

# T/CNYPA

## 中国青少年宫协会团体标准

T/CNYPA 00X—2025

### 儿童青少年啦啦操等级动作 培训测评服务与评价规范

The Standards for Children and Teenagers Cheerleading Skills Training and  
Proficiency Assessment

(征求意见稿)

在提交反馈意见时，请将您知道的相关专利连同支持性文件一并附上。

2025 - X - X 发布

2025 - X - X 实施

中国青少年宫协会 发布

## 目 次

前 言 .....	II
1 范围 .....	3
2 规范性引用文件 .....	3
3 术语和定义 .....	3
4 培训要求 .....	4
4.1 总则 .....	4
4.2 人员要求 .....	4
4.3 场地设施要求 .....	4
4.4 安全管理要求 .....	5
4.5 培训服务要求 .....	5
4.6 培训服务评价与改进 .....	6
5 儿童青少年啦啦操等级动作测评 .....	6
5.1 基本要求 .....	6
5.2 考评官要求 .....	7
5.3 测评要求 .....	7
6 儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位等级评定 .....	7
6.1 基本要求 .....	7
6.2 评定内容 .....	7
6.3 评定方法 .....	7
附录 A （规范性） 儿童青少年啦啦操等级动作测评要求 .....	8
附录 B （规范性） 儿童青少年啦啦操等级动作测评考评官考核标准 .....	14
参 考 文 献 .....	15

## 前 言

本文件按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由中国青少年宫协会提出并归口。

本文件起草单位：中国青少年宫协会、国家体育总局体操运动管理中心、中国蹦床与技巧协会、北京智禾诚青少年体育发展有限公司。

本文件主要起草人：唐红斌、马建、周燕、顾雪兰、朱艳、王欣、李洪波、张讴、李茜、巩凡、白柳珉、朱延飞、杜蕊、周涛、张蕊、王邈丽、王美、胡娟娟、苗祎、宋波、姜涛、任海江、黄波、李新浩、陈君、唐红丽、秦学峰、余宗财、吴茜、李心怡、张子怡等。

本文件由中国青少年宫协会制定发布，版权归中国青少年宫协会所有。未经协会书面许可，不得以任何形式或任何手段复制、再版或使用本文件及其章节，包括电子版、影印件，或发布在互联网及内部网络等。任何单位或个人采用本文件技术内容制定标准需经协会允许；任何单位或个人引用本文件的内容需指明本标准的标准号；任何单位或个人使用本文件开展培训、检测、认证等活动应经协会批准授权。

# 儿童青少年啦啦操等级动作培训测评服务与评价规范

## 1 范围

本文件规定了儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位的人员、场地设施、安全管理、培训服务及服务的评价与改进要求，儿童青少年啦啦操等级动作测评要求，儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位等级评定要求。

本文件适用于规范全国青少年宫系统相关儿童青少年啦啦操培训实施单位、儿童青少年啦啦操俱乐部等单位的培训与测评服务。

## 2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- GB/T 10001.1 公共信息图形符号 第1部分：通用符号
- GB 13495.1 消防安全标志 第1部分：标志
- GB/T 18883 室内空气质量标准
- GB 22337 社会生活环境噪声排放标准
- GB/T 34311 体育场所开放条件与技术要求总则
- GB 37487 公共场所卫生管理规范
- GB 37488 公共场所卫生指标及限值要求
- GB 50016 建筑设计防火规范
- WS 394 公共场所集中空调通风系统卫生规范

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1 儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位 Implementation Unit for Children and Teenagers Cheerleading Skills Training

以传授和提升儿童青少年啦啦操等级动作为目的，面向青少年开展的儿童青少年啦啦操等级动作指导、培养和训练比赛活动的组织或机构。

注：儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位主体包括：全国青少年宫系统相关儿童青少年啦啦操培训实施单位、儿童青少年啦啦操俱乐部等。

