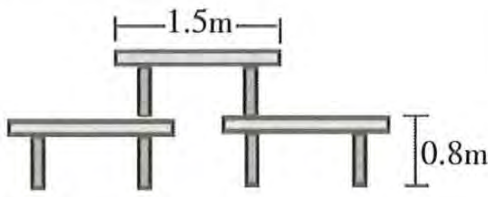
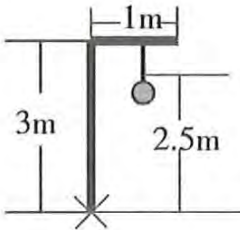
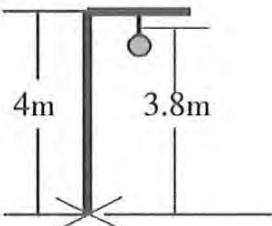
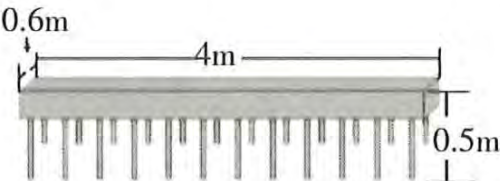
1. 每支参赛队自备一头符合本《南狮竞赛规则》要求的比赛

国际舞龙南狮北狮竞赛规则、裁判法

用南狮参赛。

2. 标准台 3 张，桌面长宽 1.5m，桌高 0.8m；「型杆 3 个，其中一个为 4m 高杆（悬挂彩球高度 3.8m），2 个为 3m 杆（悬挂彩球高度 2.5m）；采青用红彩球 6 个；4m 独木桥 2 组。具体规格见图示：

竞速南狮竞赛器材规格图示

名称	规格	示意图	数量
A 区： 方桌规格	桌面是长宽 1.5m 的正方形，高 0.8m		3 张
A 区： 「型杆规格	柱高 3m， 横杆长 1m， 柱体宽 0.1m， 支柱架 0.4m		2 个
B 区： 「型杆规格	柱高 4m， 横杆长 1m， 柱体宽 0.1m， 支柱架 0.4m		1 个
B 区： 独木桥规格	桥宽 0.6m， 桥面厚度 0.05m， 桥高度 0.5m， 桥总长 8m		2 组

3. 高台下必须配置保护垫。

四、参赛人数

每支参赛运动队不得超过 8 人，中途不得替换场上任何队员。

五、竞赛方法及要求

(一) 竞赛方法

狮头狮尾运动员行三拜狮礼后，站在起点边线上作起跑预备，听到发令信号后，狮子冲过起跑线，依次完成规定程序的南狮竞赛内容，即：A 区，平地站肩采高青并吐青→上 1 号平台站腿弯腰采台底青并吐青→跃上高台分别钳腰采左右台底青并吐青→跳落 2 号平台再飞跃采高青并落地吐青→钳腰转体 360°站双腿→B 区，上独木桥，站肩采高青→落地后将青放入指定位置→跑过终点线→出场，狮头狮尾同时行三拜狮礼。

