

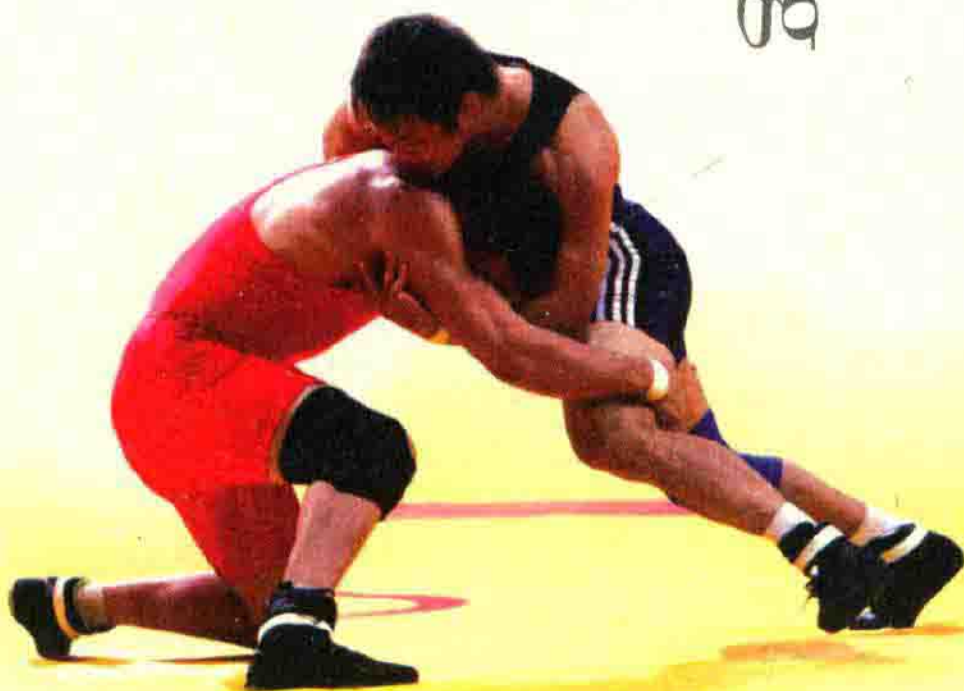
Sports of Beijing 2008 Olympic Games General Information

第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书



# 摔 跤

Wrestling



第29届奥林匹克运动会组织委员会  
Beijing Organizing Committee for the Games of the XXIX Olympiad

Sports of Beijing 2008 Olympic Games General Information

第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书



# 摔 跤

Wrestling

张霞 徐玄冲 编  
陈晓阳 审

---

## 图书在版编目 (CIP) 数据

摔跤 / 第29届奥林匹克运动会组织委员会编. ——北京:  
北京体育大学出版社, 2007.4

(第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书)

ISBN 978-7-81100-560-8

I.摔... II.第... III.摔跤运动——基本知识

IV.G886.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 034249 号

---

## 摔 跤

编 者: 第29届奥林匹克运动会组织委员会

出 版: 北京体育大学出版社

策划编辑: 董英双 李 飞

责任编辑: 董英双 刘润芝

审稿编辑: 李 飞 青 山

责任校对: 刘润芝 董英全 罗珍霞

图片提供: 中体在线图库

责任印制: 陈 莎

开 本: 889 × 1194 毫米 48 开 印张: 1

2007 年 3 月第 1 版 2007 年 3 月第 1 次印刷

社 址: 北京市海淀区中关村北大街

北京体育大学院内

邮 编: 100084

服务热线: (010)62989571

## 指导委员会

主任：李炳华 杨树安

委员：（按姓氏笔画排序）

池建 刘文斌 李鸿江 杨桦

吴润彪 张志伟 张秋平 金华省

## 编委会

主编：杨桦 李鸿江

执行主编：吴润彪 夏伦好 王文生

编委：王琴 辛沂 张辉

李飞 董英双 吕春花

审稿：李颖川 葛春林 熊西北

李相如 谭朕斌 袁守龙



同一个世界 同一个梦想  
*One World One Dream*

## 出版说明

掌握奥运会、残奥会竞赛通用知识，是奥运培训工作的重要内容，是我们成功举办一届“有特色、高水平”奥运会的基础工作。为了便于组委会工作人员、志愿服务人员以及社会各界人士学习奥运竞赛知识，我们编辑出版了《第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识读本》和《第13届残疾人奥林匹克运动会竞赛项目通用知识读本》及《第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书》。