### 3.2 人均培训面积 Training Area Per Capita

培训场地总面积与同一时间场上学员人数的比值，其中培训场地总面积指用于培训的场地面积，不包括配套服务场所面积。

### 3.3 学员 Trainees

接受儿童青少年啦啦操等级动作培训的儿童青少年。

### 3.4 执教人员 Trainers

具备专业儿童青少年啦啦操等级动作知识和技术水平，通过教学资质认证且能够帮助学员提高儿童青少年啦啦操等级动作技术的人员。

### 3.5 等级测评 Proficiency Assessment

由具有相关资格的机构按照标准要求提供的检测学员学习效果的过程。

### 3.6 测评单位 Assessing Institutions

具备资质和能力开展儿童青少年啦啦操等级动作水平等级测评工作的特定单位。

## 4 培训要求

### 4.1 总则

4.1.1 儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位（以下简称“培训实施单位”）应具备合法经营资质、独立法人资格，许可手续完备，并将相关资质证明文件在场地内公示。

4.1.2 培训实施单位经营状况和信用记录良好，无重大客户投诉和相关处罚记录。

4.1.3 培训实施单位应具备可长期使用的满足儿童青少年啦啦操等级动作运动培训需要的运动场地，包括自有场地和租赁场地。

4.1.4 培训实施单位场地建设及设施配置应符合安全、市场监管、消防、卫生、环保等标准。

4.1.5 培训实施单位教师资源、培训管理、培训实施应符合相关政策文件对培训行为的要求。

### 4.2 人员要求

#### 4.2.1 基本要求

4.2.1.1 培训实施单位配备的工作人员应当遵守相关法律法规，热爱教育培训事业，具有良好的思想品德和职业道德。

4.2.1.2 培训实施单位配备人员应包含行政、招生、运营、教学、教研、教务、营销、财务、人事、场地维护、安全管理等相关职能。

#### 4.2.2 师资配备

4.2.2.1 应配备与自身规模相适应的执教人员，按照儿童青少年啦啦操等级动作特点和培训规模控制学员与执教人员配比。具有相应任职资格和任职条件的儿童青少年啦啦操等级动作专职教学、教研人员。每班次培训的学员人数一般不超过40人，超过20名学员的班次应至少配有2名执教人员。

4.2.2.2 培训实施单位儿童青少年啦啦操等级动作培训师队伍规模超过3名（含）的，应设置1名教学负责人。

#### 4.2.3 执教人员基本条件

4.2.3.1 执教人员应持有以下至少一种证书：

- a) 持有体育教练员职称证书；
- b) 社会体育指导员职业资格证书；
- c) 国家体育总局体操运动管理中心及下属单项协会颁发的教练员等级证书；
- d) 中国学生体育联合会颁发的啦啦操培训证书；
- e) 体育教师资格证书；
- f) 经省级（含）以上体育行政部门认可的啦啦操相关证书。

#### 4.2.3.2 执教人员管理

4.2.3.2.1 培训实施单位应公示执教人员的基本信息（姓名、照片等）、教师资格（资质证明）、从教经历、任教课程等信息。

4.2.3.2.2 应建立执教人员档案制度，记录个人经历、品德作风、业务能力、工作成绩等内容。

4.2.3.2.3 宜提供执教人员资质等级查询渠道，包括但不限于培训实施单位、公众号、小程序等。

### 4.3 场地设施要求

#### 4.3.1 场地要求

4.3.1.1 培训场所的设置应符合GB 50016规定，远离危险源。

4.3.1.2 培训场所符合规范要求的防火分隔措施，与其他场所或部位分隔。

4.3.1.3 培训场所设置在高层建筑内时，应设置独立的安全出口和疏散楼梯；设置在单、多层建筑内时，宜设置独立的安全出口和疏散楼梯。

4.3.1.4 培训场所面积应能满足培训需要，开办场所面积应不少于 200 m<sup>2</sup>，培训场地面积不少于开办场所面积的三分之二，每班次人均培训面积不小于 5 m<sup>2</sup>，确保场所不拥挤、易疏散。地面至灯距不低于 4m。

4.3.1.5 培训场地存在多个建筑承重柱的，应做好防撞软包防护措施，设立警示标牌，并在场地配备常规医疗急救药品及救护设备。场所内墙体进行防撞软包保护，高度不低于 1.5m。

4.3.1.6 场所内训练灯光照明不低于 1000Lux，照明灯光应该无眩光危害、无频闪效应危害。

4.3.1.7 培训场所噪声应符合 GB 22337 规定，不宜超过 60db。存在噪声危害的，应采取有效隔音降噪措施。

4.3.1.8 场所内应安装消防监控设施，且消防安全标志应符合 GB 13495.1 规定。应实现视频监控全覆盖，建立有效的安全防范体系。在开展培训的室内外场所设置视频图像采集装置，采集和回放视频图像能清晰辨认人员体貌特征，视频应至少保留 3 个月。

