

国家体育总局 国家民族事务委员会2006年审定

少数民族传统体育项目 竞赛和表演规则及裁判法

国家体育总局群众体育司 编
国家民族事务委员会文化宣传司

广东省出版集团

广东人民出版社

国家体育总局 国家民族事务委员会 2006 年审定

少数民族传统体育项目 竞赛和表演规则及裁判法

国家体育总局群众体育司 编
国家民族事务委员会文化宣传司



广东省出版集团
广东人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

少数民族传统体育项目竞赛和表演规则及裁判法/国家体育总局群众体育司、国家民族事务委员会文化宣传司编. —广州: 广东人民出版社, 2007. 3

ISBN 978-7-218-05415-5

I. 少… II. ①国… ②国… III. ①少数民族—民族形式体育—竞赛规则—中国 ②少数民族—民族形式体育—裁判法—中国 IV. G852.94

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 132636 号

特约编辑	赵昌毅
责任编辑	谢海宁
封面设计	林小玲
责任技编	黎碧霞
出版发行	广东人民出版社
印 刷	广州伟龙印刷制版有限公司
开 本	880 毫米×1230 毫米 1/32
印 张	16.5
字 数	35 万
版 次	2007 年 3 月第 1 版 2007 年 3 月第 1 次印刷
印 数	4000 册
书 号	ISBN 978-7-218-05415-5
定 价	39.80 元

如果发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社(020-83795749)联系调换。

【出版社网址: <http://www.gdpph.com> 电子邮箱: sales@gdpph.com

图书营销中心: 020-37579695 (直销)】

前言

少数民族传统体育，是除汉族以外的 55 个少数民族在漫长的历史发展过程中，由生产、生活习俗的演变而逐渐形成的传统体育运动形式，这些运动形式在一定程度上反映了各民族的历史、政治、经济、文化、宗教以及风俗习惯等等，在体育活动中融入了十分浓厚的生活情趣。自 1953 年起至今，已举办了七届全国少数民族传统体育运动会，并从 1982 年起，经国务院批准，由国家民委、国家体育总局主办，每四年一届，形成了制度。少数民族传统体育运动会具有民族性、传统性、群众性和广泛性的特色，已成为全国较有影响的大型综合性体育运动会之一，带动了民族地区体育事业的发展，丰富了民族地区的文化生活，促进了民族团结。

为贯彻落实《中华人民共和国体育法》，实施《全民健身计划纲要》，继承和发扬民族优秀传统文化，推动少数民族传统体育广泛深入地开展，我们将已正式列入全国少数民族传统体育运动会比赛项目的花炮、珍珠球、木球、蹴球、秋千、射弩、陀螺、押加、高脚竞速、板鞋竞速、民族式摔跤、少数民族武术、少数民族马术、表演项目（含民族健身操）的竞赛和表演规则及裁判法编辑成册，供体育工作者和体育爱好者参考。