(二) 竞赛要求

1. 参赛队听到开始信号后方能起跑入场，不得起跑犯规（如出现犯规一次警告，两次取消参赛资格）。

2. 参赛队必须按规定的路线要求，完成规定程序的比赛内容，不得漏做内容。

3. 参赛队冲过终点线后必须行三拜狮礼。

六、竞赛内容及要求

1. 平地站肩采高青并吐青：参赛队听到开始信号后，狮头狮尾跑入 A 区场内。

2. 上 1 号平台站腿弯腰采台底青并吐青。

3. 跃上高台分别钳腰采左右台底青并吐青。

4. 跳落 2 号平台再飞跃采高青并落地吐青。

5. 钳腰转体 360°站双腿。

6. 上独木桥，站肩采高青：狮头狮尾进入 B 区场内，从标志杆中间穿过独木桥。

7. 落地后将青放入指定位置。

要求：动作规范，狮形完美，技术方法合理。

1. 钳腰：狮头双腿膝关节平于或高于狮尾腰部位置。

2. 双腿上磨转：狮头双脚不得离开狮尾大腿。

3. 飞跃采青必须由狮口凌空采吃。

七、评分细则

1. 出现以下错误：每出现一次增加 5 秒，增入完成时间之中。

(1) 少做规定动作内容。

(2) 狮头狮尾滑足、跌于高台或平地、附加支撑。

(3) 狮饰、服饰脱落。

(4) 撞倒标志杆。

(5) 不合理采青（颈下采青、手伸出狮口外等）。

(6) 采青时，狮青脱落。

(7) 未行三拜狮礼。

以上评分由临场裁判员执行。

2. 其他错误：

(1) 参赛队没有完成规定竞赛内容（漏做动作），中途退场者，不予评分。

(2) 参赛队未按规定路线完成竞赛内容，不予评分。

(3) 参赛队少做一组比赛内容，不予评分。

(4) 未完成采青主题，不予评分。

(5) 起跑犯规：第一次起跑犯规，给予警告；第二次起跑犯规，取消比赛资格。

以上评判由裁判长执行。



八、计时方法

采用计时形式确定最后成绩。

1. 计时：以出发信号为计时开始，狮头狮尾跑过终点线为计时结束。裁判组每队配备三块秒表计时，以临场裁判组计时表为准，在三块正式表中，如两块表所计时间相同而第三块表不同时，应以这两块表所计时间为准；如三块表所计时间各不相同，则应以中间时间为准；即为该队的完成时间。