4.3.1.9 场所内外导向系统标志设置应符合 GB/T 10001.1 规定。

4.3.1.10 培训实施单位所有区域卫生情况应符合 GB 37487 规定。

4.3.1.11 应定期对培训场所进行通风换气，保持室内空气清新、无异味，使用集中空调的场所卫生指标及卫生管理应符合 GB 37488 和 WS 394 规定。

4.3.1.12 培训场所内空气质量应符合 GB/T 18883 规定。

4.3.1.13 培训实施单位宜设置更衣区、物品寄存区、接待区、休息区。

#### 4.3.2 设施设备要求

4.3.2.1 培训实施单位所提供的设施设备和器材应符合国家相关标准要求。

4.3.2.2 培训实施单位应保障场地内所有器材设备卫生及正常使用。

#### 4.4 安全管理要求

4.4.1 应将各类安全制度、注意事项和特殊要求、平面示意图及疏散通道指示图等悬挂在明显位置，设置醒目的安全指示标志，并确保安全疏散通道畅通，首节培训课应包括安全教育内容。

4.4.2 应对相关工作人员进行设备操作、消防安保、应急救护等方面的知识培训，应配备不少于 1 名专（兼）职安保人员，制定事故应急处置预案并定期开展演练。

4.4.3 培训实施单位场所提供餐饮服务的，应当符合食品经营等管理规定要求。

4.4.4 公共用品、器材应选择合适的方式进行常态化清洁、消毒，保证消毒效果。发生公共卫生事件时，应对防疫部门处置措施予以配合。

4.4.5 应购买经营场所的场地责任险、公众责任险。培训执教人员、学员需自行购买运动损伤或相关人身意外保险，实施单位进行备案。

#### 4.5 培训服务要求

##### 4.5.1 招生与签约

4.5.1.1 应保证招生宣传材料中培训实施单位资质及规模客观真实，保证执教人员资质及能力客观真实。

4.5.1.2 应保证在不同渠道上进行宣传的内容和时效统一。

4.5.1.3 宣传信息可包括培训实施单位基本情况、培训内容、所使用的场地和器材情况、执教人员基本情况、培训时间安排和培训费用等。

4.5.1.4 若通过免费体验的形式进行招生，体验的学员应享有同正常缴费学员相同的权利，得到相同的培训服务，培训实施单位履行相同的义务。

4.5.1.5 应与学员或其监护人在双方平等、自愿的前提下签订书面服务合同，并按合同内容履行相应条款。培训实施单位应妥善保存所有合同。

4.5.1.6 收费标准应符合国家及各地区主管部门具体政策要求并以适宜形式公示。对于学员未完成的培训课程，有关退费事宜应严格按照双方合同约定以及相关法律法规规定办理。

4.5.1.7 应向学员说明支付的有关信息并达成一致，主要包括全部费用及明细、支付方式等。不应收取任何未予标明的费用。

4.5.1.8 培训服务签约支付应符合属地管理机构要求，合同内容宜包括儿童青少年啦啦操等级动作培训的细化服务内容、服务时间与地点、全部费用及明细、服务变更手续、投诉与纠纷解决方法、隐私保护、风险警示，以及双方权利义务、法律责任等内容。