作为培训教材，本套读物包括第29届奥运会和第13届残奥会竞赛项目通用知识中、英文读本和第29届奥运会28个竞赛项目通用知识单行本。主要介绍奥运会、残奥会各竞赛项目的起源沿革、比赛设项、比赛设施、比赛规则和观赛礼仪等知识，是2008年第29届奥运会和第13届残奥会竞赛类的普及性、知识性读物。

在编辑这套培训教材的过程中，组委会领导同志非常重视。人事部、体育部和残奥会部等有关部门做了大量组织协调工作，特别是体育项目代表对书稿进行了认真的审核。北京体育大学和首都体育学院在教学任务十分繁重的情况下，组织了得力的作者和编审人员队伍。在此谨向所有关心和支持本套读物编辑出版的同志致以深深的谢意。

编辑出版本套读物是一项严肃的工作，也是一项艰巨的任务。由于我们经验和水平有限，书中难免存在一些不足之处，敬请读者给予指正和谅解。

编委会

2006年3月31日



# 目 录

## 渊源篇

- 1. 起源 / 2
- 1.1 摔跤的起源、沿革 / 2
- 2. 奥运会摔跤发展史 / 7
- 2.1 奥运会古典式摔跤发展史 / 7
- 2.2 奥运会自由式摔跤发展史 / 8
- 2.3 女子摔跤的发展 / 9

## 竞赛篇

- 奥运会摔跤设项 / 12

## 设施篇

- 1. 比赛场地 / 16
- 2. 比赛器材 / 18
- 2.1 奥运会摔跤比赛器材 / 18
- 2.2 比赛摔跤服 / 19
- 2.3 服装上的广告 / 19
- 2.4 护耳 / 20
- 2.5 跤鞋 / 20

## 规则篇

- 1. 竞赛规则要点 / 24
- 1.1 称量体重 / 25
- 1.2 裁判 / 26
- 1.3 摔跤的区分 / 28
- 1.4 摔跤规则 / 29
- 1.5 摔跤的分值 / 30
- 1.6 获胜方式 / 33
- 1.7 特殊获胜方式 / 34

## 观赛篇

- 1. 观赛礼仪 / 38
- 2. 比赛时间、地点、场馆 / 40





壹

淵源篇

# 1 . 起 源

## 1.1 摔跤的起源、沿革

摔跤被公认为是世界上最早的竞技体育运动，希腊、埃及、中国以及日本等国家的古代文明中都有摔跤的文字记载。古代奥运会在公元前776年诞生之时，摔跤就是其中的一项比赛，而且一直是历届奥运会的比赛项目。

现代摔跤运动起源于希腊，古希腊人非常崇尚摔跤运动。相传，神话中的英雄捷谢伊——雅典民主奠基人，从雅典女神那里学来了摔跤规则，从而发展了摔跤运动。当时有人这样说：“摔跤是最完善、最全面、最协调的一项运动，它是全部体育运动的结晶。”当时希腊有许多著名的哲学家、诗人和军事将领都是摔跤手，如古希腊著名的唯心主义哲学家柏拉图，就是当时的摔跤名将。

在奥运会中占有重要比重的摔跤项目，分为古典式和自由式两个跤种，又统称国际式摔跤。

1912年，在瑞典斯德哥尔摩举行第5届现代奥运会时，国际业余摔跤联合会（FILA）正式成立。根据该会章程规定，古典式摔跤、自由式摔跤被列为国际比赛项目。国际摔联的成立极大地推动了古典式摔跤、自由式摔跤运动在世界范围内的传播，使摔跤运动在五大洲得以蓬勃发展。

迄今为止，国际摔联拥有153个会员协会。分布的情况是：亚洲33个，欧洲45个，非洲34个，美洲28个，大洋洲13个。国际摔联管理和负责古典式、自由式摔跤的所有赛事。