2. 增加用时确定：裁判员根据参赛队临场发挥的技术水平，按竞速舞狮（南狮）规则评分细则，评判出该队出现与要求不符的增加时间，为该队增加用时。

3. 实际用时：是以完成时间加上错误增加时间之和，为该队的实际用时。

九、名次评定

1. 以实际用时少者名次列前。

2. 如果时间相等按下列方法确定：

(1) 以增加用时少者名次列前；

(2) 如时间再相等，则加赛一场，实际用时少者名次列前。

第十九条 障碍南狮

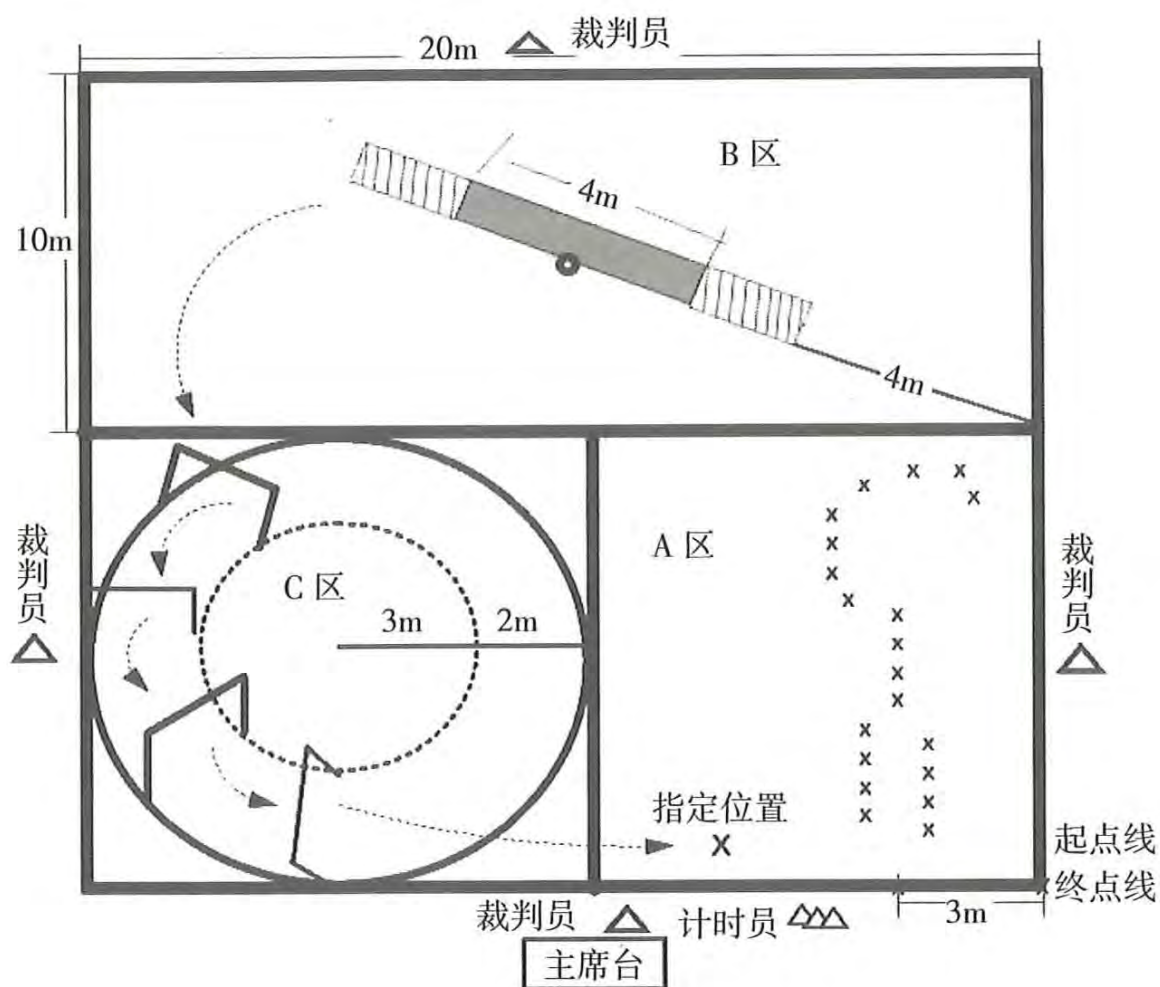
一、项目简介

障碍南狮比赛是指参赛队以娴熟技术，通过狮头狮尾的密切配合，穿过或跃过场内所设各类青阵，完成特定竞赛内容的一种竞赛项目。

二、竞赛场地

20m×20m 的正方形场地，要求地面平整、清洁。具体场地规划见下图：





障碍南狮场地示意图

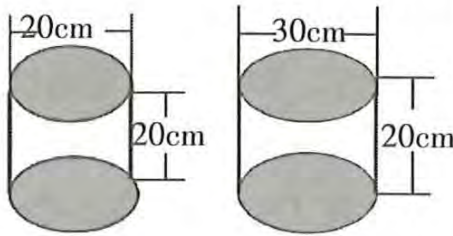

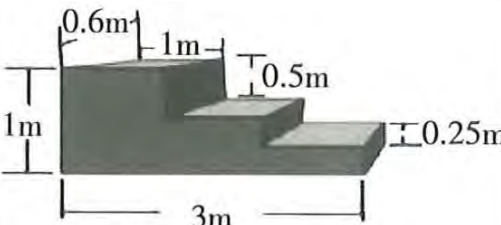
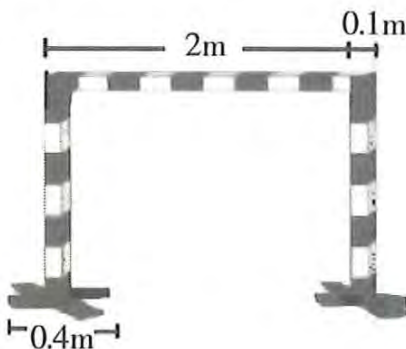
三、竞赛器材

1. 每支参赛队自备一头符合本《南狮竞赛规则》要求的比赛南狮参赛。

2. 障碍物：木墩 20 个（其中 16 个木墩上下圆盘直径均为 20cm，4 个木墩上下圆盘直径均为 30cm，所有木墩高度均为 20cm）；木桥 1 条（长 4m，宽 0.6m）；3 层阶梯式障碍物 2 组（规格同障碍舞龙）；横栏类障碍物 4 个（其中 2 个高 1m，2 个高 0.7m）；采青用红彩球 1 个。具体规格见图示：

3. 木桥下必须配置保护垫。

障碍南狮竞赛器材规格图示

名称	规格	示意图	数量
A区： 木墩规格	16个木墩上下圆盘直径均为20cm，4个木墩上下圆盘直径均为30cm，所有木墩高度为20cm		小16个 大4个
B区： 木桥规格	桥宽0.6m， 桥面厚度0.05m， 桥长4m		1条
B区： 阶梯规格	阶梯高度分别为 0.25m，0.25m， 0.5m，总高1m， 阶梯总长3m		2组
C区： 高矮横栏 规格	柱体高1m（2个高 横栏）和0.7m（2 个低横栏），横栏长 2m，柱体宽0.1m， 支柱架0.4m		高2个 低2个