## 4.5.2 教学实施

### 4.5.2.1 课程开发

4.5.2.1.1 应针对不同年龄或不同动作水平学员制定培训教学体系和培训计划。

4.5.2.1.2 应参考儿童青少年啦啦操等级动作级位教学大纲和测评大纲安排课时数合理、内容适宜的训练，具体可参考附录 A 内容。

4.5.2.1.3 宜根据不同学员的身体素质和运动能力制定适合学员的啦啦操培训计划。

4.5.2.1.4 每次训练应包括练前热身和练后拉伸环节，采取有效的运动强度监控措施，避免学员受伤。

4.5.2.1.5 应注重培养学员良好品德，并提供儿童青少年啦啦操文化、礼仪等方面的培训内容。

### 4.5.2.2 培训实施

4.5.2.2.1 应根据不同学员的身体素质和运动水平选择适宜的培训教学体系和培训计划。

4.5.2.2.2 培训过程应按照培训教学体系和培训计划实施。

4.5.2.2.3 培训过程应根据培训情况与学员进行教学沟通。

4.5.2.2.4 培训过程应记录培训实施情况，并对培训效果进行评价。

### 4.5.2.3 教学效果

4.5.2.3.1 应将教学过程形成记录，建立相应的教学质量监控和反馈机制，确保培训活动质量。

4.5.2.3.2 应定期与学员进行及时、有效地教学沟通。

4.5.2.3.3 应按照课程设置和培训进度，鼓励和推荐学员积极参加等级测评。

### 4.5.2.4 其他服务

4.5.2.4.1 应为学员建立档案，档案内容充分反映学员的学习过程、学习效果等。

4.5.2.4.2 宜组织学员参加相关儿童青少年啦啦操赛事活动。

4.5.2.4.3 可组织儿童青少年啦啦操之外的体育素质拓展活动，促进学员全面素质的发展。

## 4.6 培训服务评价与改进

4.6.1 培训实施单位应建立服务评价机制，定期开展满意度评价。评价的内容可包括但不限于：

- a) 人员管理，包括服务人员服务水平、执教人员资质及教学水平等；
- b) 场地设施，包括场地设施与器材，包括活动场地、设施设备、器材装备等；
- c) 安全管理，包括安全制度、消防安保等；
- d) 培训服务，包括招生与签约、教学效果等。

注：评价形式可包括自我评价、二方评价或第三方评价。

4.6.2 应根据学员意见及建议、服务评价结果，制定整改措施，及时优化持续改进，不断提高服务水平。

## 5 儿童青少年啦啦操等级动作测评

### 5.1 基本要求

5.1.1 开展儿童青少年啦啦操等级动作测评应具备中国青少年宫协会及其委托的专业技术机构授权的具备相关资质和能力的测评单位资质。

5.1.2 等级测评由低到高分分为 9 个级别（1 到 9 级）。通过测评后授予相应的运动等级证书。

5.1.3 学员初次报名参加测评，从 1 级水平开始，不得跳级申请；学员每次可申请一个水平（三个级

别)啦啦操项目的等级测评;测评通过后,学员方可申请高一水平进行测评,未通过者可重新申请。后续测评须逐级递增申请。

5.1.4 等级测评的等级设置、评价内容、测评方法和通级达标要求等见附录 A。

## 5.2 考评官要求

5.2.1 开展等级测评的考评官应满足以下条件之二:

- a) 具备大专及以上学历,体育、教育相关专业;
- b) 啦啦操、健美操、体操、艺术体操、蹦床、技巧、街舞国家二级及以上运动员;
- c) 3年及以上的儿童青少年啦啦操教练员或裁判员相关从业经历;
- d) 具备与所开展项目相匹配且在有效期内的职业(专业)能力证明,即持有4.2.3.1.1列举的至少一种证书。

5.2.2 通过中国青少年宫协会规定的考核,具体考核标准见附录 B。

## 5.3 测评要求

5.3.1 开展测评应向中国青少年宫协会申请,经中国青少年宫协会及其委托的专业技术机构评价后,授予儿童青少年啦啦操等级动作测评单位资质。

5.3.2 测评单位负责等级测评工作的组织实施,应完成以下主要工作:

- a) 具备完成等级测评的组织工作能力,包括组织报名、测评实施方案制定、测评现场秩序维护;
- b) 确保等级测评的公平公正;
- c) 实施规范化的学员档案管理;
- d) 将测评证书发放至学员。

5.3.3 测评工作由不少于4名考评官负责开展,应按照规定测评方法和测评细则对学员进行测评,并对成绩进行核准。

## 6 儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位等级评定

### 6.1 基本要求

6.1.1 儿童青少年啦啦操等级动作培训实施单位等级评定由中国青少年宫协会授权具备相关资质和能力的评定单位组织实施,通过评定后授予相应的等级牌匾。

6.1.2 培训实施单位自愿参加等级评定,应满足以下条件:

- a) 有效运行1年以上;
- b) 无不良记录,不存在未完成管理部门要求的整改等情况;
- c) 提交申请起3个月内正常开课(不得有搬迁场地、停课装修等情况)。