目 录

前言	(1)
----------	-----

花炮竞赛规则	(1)
--------------	-----

第一章 比赛	(1)
--------------	-----

第二章 场地、器材	(1)
-----------------	-----

第三章 比赛队	(3)
---------------	-----

第四章 比赛通则	(4)
----------------	-----

第五章 时间通则	(8)
----------------	-----

第六章 违例、犯规及罚则	(9)
--------------------	-----

第七章 赛制和名次排定	(12)
-------------------	------

第八章 弃权与申诉	(13)
-----------------	------

第九章 裁判人员及其职责	(14)
--------------------	------

花炮竞赛裁判法	(16)
---------------	------

前言	(16)
----------	------

第一章 裁判员应具备的基本素质	(16)
-----------------------	------

第二章 裁判人员工作程序及要求	(17)
-----------------------	------

第三章 临场裁判员的区域分工与职责	(24)
-------------------------	------

第四章 裁判员鸣哨与手势	(26)
--------------------	------

珍珠球竞赛规则	(30)
---------------	------

第一章	比赛	(30)
第二章	比赛场地和器材	(30)
第三章	比赛队	(34)
第四章	时间通则	(36)
第五章	比赛通则	(40)
第六章	水区队员通则	(49)
第七章	封锁区、得分区队员通则	(52)
第八章	违例、犯规与罚则	(55)
第九章	名次评定	(66)
第十章	裁判人员及其职责	(66)
第十一章	裁判员手势	(69)
珍珠球竞赛裁判法		(71)
前言		(71)
第一章	裁判员应具备的基本素质	(71)
第二章	裁判人员工作程序及要求	(72)
第三章	比赛开始	(78)
第四章	裁判员的位置、职责及区域分工配合	(83)
第五章	出界和掷球入界情况	(87)
第六章	投球时的分工与配合	(93)
第七章	宣判的程序与换位	(94)
第八章	罚点球时的分工与配合	(99)
第九章	暂停和替换	(100)
第十章	记录表的使用方法	(100)
木球竞赛规则		(103)
第一章	比赛	(103)
第二章	比赛场地及器材	(103)

第三章	比赛队	(106)
第四章	比赛通则	(108)
第五章	时间通则	(111)
第六章	违例、犯规及其罚则	(112)
第七章	成绩与名次	(115)
第八章	弃权与申诉	(116)
第九章	裁判人员及其职责	(117)
木球竞赛裁判法		(120)
前言		(120)
第一章	裁判员应具备的基本素质	(120)
第二章	比赛前的准备	(121)
第三章	比赛开始前的任务	(123)
第四章	临场裁判员的配合	(125)
第五章	临场裁判员的区域分工与职责	(126)
第六章	裁判人员工作程序及要求	(129)
第七章	裁判员的鸣哨与手势	(134)
蹴球竞赛规则		(141)
第一章	比赛	(141)
第二章	比赛场地及器材	(141)
第三章	运动员和教练员	(142)
第四章	计胜方法及名次判定	(144)
第五章	比赛通则	(145)
第六章	弃权与申诉	(152)
第七章	裁判人员及其职责	(153)
蹴球竞赛裁判法		(156)
前言		(156)

第一章 裁判员应具备的基本素质	(156)
第二章 裁判人员工作内容及要求	(157)
第三章 裁判员的工作方法	(162)
秋千竞赛规则	(179)
第一章 比赛	(179)
第二章 场地及器材	(179)
第三章 运动员和教练员	(181)
第四章 比赛通则	(182)
第五章 名次的判定	(187)
第六章 弃权与申诉	(188)
第七章 裁判人员及其职责	(188)
秋千竞赛裁判法	(191)
前言	(191)
第一章 裁判员应具备的基本素质	(191)
第二章 裁判人员工作程序及要求	(192)
第三章 临场裁判员的站位及其相互配合	(198)
射弩竞赛规则	(202)
第一章 总则	(202)
第二章 场地设置和器材	(203)
第三章 比赛项目	(207)
第四章 比赛通则	(208)
第五章 成绩及名次评定	(211)
第六章 弃权和申诉	(213)
第七章 裁判人员及其职责	(214)
射弩竞赛裁判法	(217)
前言	(217)

第一章	裁判员应具备的基本素质	(217)
第二章	裁判人员工作岗位、职责与配备	(218)
第三章	比赛开始前的工作及准备	(221)
第四章	裁判员的工作程序	(224)
第五章	有关问题处理和犯规处罚	(227)
陀螺竞赛规则		(232)
第一章	比赛	(232)
第二章	场地及器材	(232)
第三章	运动员和教练员	(235)
第四章	比赛通则	(235)
第五章	比赛间断与延误比赛	(239)
第六章	得分、比赛胜负及名次计算	(240)
第七章	犯规、不良行为及判罚	(242)
第八章	弃权与申诉	(243)
第九章	裁判人员及其职责	(245)
第十章	裁判员手势及旗示	(247)
陀螺竞赛裁判法		(253)
前言		(253)
第一章	裁判员应具备的基本素质	(253)
第二章	裁判人员工作程序及要求	(254)
第三章	比赛程序	(256)
第四章	比赛中出现的问题及处理	(259)
押加竞赛规则		(264)
第一章	比赛	(264)
第二章	场地与器材	(264)
第三章	运动员和教练员	(265)