四、参赛人数

每支参赛运动队不得超过 8 人，中途不得替换场上任何队员。

五、竞赛方法

狮头狮尾运动员行三拜狮礼后，站在起点边线上作起跑预备，听到发令信号后，狮子冲过起跑线，按顺序在规定区域内完成规定比赛内容，即：A 区，坐头行进过木墩阵→B 区，过木桥阵：跃上第二层阶梯连续 180°回头跳 3 次接 180°转体占位上单腿（狮尾单脚踏第三层阶梯）；上木桥 180°转体回头跳坐头转体 270°接钳腰采桥底青再站双腿接下桥钳腰 360°转体跳落→C 区，一穿一跃跑圆场半周（穿 2 次、跃 2 次）→A 区，将青放在指定位置，跑过终点线→出场，狮头狮尾同时行三拜狮礼。

六、竞赛内容说明及要求

（一）坐头行进过木墩阵（A 区，图 1）

要求：（1）动作规范，狮形完美，技术方法合理；（2）不得踢倒木墩。

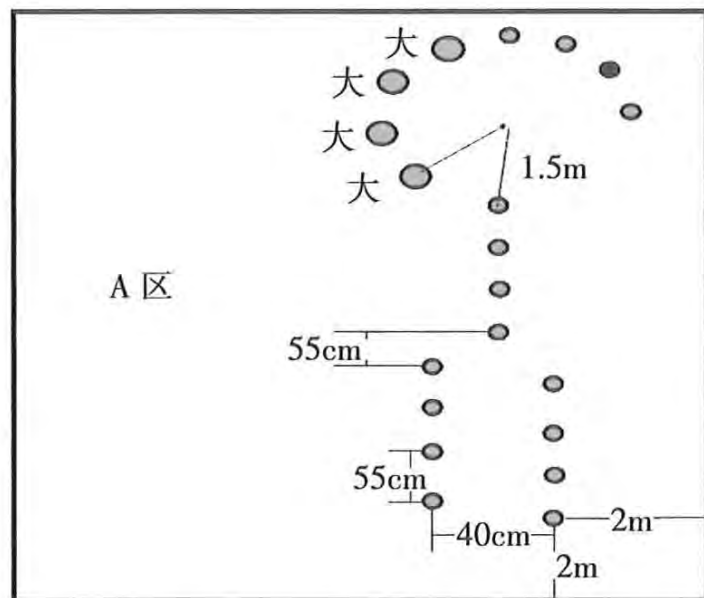


图 1



(二) 过木桥阵 (B区, 图2)

跃上第二层阶梯连续 180°回头跳 3 次接 180°转体占位上单腿 (狮尾单脚踏第三层阶梯); 上木桥 180°转体回头跳坐头转体 270°接钳腰采桥底青再站双腿下。

要求: (1) 动作规范, 狮形完美, 技术方法合理; (2) 必须从台阶正面上下台阶。

(三) 下桥, 平地钳腰 360°转体跳落 (B区, 图2)

要求: 动作规范, 狮形完美, 技术方法合理。

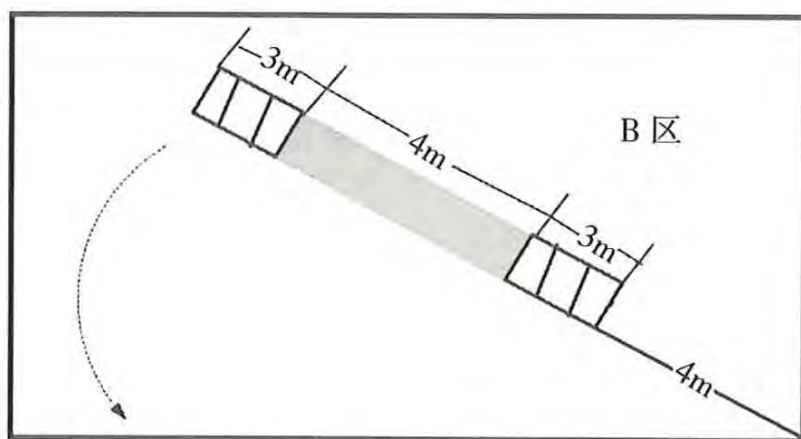


图2

(四) 一穿一跃跑圆场半周 (穿2次、跃2次) (C区, 图3)