### 6.2 评定内容

儿童青少年啦啦操等级动作测评服务等级应按照本文件第4章开展评定,具体分级评定内容、评分赋值应结合机构类型与特点确定。

### 6.3 评定方法

评定方法主要采用材料审查、现场审核、交流问询、满意度调查等方法。

——材料审查,评定人员阅览培训实施单位提供的资质证明、许可手续、应急预案、教学大纲、执教人员和学员档案等相关文件,也可根据评估工作需求查阅其他相关文件资料;

——现场审核,评定人员现场查看场所设置、设施设备、标志设置、现场教学等;

——交流问询,培训实施单位对评定人员提出的重点问题开展相关工作,将工作结果反馈给评定人员,评定人员就反馈情况与培训实施单位进行沟通;

——满意度调查,评定人员可向学员或其他相关人员进行满意度调查,调查项目可包括场地设施、教学理念、课程体系、教学质量、档案管理、执教人员、配套服务、管理制度和教学效果等。

附录 A  
(规范性)

儿童青少年啦啦操等级动作测评要求

儿童青少年啦啦操等级动作测评要求见表A.1—A.3，其中：

1. 技巧啦啦操的“成套要求”中，在音乐开始前需加入30秒口号（自行创编）；
2. “通级达标要求”中，“主要错误”是指出现1—5拍以内的动作停顿、中断、漏做、失误等。

表 A.1 儿童青少年技巧啦啦操等级动作测评要求

等级	评价内容			测评方法	通级达标要求
	难度动作	成套要求	适用人群		
1级	1. 团身跳	共 16 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、1 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、2 个托举配合	初级水平	1. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人； 2. 学员仅参加技巧啦啦操 1 级完整套路动作的测评。	学员完成 1 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
2级	1. 跳转 180 2. 双人手扶斜面倒立造型	共 20 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、1 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、2 个托举配合、1 个金字塔组合	初级水平	1. 学员需通过 1 级达标； 2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人； 3. 学员仅参加技巧啦啦操 2 级完整套路动作的测评； 4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。	学员完成 2 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
3级	1. 直体跳接分腿小跳 2. 双人手扶倒立 3. 仰面平躺肩位托举	共 24 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、1 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、2 个托举配合、1 个金字塔组合	初级水平	1. 学员需通过 2 级达标； 2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人； 3. 学员仅参加技巧啦啦操 3 级完整套路动作的测评； 4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。	学员完成 3 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
4级	1. 分腿小跳 2 次 2. 肩肘倒立 3. 仰面平躺托举高位 4. 髌位单脚直腿托举	共 28 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、1 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、2 个托举配合、1 个金字塔组合	中级水平	1. 学员需通过 3 级达标； 2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人； 3. 学员仅参加技巧啦啦操 4 级完整套路动作的测评； 4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。	学员完成 4 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
5级	1. 屈体横分腿跳 2. 跨栏跳 3. 前滚翻 4. 后滚翻 5. 髌位单脚后搬腿托举	共 34 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、1 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、3 个托举配合、2 个金字塔组合	中级水平	1. 学员需通过 4 级达标； 2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人； 3. 学员仅参加技巧啦啦操 5 级完整套路动作的测评； 4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。	学员完成 5 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次