### 1.1.1 古典式摔跤的起源、沿革

古典式摔跤，起源于古希腊，以前被称为希腊罗马式摔跤。

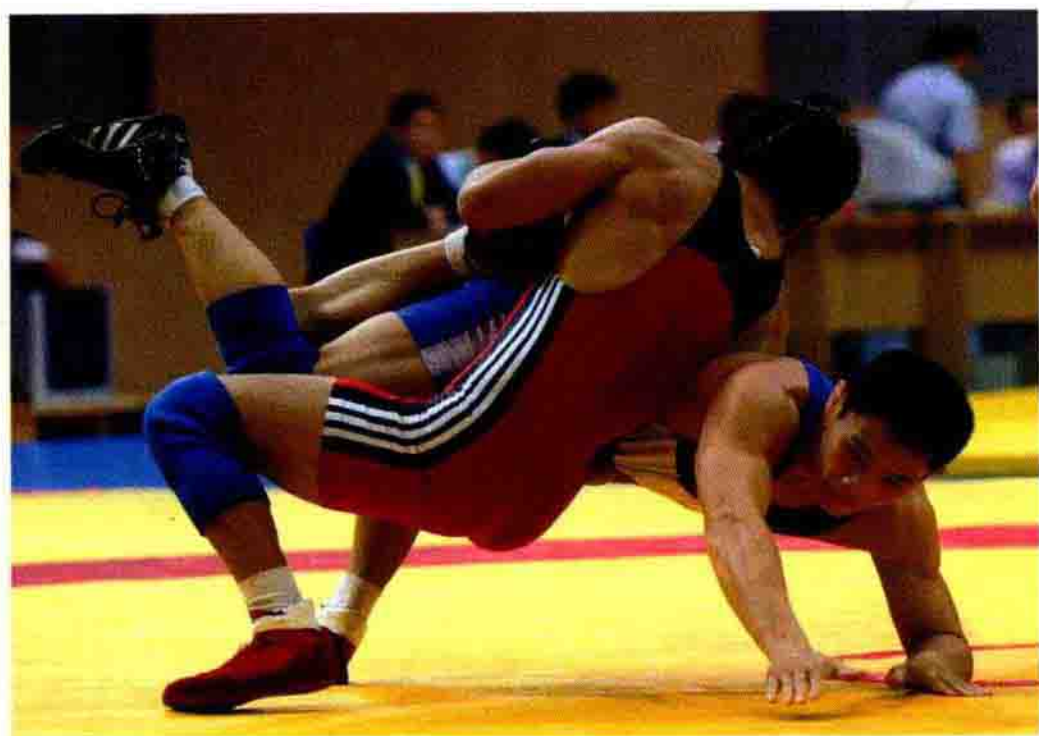
公元前2世纪末，罗马帝国出兵侵略希腊。占领者在征服希腊之后，将自己国家原有的摔跤和希腊式摔跤相结合，并在此基础上发展与创新，产生了希腊罗马式摔跤。因为希腊罗马式摔跤出现于希腊奴隶制繁荣阶段，该时期在历史上被称为希腊古典时期，所以，这种摔跤最初被称为古典式摔跤。这项运动在希腊的不断发展和在欧洲其他国家的推广，对古典式摔跤的形成起到了积极的作用。

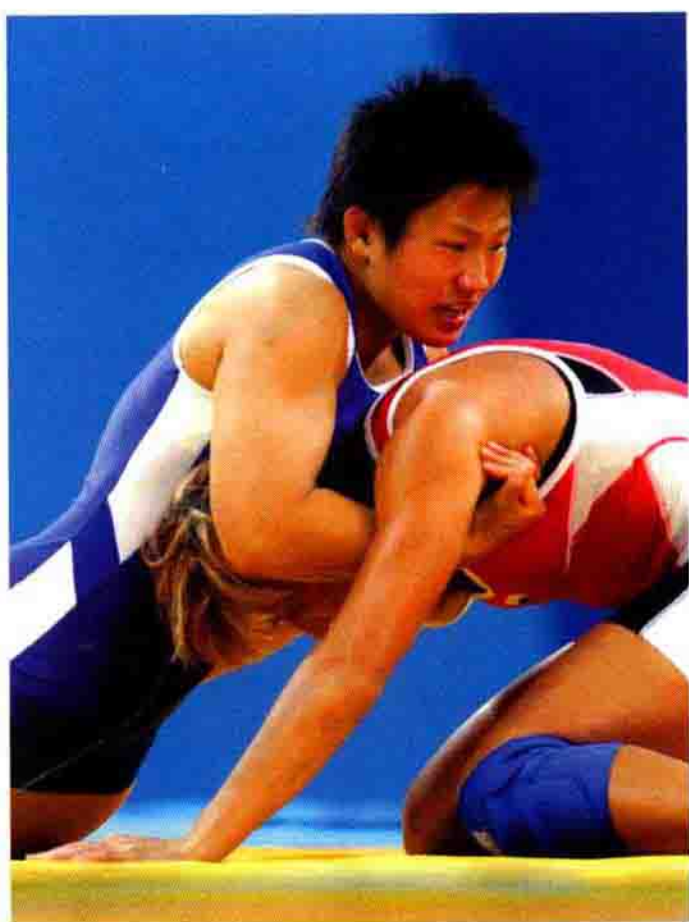
18世纪90年代，法国一些喜爱这项运动的人自动组织职业班子，到许多地方巡回表演。后来逐步演变成为一种比赛，使古典式摔跤逐渐发展起来。