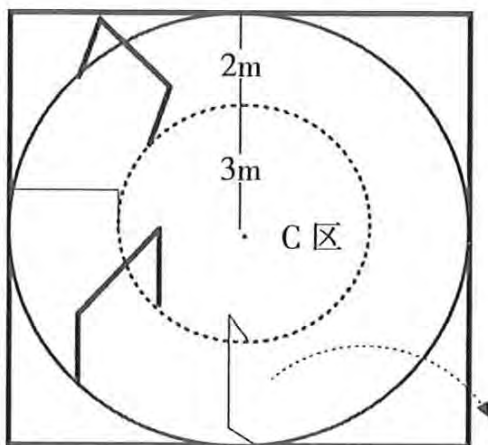


图3

要求：（1）动作规范，狮形完美，技术方法合理；（2）不得撞倒横栏。

（五）将青放在指定位置（A区）

七、评分细则

1. 出现以下错误：每出现一次增加5秒，增入完成时间之中。

（1）少做规定动作内容。

（2）狮头狮尾滑足、跌于桥上或平地、附加支撑。

（3）狮饰、服饰脱落。

（4）碰倒标志障碍物。

（5）少穿、少越障碍物等。

（6）不合理采青（颈下采青、手伸出狮口外等）。

（7）采青时，狮青脱落。

（8）未行三拜狮礼。

（9）青未放进指定的位置。

（10）狮尾必须踏过每一个木墩，如少踏一个增加5秒，如此类推，增入完成时间之中。

以上评分由临场裁判员执行。

2. 其他错误。

（1）参赛队没有完成规定竞赛内容（漏做动作），中途退场者，不予评分。

（2）参赛队未按规定路线完成竞赛内容（没有绕过标志杆），不予评分。

（3）参赛队少做一组比赛内容，不予评分。

（4）参赛队未按规定路线完成竞赛内容，不予评分。

（5）未完成采青主题，不予评分。

（6）起跑犯规：第一次起跑犯规，给予警告；第二次起跑犯规，取消比赛资格。

以上评判由裁判长执行。



八、计时方法

采用计时形式确定最后决定成绩。

1. 计时：以鸣出发信号后，狮头进入起点线内即为计时开始，以最后一名队员跑过终点线为计时结束。

2. 完成时间：裁判组每队配备三块秒表计时，以临场裁判组计时表为准，在三块正式表中，如两块表所计时间相同而第三块表不同时，应以两块表所计时间为准；如三块表所计时间各不相同，则应以中间时间为准；即为该队完成时间。

3. 增加用时确定：裁判员根据参赛队临场发挥的技术水平，按障碍南狮规则评分细则，评判出该队出现与要求不符的增加时间，即为该队增加用时。

4. 实际用时：依据规则的规定，将参赛队的完成动作时间与增加用时相加之和，即为该队的实际用时。

九、名次评定

(一) 以实际用时少者名次列前。

(二) 如果得分相等按下列方法确定：

1. 以增加用时少者名次列前；

2. 如时间再相等，则加赛一场，实际用时少者名次列前。

第七章 南狮动作失误扣分细则

第二十条 裁判员扣分

(一) 凡在规定时间内没有完成套路，中途退场者不予评分。

(二) 严重失误（大跌）（每出现一次扣1分）

1. 狮头、狮尾俱跌于桩上或地上。

2. 狮头或狮尾其中一方跌于桩上或地上并且人狮分离。
3. 有青不采、不设青或无主题（没呈报比赛套路名称）。

（三）明显失误（中跌）（每出现一次扣 0.5 分）

1. 狮头或狮尾其中一方跌于桩上或地上但人狮没有分离。
2. 不能取回落青，没有完成主题。
3. 传统项目中，采青内容（主题、程序）违例：狮子出洞，无洞的形式；悬崖青，从高下跳；桥青，从桥底过；蛇、蟹、蜈蚣青从正面采青等。