6级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 团身跳接分腿跳</li> <li>2. 倒立前滚翻</li> <li>3. 侧手翻</li> <li>4. 肩位单脚吸腿托举</li> <li>5. 肩位双脚托举</li> <li>6. 直体抛接</li> </ol>	<p>共 34 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、3 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、3 个托举配合、1 个抛接、2 个金字塔组合</p>	中级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过 5 级达标；</li> <li>2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人；</li> <li>3. 学员仅参加技巧啦啦操 6 级完整套路动作的测评；</li> <li>4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。</li> </ol>	学员完成 6 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
7级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 屈体跳 2 次</li> <li>2. 分腿跳接屈体跳</li> <li>3. 连续侧手翻</li> <li>4. 侧手翻接单手侧手翻</li> <li>5. 肩位单脚侧搬腿托举</li> <li>6. 单底座站肩托举</li> <li>7. 团身抛接</li> </ol>	<p>共 34 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、3 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、3 个托举配合、1 个抛接、2 个金字塔组合</p>	高级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过 6 级达标；</li> <li>2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人；</li> <li>3. 学员仅参加技巧啦啦操 7 级完整套路动作的测评；</li> <li>4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。</li> </ol>	学员完成 7 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
8级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分腿跳 2 次</li> <li>2. 跨栏跳 2 次（左右各 1 次）</li> <li>3. 原地蹻子</li> <li>4. 助跑蹻子</li> <li>5. 肩位单脚后控腿托举</li> <li>6. 高位双脚托举</li> <li>7. 高位单脚吸腿托举</li> <li>8. 屈体分腿抛接</li> </ol>	<p>共 34 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、3 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、3 个托举配合、2 个抛接、2 个金字塔组合</p>	高级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过 7 级达标；</li> <li>2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人；</li> <li>3. 学员仅参加技巧啦啦操 8 级完整套路动作的测评；</li> <li>4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。</li> </ol>	学员完成 8 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
9级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分腿跳+跨栏跳+屈体跳三连跳</li> <li>2. 助跑单腿前手翻</li> <li>3. 助跑侧空翻</li> <li>4. 蹻子后空翻</li> <li>5. 高位单脚前搬腿</li> <li>6. 高位单脚后控腿</li> <li>7. 肩位交换腿单腿吸腿</li> <li>8. 高位转体 360° 下法</li> <li>9. 直体 360° 抛接</li> </ol>	<p>共 34 个 8 拍动作 其中 2 个跳步、3 个翻腾、2 个 8 拍舞蹈、3 个托举配合、2 个抛接、2 个金字塔组合</p>	高级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过 8 级达标；</li> <li>2. 学员需以小组或者集体形式参加测评，小组 4—5 人，集体 8—24 人；</li> <li>3. 学员仅参加技巧啦啦操 9 级完整套路动作的测评；</li> <li>4. 学员在金字塔组合中只需完成其中之一托举配合。</li> </ol>	学员完成 9 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次

注：所有抛接的动作名称特指的是蹻子在空中的动作姿态。

表 A.2 儿童青少年舞蹈（花球、爵士、国风）啦啦操等级动作测评要求

等级	评价内容			测评方法	晋级达标要求
	难度动作	成套要求	适用人群		
1级	1. 并腿小跳	共 16 个 8 拍动作 其中须包含原地 10 个 8 拍的动作组合 1 个	初级水平	1. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人； 2. 学员仅参加舞蹈啦啦操 1 级完整套路动作的测评。	学员完成 1 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
2级	1. 分腿小跳 2. 立转 180	共 20 个 8 拍动作 其中须包含原地 10 个 8 拍动作组合 1 个	初级水平	1. 学员需通过 1 级达标； 2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人； 3. 学员仅参加舞蹈啦啦操 2 级完整套路动作的测评。	学员完成 2 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
3级	1. 小跨跳 2. 平转 1 周 3. 前踢腿	共 24 个 8 拍动作 其中须包含原地 8 个 8 拍动作组合 1 个	初级水平	1. 学员需通过 2 级达标； 2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人； 3. 学员仅参加舞蹈啦啦操 3 级完整套路动作的测评。	学员完成 3 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
4级	1. C 跳 2. 立转 1 周 3. 前踢腿 4. 侧滚	共 28 个 8 拍动作 其中须包含原地 8 个 8 拍动作组合 1 个	中级水平	1. 学员需通过 3 级达标； 2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人； 3. 学员仅参加舞蹈啦啦操 4 级完整套路动作的测评。	学员完成 4 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
5级	1. 分腿大跳 2. 立转 1 周 3. 阿拉 C 杠 1 周 4. 侧踢腿 5. 前滚翻	共 32 个 8 拍动作 其中须包含行进间 8 个 8 拍的动作组合 1 个	中级水平	1. 学员需通过 4 级达标； 2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人； 3. 学员仅参加舞蹈啦啦操 5 级完整套路动作的测评。	学员完成 5 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
6级	1. 分腿大跳 2. C 跳 3. 立转 1 周 4. 阿拉 C 杠 2 周 5. 后踢腿 6. 侧手翻	共 34 个 8 拍动作 其中须包含行进间 8 个 8 拍动作组合 1 个	中级水平	1. 学员需通过 5 级达标； 2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人； 3. 学员仅参加舞蹈啦啦操 6 级完整套路动作的测评。	学员完成 6 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
7级	1. 分腿大跳 2. 纵劈腿跳 3. 立转 2 周 4. 阿拉 C 杠 2 周+立转 1 周 5. 前搬腿 6. 前滚翻 7. 单手侧手翻	共 34 个 8 拍动作 其中须包含行进间 4 个 8 拍动作组合 2 个	高级水平	1. 学员需通过 6 级达标； 2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人； 3. 学员仅参加舞蹈啦啦操 7 级完整套路动作的测评。	学员完成 7 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次