第四章	比赛通则	(266)
第五章	胜负及名次	(268)
第六章	犯规与罚则	(269)
第七章	弃权与申诉	(270)
第八章	裁判人员及其职责	(271)
押加竞赛裁判法		(273)
前言		(273)
第一章	裁判员应具备的基本素质	(273)
第二章	裁判人员及其职责	(274)
第三章	称量体重工作	(276)
第四章	检录工作	(277)
第五章	裁判工作	(278)
第六章	比赛中的判罚方法	(280)
高脚竞速竞赛规则		(284)
第一章	比赛	(284)
第二章	场地及器材	(284)
第三章	比赛通则	(286)
第四章	名次判定	(288)
第五章	弃权与申诉	(288)
第六章	裁判人员及其职责	(289)
高脚竞速竞赛裁判法		(294)
前言		(294)
第一章	竞赛工作特点	(294)
第二章	裁判员应具备的条件	(295)
第三章	裁判员任务与职责	(296)
第四章	高脚竞速比赛中易出现的问题	(308)

板鞋竞速竞赛规则	(309)
第一章 比赛	(309)
第二章 场地及器材	(309)
第三章 比赛通则	(310)
第四章 名次排定	(312)
第五章 弃权与申诉	(312)
第六章 裁判人员及其职责	(313)
板鞋竞速竞赛裁判法	(317)
前言	(317)
第一章 竞赛工作特点	(317)
第二章 裁判员应具备的条件	(318)
第三章 裁判员任务与职责	(319)
第四章 板鞋竞速比赛中易出现的问题及处理	(331)
民族式摔跤竞赛规则	(333)
搏克(蒙古族式摔跤)竞赛规则	(333)
第一章 比赛场地及规格	(333)
第二章 运动员与教练员	(334)
第三章 比赛通则	(335)
第四章 犯规及罚则	(338)
第五章 胜负与名次	(339)
第六章 弃权与申诉	(342)
第七章 裁判人员及其职责	(343)
第八章 裁判员服装、手势及口令	(344)
北嘎(藏族式摔跤)竞赛规则	(350)
第一章 场地及规格	(350)

第二章	运动员与教练员	(351)
第三章	比赛规定	(351)
第四章	比赛通则	(353)
第五章	犯规、消极与罚则	(354)
第六章	胜负及名次评定	(356)
第七章	弃权与申诉	(358)
第八章	裁判人员及其职责	(359)
第九章	裁判员分工与手势	(361)
且里西(维吾尔族式摔跤)竞赛规则		(363)
第一章	场地及器材	(363)
第二章	运动员与教练员	(364)
第三章	比赛规定	(364)
第四章	比赛通则	(366)
第五章	犯规、消极与罚则	(367)
第六章	胜负及名次评定	(369)
第七章	弃权与申诉	(371)
第八章	裁判人员及其职责	(372)
第九章	裁判员分工与手势	(374)
格(彝族式摔跤)竞赛规则		(376)
第一章	场地及规格	(376)
第二章	运动员和教练员	(377)
第三章	比赛规定	(377)
第四章	比赛通则	(379)
第五章	犯规、消极与罚则	(381)
第六章	胜负及名次评定	(383)
第七章	弃权与申诉	(385)