### 1.1.2 自由式摔跤的起源、沿革

在古典式摔跤兴起的年代，欧洲又出现了另一种摔跤——自由式摔跤。这种摔跤与古典式摔跤基本相同，差异之处在于选手可以用手臂抱对手的下肢，还可以用腿绊，其技术比古典式更为丰富。19世纪，英国人制定了较为明确的自由式摔跤规则，所以自由式摔跤最后定型于英国。





## Wrestling

### 1.1.3 女子摔跤的起源、沿革

随着奥运会在全球范围内影响的不断扩大,以及体育运动本身所体现的公平、公正、顽强、拼搏的特征,女子体育运动在这一领域不断地扩大和发展。过去被视为女子运动禁区的许多项目,相继得以开展,女子摔跤便是其中之一。1984年国际业余摔跤联合会(FILA)承认女子摔跤运动。但女子摔跤只设立自由式一项,其规则几乎和男子自由式摔跤一样。1989年8月,在瑞士举办了第1届世界女子摔跤锦标赛。从此以后,女子摔跤每年都举办一届世界锦标赛。



## 2 . 奥 运 会 摔 跤 发 展 史

### 2.1 奥运会古典式摔跤发展史

在古代奥运会中断 1500 年后的 1896 年，摔跤找回了在奥运会中的位置。现代奥运会的组织者在寻找与古代奥运会有直接联系的体育项目的过程中，自然而然地选中了摔跤运动。因为它曾在古代风靡世界大多数地方，从希腊、巴比伦到印度、中国和日本。所以他们原封不动地模仿古希腊和古罗马摔跤手的遗风，重现了“古典式摔跤”。

在古典式摔跤比赛中，摔跤选手只能用双臂和上半身去攻击对手，也只能扭抱对手的这些部位。1896 年在雅典举行的第 1 届现代奥运会上，就设立了古典式摔跤项目。

## 2.2 奥运会自由式摔跤发展史

18世纪末，另一种更加自由的摔跤形式风靡了整个英国和美国。这种自由式摔跤，被称为“想抓哪就抓哪”的运动，而且在这两个国家里成为了人们在集市和节日里常见的节目，甚至成为流行的娱乐职业。

1904年，在圣路易第3届奥运会上，增添了一项摔跤项目，名为“自由式摔跤”。自由式摔跤允许选手用腿来压迫、挑起和绊倒对手，也允许扭抱对手腰部以上或腰部以下的部位。在最初的比赛中，选手们不分级别都在一起参加比赛，这样体重较重的就占有一定优势，比赛中经常出现大块头轻松战胜体重较轻的选手的场面，比赛呈现一边倒的局面。此后，摔跤比赛开始按体重分级别进行。



*Wrestling*





### 2.3 女子摔跤的发展

直到2004年希腊雅典奥运会，女子摔跤才被列为正式比赛项目。为了女子摔跤能进入奥运会，国际业余摔跤联合会(FILA)做了大量的工作。最主要的手段是，减少男子摔跤的级别。最早古典式摔跤、自由式摔跤各有10个级别，后来各压缩成8个级别，后来又各自减少一个级别，这样各项就只有7个级别了，这才使得女子摔跤能够进入奥运大家庭。奥运会女子摔跤只设立4个级别的比赛。