8级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分腿大跳</li> <li>2. 提尔特跳</li> <li>3. 立转2周</li> <li>4. 阿拉C杠3周+立转2周</li> <li>5. 侧搬腿</li> <li>6. 横叉前穿</li> <li>7. 侧空翻</li> <li>8. 平转+单手侧手翻</li> </ol>	<p>共34个8拍动作 其中须包含行进间4个8拍动作组合2个</p>	高级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过7级达标；</li> <li>2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人；</li> <li>3. 学员仅参加舞蹈啦啦操8级完整套路动作的测评。</li> </ol>	<p>学员完成8级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次</p>
9级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 分腿大跳</li> <li>2. 反身分腿大跳</li> <li>3. 立转2周</li> <li>4. 库佩转体2周</li> <li>5. 阿拉C杠4周+立转2周</li> <li>6. 前搬腿侧倒</li> <li>7. 横叉前穿</li> <li>8. 侧空翻</li> <li>9. 挺身前空翻</li> </ol>	<p>共34个8拍动作 其中须包含行进间2个8拍动作组合4个</p>	高级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过8级达标；</li> <li>2. 学员需以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人；</li> <li>3. 学员仅参加舞蹈啦啦操9级完整套路动作的测评。</li> </ol>	<p>学员完成9级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次</p>
<p>注1：成套要求的动作组合是指：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 花球啦啦操需体现手位组合；</li> <li>(2) 爵士啦啦操需体现延展性的动作组合；</li> <li>(3) 国风啦啦操需体现风格类的动作组合；</li> <li>(4) 街舞啦啦操需体现特有风格类技术特征。</li> </ol> <p>注2：舞蹈啦啦操运动能力包含：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 花球啦啦操需体现手位技术特征；</li> <li>(2) 爵士啦啦操需体现延展的技术特征；</li> <li>(3) 国风啦啦操需体现特有风格类技术特征；</li> <li>(4) 街舞啦啦操需体现特有风格类技术特征。</li> </ol>					

表 A.3 儿童青少年舞蹈（街舞）啦啦操等级动作测评要求

等级	评价内容			测评方法	通级达标要求
	难度动作	成套要求	适用人群		
1级	1. 小分腿跳	共16个8拍动作 融合 Hip Hop、Locking 两个舞种风格初级难度元素。 1个难度动作；团队配合1次。	初级水平	1. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人； 2. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操1级完整套路动作的测评。	学员完成1级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次
2级	1. Hooks 2. 立转一周	共16个8拍动作 融合 Popping、Breaking 两个舞种风格初级难度元素。 2个难度动作；团队配合1次。	初级水平	1. 学员需通过1级达标； 2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人； 3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操2级完整套路动作的测评。	学员完成2级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次
3级	1. 单肩后滚翻 2. 剪踢腿	共16个8拍动作 融合 Hip Hop、Breaking 两个舞种风格初级难度元素。 2个难度动作；团队配合1次。	初级水平	1. 学员需通过2级达标； 2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人； 3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操3级完整套路动作的测评。	学员完成3级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次
4级	1. CC 2. C跳 3. 背转	共16个8拍动作 在初级基础上增加律动。 融合 Hip Hop、Locking、Popping 三个舞种风格中级难度元素。 3个难度动作；团队配合2次。	中级水平	1. 学员需通过3级达标； 2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人； 3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操4级完整套路动作的测评。	学员完成4级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次
5级	1. 阿尔法踢 2. 侧手翻 3. 前滚翻	共16个8拍动作 在初级基础上增加律动。 融合 Hip Hop、Locking、Jazz 三个舞种风格中级难度元素。 3个难度动作；团队配合2次。	中级水平	1. 学员需通过4级达标； 2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人； 3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操5级完整套路动作的测评。	学员完成5级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次
6级	1. groundmove 2. 大跳 3. 侧手翻	共16个8拍动作 在初级基础上增加律动。 融合 Hip Hop、Locking、Breaking 三个舞种风格中级难度元素。 3个难度动作；团队配合2次。	中级水平	1. 学员需通过5级达标； 2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人； 3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操6级完整套路动作的测评。	学员完成6级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次
7级	1. 侧手翻 2. 阿尔法踢 3. 六步 4. Switch	共16个8拍动作 在中级的基础上，巩固舞感框架。 融合 Hip Hop、Locking、Popping、Breaking 四个舞种风格高级难度元素。 4个难度动作；团队配合3次。	高级水平	1. 学员需通过6级达标； 2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评8—24人； 3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操7级完整套路动作的测评。	学员完成7级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过4次