第八章 裁判人员及其职责	(385)
第九章 裁判员分工与手势	(387)
朝鲜族式摔跤竞赛规则	(390)
第一章 场地与规格	(390)
第二章 运动员和教练员	(391)
第三章 比赛规定	(393)
第四章 比赛通则	(394)
第五章 犯规与罚则	(396)
第六章 胜负及名次评定	(397)
第七章 弃权与申诉	(399)
第八章 裁判人员及其职责	(400)
第九章 裁判员分工与手势	(402)
民族式摔跤竞赛裁判法	(405)
前言	(405)
第一章 裁判员应具备的基本素质	(405)
第二章 裁判人员工作程序及要求	(406)
第三章 临场裁判员的区域分工与职责	(412)
少数民族武术竞赛规则	(418)
第一章 比赛场地与器械	(418)
第二章 竞赛通则	(418)
第三章 评分标准与方法	(421)
第四章 名次评定	(424)
第五章 弃权与申诉	(425)
第六章 裁判人员及其职责	(426)
少数民族武术竞赛裁判法	(429)
前言	(429)

第一章 裁判员应具备的基本素质	(429)
第二章 裁判工作及职责	(430)
第三章 比赛开始前的准备及任务	(432)
第四章 比赛中的配备及分工	(433)
第五章 裁判员评分过程中的有关要求	(436)
少数民族马术竞赛规则	(440)
走马竞赛规则	(440)
第一章 比赛	(440)
第二章 场地及器材	(440)
第三章 运动员、马匹和装具	(441)
第四章 比赛通则	(442)
第五章 成绩与名次判定	(446)
第六章 裁判人员及其职责	(446)
跑马射击竞赛规则	(449)
第一章 场地及器材	(449)
第二章 运动员、服装和马匹	(450)
第三章 比赛与名次评定	(451)
第四章 裁判人员及其职责	(451)
跑马射箭竞赛规则	(454)
第一章 场地及器材	(454)
第二章 运动员、服装和马匹	(455)
第三章 比赛与名次评定	(456)
第四章 裁判人员及其职责	(457)
跑马拾哈达竞赛规则	(459)
第一章 场地及器材	(459)

第二章 运动员、服装与马匹	(460)
第三章 比赛与名次评定	(460)
第四章 裁判人员及职责	(461)
少数民族马术竞赛裁判法	(464)
前言	(464)
第一章 裁判员应具备的基本素质	(464)
第二章 裁判人员工作程序及要求	(465)
第三章 比赛开始前的准备及任务	(467)
第四章 常见问题及处理方法	(469)
表演项目比赛规则	(477)
第一章 选项原则	(477)
第二章 项目分类	(477)
第三章 比赛方式	(478)
第四章 评判办法	(479)
第五章 成绩与名次判定	(479)
第六章 弃权	(480)
第七章 裁判人员及其职责	(480)
民族健身操比赛规则	(485)
第一章 总则	(485)
第二章 场地设置和器材	(486)
第三章 比赛项目	(487)
第四章 比赛通则	(487)
第五章 评判办法	(490)
第六章 成绩与名次判定	(495)
第七章 申诉	(495)
第八章 裁判人员及其职责	(496)

民族健身操裁判法	(499)
前言	(499)
第一章 裁判工作人员应具备的基本素质	(499)
第二章 裁判人员的组成和职能	(500)
第三章 比赛程序	(505)
后记	(510)

花炮竞赛规则

第一章 比 赛

1 定义

花炮比赛是由两个队参加的集体比赛项目，每场比赛双方以规定的人数，在规定的场地和时间内，以规则允许的行为，运动员手持花炮通过奔跑、传递，将花炮投入对方的花篮得分；并以阻截、抢断等技术反抢，阻止对方得分。在规定时间结束时，以得分多者为胜队。

第二章 场地、器材

2 场地

2.1 比赛场地为表面平坦的长方形草坪或土地，长 60 米，宽 50 米。长线叫边线，短线叫端线。场地边线外 2 米、端线外 4 米以内不得有任何障碍物。

(图1)

2.2 接炮区：以场地的中心为圆心，画一个半径为 5 米(从外沿量起)的圆为接炮区。

2.3 炮台区和炮台区线：在距离端线中点两侧 4 米处各画一条 4 米与端线垂直的线为炮台区边线；再画一条线将其两顶点相连，与端线平行作为炮台区端线，该区域为炮台区；炮台区两立柱之间与比赛场地端线重叠的线为炮台区线；在炮台区两侧