（四）轻微失误（小跌）（每出现一次扣 0.3 分）

1. 凡在器械上或上腿出现滑足、失足；上腿出现滑足超过膝盖以下。
2. 竞赛中出现失衡、附加支撑。
3. 上下器材时器材损坏或倒下。
4. 采青时狮青不慎脱落，但仍能以其技巧取回落青。
5. 不合理采青（颈下采青、整个手掌以上伸出狮口外）。

（五）其他失误（每出现一次扣 0.1 分）

1. 上单腿不协调、不自然，滑足。
2. 上器材不稳而过位。
3. 狮头狮尾非规定相撞。
4. 狮饰、服饰（包括狮头配件、舞狮服饰、鞋、头饰、腰饰等）脱落。
5. 器材饰物、布景等脱落。
6. 任何乐器跌落地上（含鼓槌、锣槌）。
7. 采青过程中，狮青的碎件跌落（如树叶、花瓣等）。

第二十一条 裁判长扣分

一、出界

运动员出界或踩线，每人每次扣 0.1 分。



二、时间

不足或超出规定时间 1 秒至 15 秒，扣 0.1 分；不足或超出规定时间 15.1 秒至 30 秒，扣 0.2 分；依此类推。

三、规定套路漏做、添加、改变动作

凡是出现漏做动作、增加动作和改变动作顺序、路线、方向，每出现一次扣 0.3 分。

四、重做

1. 运动队因客观原因，造成比赛套路中断，可重做一次，不予扣分。

2. 运动员受伤、器材损坏、伴奏音乐等主观原因造成比赛套路中断，经裁判长许可，可申请重做，安排于该赛次最后一场，扣 1 分。

五、违例

1. 运动队参赛人数超出或不足（每人扣 0.5 分）。

2. 桩阵高低、长度或圆盘直径等与规定不符（每项扣 0.5 分）。

3. 保护人员不得超过 4 名，违者扣 0.5 分。

4. 保护人员如在临场比赛中触及狮，或触器材（每次扣 0.5 分）。

5. 舞狮自选套路登记表迟交者，扣 1 分。

6. 场地内外有关人员有任何形式对运动员进行提示，扣 1 分。

7. 礼仪违例（每次扣 0.5 分）。

8. 规定套路队员与自选套路队员不一致，出现替换（每人扣 0.5 分）

9. 传统项目中，用生禽动物、特制陶瓷、瓷器、危险易燃物品作为摆设布阵（每项扣 1 分）。

第八章 评分方法

第二十二条 裁判员评分

南狮比赛属技能类、表现性，由裁判员评分的竞争性集体竞赛项目。

裁判员临场评分有 5 人评分制、7 人评分制、9 人评分制三种方法（均设 1 名值班裁判员）。

评分裁判员根据运动队临场发挥的技术水平，根据南狮竞赛规则评分标准，在各类错误中减去相应扣分，所剩部分即为该队得分。

第二十三条 应得分的确定

（一）5 名或 7 名裁判员评分时，取中间 3 个有效分的平均值，为该运动队的应得分。

（二）9 名裁判员评分时，取中间 5 个有效分的平均值，为该运动队的应得分。

（三）应得分只取小数点后两位（小数点后第三位不作四舍五入）。

第二十四条 有效分之间的差数规定

（一）当应得分在 9.5 分和 9.5 分以上时，差数不得超过 0.2 分；

（二）当应得分在 9 分以上和 9.5 分以下时，差数不得超过 0.3 分；

（三）当应得分在 9 分以下时，差数不得超过 0.5 分。



第二十五条 基准分的使用

当评分裁判员有效分之间的差数出现不符合规则规定时，裁判长判定的分数即为基准分。将基准分与其最接近的两个（或四个）有效分相加除以 3（或除以 5），即为该队应得分。

第二十六条 最后得分

裁判长依据规则，从运动队应得分数中扣除第二十一条“裁判长扣分”所规定的应扣分，即为该队最后得分。

第九章 其他

第二十七条 解释权

本规则解释权属国际龙狮运动联合会。