8级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 头手倒立</li> <li>2. U.F.O</li> <li>3. 六步</li> <li>4. 肩倒立</li> </ol>	<p>共 16 个 8 拍动作 在中级的基础上，巩固舞感框架。 至少包含 Hip Hop、Locking、Popping、Breaking、Jazz、Waacking、House、Krumping 中至少四个舞种风格高级难度元素。 4 个难度动作；团队配合 3 次。</p>	高级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过 7 级达标；</li> <li>2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人；</li> <li>3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操 8 级完整套路动作的测评。</li> </ol>	学员完成 8 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次
9级	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 六步</li> <li>2. 肩倒立</li> <li>3. 鱼跃前滚翻</li> <li>4. 侧空翻</li> </ol>	<p>共 16 个 8 拍动作 在中级的基础上，巩固舞感框架。 至少包含 Hip Hop、Locking、Popping、Breaking、Jazz、Waacking、House、Krumping 中至少四个舞种风格高级难度元素，其中 Breaking 高级难度元素不少于两个。 4 个难度动作；团队配合 3 次。</p>	高级水平	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学员需通过 8 级达标；</li> <li>2. 学员以个人或者集体形式参加测评，个人测评不做配合动作，集体测评 8—24 人；</li> <li>3. 学员仅参加舞蹈（街舞）啦啦操 9 级完整套路动作的测评。</li> </ol>	学员完成 9 级套路，完成所有难度动作，主要错误不超过 4 次

## 附录 B

(规范性)

## 儿童青少年啦啦操等级动作测评考评官考核标准

儿童青少年啦啦操等级动作测评考评官考核标准见表B.1。

表 B.1 儿童青少年啦啦操等级动作测评考评官考核标准

考核内容	考核重点	考核形式	细则	
测评内容	测评内容掌握程度	理论考核	参见附录 A《儿童青少年啦啦操等级动作测评要求》	
动作测评要求	初级 1 至 3 级动作	实践考核	难度动作完成	
		实践考核	成套要求正确	
	中级 4 至 6 级动作	实践考核	难度动作完成	
		实践考核	成套要求正确	
	高级 7 至 9 级动作	实践考核	难度动作完成	
		实践考核	成套要求正确	
考评官行为准则	考评官职业形象	实践考核	着装整洁行为端正	
		实践考核	用语文明	
		实践考核	无异味	
		实践考核	无抽烟酗酒情况	
	考评官基本要求 (包含考评监督和记录员)	实践考核	协助学员完成测评, 包括动作保护、播放测评音乐	
		实践考核	协助记录员完成记录工作, 对等级考评成绩进行确认、统计和核算, 并在等级考评成绩单上签字	
		实践考核	检查场地, 服装、器械、录像设备、放音设备	
		实践考核	核对学员信息, 监考并填写学员考核表, 记录成绩	
		实践考核	宣读测评要求及对应等级的标准	
		实践考核	发出测评练习及开始测评的信号; 宣布学员成绩	
考评官测评流程	测评全过程需完整执行	实践考核	流程需包括问好及告别、学员入场、核对学员信息、检查各项工作准备情况, 测评说明、监督要求、分数记录、汇报测评结果	
测评工具	测评音乐 测评考核表	实践考核	测评音乐	测评项目级别音乐播放准确
		实践考核	测评考核表	测评考核表需全面、准确填写, 字迹清晰
测评指令及手势	测评指令与使用方式	实践考核	测评指令	测评指令需清晰、准确、详细、无歧义

### 参 考 文 献

- [1] 《关于规范非学科类校外培训的公告》，教育部、国家发展改革委、市场监管总局，2022年3月3日。
- [2] 《课外体育培训行为规范》，国家体育总局办公厅，2021年12月。
- [3] 《中国中小学生啦啦操运动技能等级测评与训练方法研究》，中国学生体育联合会，2024年8月21日。