

1958

中国式摔跤規則

人民体育出版社

3
31

人民体育出版社出版

各项运动规则

- | | |
|---------|----------|
| 籃球規則 | 冰球規則 |
| 排球規則 | 速度滑冰規則 |
| 足球規則 | 花样滑冰規則 |
| 小足球規則 | 滑雪規則 |
| 乒乓球規則 | 田徑賽規則 |
| 羽毛球規則 | 举重規則 |
| 垒球、棒球規則 | 摔跤規則 |
| 网球規則 | 体操規則 |
| 曲棍球規則 | 技巧运动規則 |
| 水球規則 | 自行車比賽規則 |
| 划船規則 | 7人制手球規則 |
| 游泳及跳水規則 | 11人制手球規則 |
| 击剑規則 | 国际象棋規則 |
| 拳击規則 | 象棋規則 |
| 中国步射規則 | 围棋規則 |

第一章 場地設備及服裝

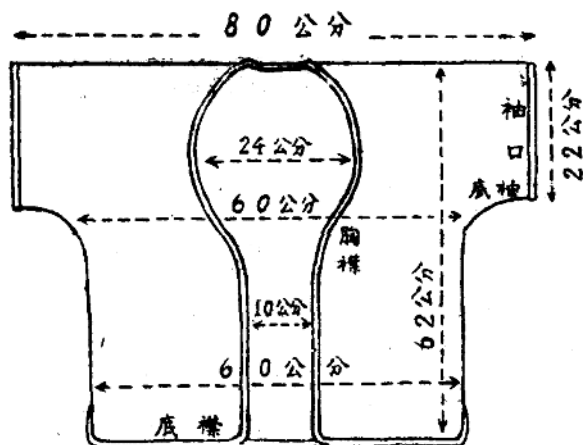
第一條 摔跤場

正式比賽應在10公尺見方的摔跤場上進行。這個場地用50塊寬1公尺、長2公尺、厚5公分的草墊（外包帆布或棉布）在平地上砌成，上面蓋以整塊帆布（沒有帆布時也可不蓋），場地中間用白粉划一8公尺的正方形，正方形的四邊叫邊綫（如圖一）。摔跤場以平坦、松軟、穩固為宜。

第二條 摔跤衣和腰帶

一、摔跤衣用8層棉布密密縫牢，毛邊用4公分寬的棉布包裹縫牢。摔跤衣的尺寸分大、中、小三號，中號尺寸如圖二。大號依中號尺寸放大2公分，小號依中號尺寸縮小2公分。摔跤衣可分成紅、藍兩色，以便識別。

二、摔跤腰帶用6層棉布制成，寬3公分，



圖二 中号 絞衣尺寸

長250公分，中間密密縫牢。

三、摔跤衣和腰帶均須柔韌，便于抓握而不易脫落。

第三條 比賽時的服裝

一、比賽時必須穿著摔跤衣，下身穿長褲或短褲不限，顏色也不限。

二、比賽時穿軟底鞋、靴子或高腰運動鞋均可，但不得太硬，不准附有金屬物品或后跟。

三、比賽時可以帶護膝。

第二章 運動員的資格

第四條 運動員必須是中華人民共和國的公民，年滿18歲至50歲的男子，并經醫院檢查，證明身體健康并具有證明文件者。

第三章 稱量體重及體重級別

第五條 稱量體重

一、比賽會應設稱量體重小組，由裁判員、記錄員及醫生組成。

二、運動員除在報名時填報體重外，在比賽的前一天仍應稱量體重（應脫去衣服，最多只許穿短褲、背心和短襪）。如體重與報名時不符，得再稱量一次，但不得降級。越級時必須經過批准。如最低級只有1人時，得上升參加高一級的比賽。如重量級只有1人時，則只

准降級表演，不得參加比賽。

第六條 體重級別

- 一、次最輕級：52公斤以下。
- 二、最輕級：52公斤至57公斤。
- 三、次輕級：57公斤以上至62公斤。
- 四、輕量級：62公斤以上至67公斤。
- 五、次中量級：67公斤以上至73公斤。
- 六、中量級：73公斤以上至79公斤。
- 七、次重級：79公斤以上至87公斤。
- 八、重量級：87公斤以上。

第四章 比賽性質和制度

第七條 比賽性質

- 一、個人比賽：按照每一體重級別確定個人名次。
- 二、團體比賽：按照團體所有運動員被錄取名額的總成績確定團體名次。
- 三、個人及團體比賽：先確定個人名次，

然后再以上述方法確定团体名次。

第八條 比賽制度

摔跤比賽制度和一般球類相同，可採用淘汰及循環比賽制。

第五章 裁判組工作人員及職權

第九條 裁判組工作人員

裁判組的成員：裁判長、裁判員、記錄員、記時員、檢錄員、報告員、醫生。具體人數可根據參加比賽人數酌予增減。

第十條 職權

一、裁判長：

(一) 召集裁判組工作會議；領導裁判員學習規則。

(二) 檢查與批准比賽的編組。

(三) 分配和檢查裁判組工作人員的工作。

(四) 處理有關裁判方面的各項事宜。

(五) 在比賽時有權指揮裁判員、運動員、領隊、指導及助手等在場上的行動。

(六) 遇天氣惡劣或場地設備不合規定等特殊情況，有權改變比賽日期或停止比賽。

(七) 有審查比賽成績之權。

二、裁判員：

(一) 比賽開始前，負責檢查場地、設備、用具及運動員服裝等事宜。

(二) 指導運動員在比賽場上的行動。

(三) 判定得分。

(四) 判定犯規和決定處罰。

(五) 發布每次比賽的開始、終了和暫停口令。

(六) 依據記錄宣布勝負。

三、檢錄員：

(一) 負責在比賽前召集運動員點名和帶隊入場。

(二) 通知運動員入場、出場。

(三) 向裁判長報告出席和棄權的運動員

情况。

四、記錄員：

- (一) 称量体重、填寫体重記錄表。
- (二) 記錄運動員的得分和犯規；当運動員第三次犯規时，应立即报告执行裁判。
- (三) 統計比賽結果，于每場結束时向执行裁判彙報比賽結果。

五、記时員：

- (一) 利用鑼或其它信号宣報每局开始和終了的时间；根据裁判員的指示，把每局中間暫停的时间扣除（比賽的实际时间应自裁判員下令比賽时开始）。
- (二) 每局开始前10秒鐘，發出准备信号。
- (三) 每局开始前5秒鐘，宣告“助手退場”。

六、报告員：

- (一) 宣告比賽内容和次序。
- (二) 宣布比賽進行的过程和結果。

七、医生：

- (一) 檢驗運動員的“体格檢查證明表”。
- (二) 參加稱量體重的工作；發現運動員患病時，作出能否參加比賽的決定。
- (三) 負責比賽時的救護工作。
- (四) 判定受傷運動員能否繼續參加比賽。

第十一條 裁判員的分工

每場比賽應有裁判員3人：1人為執行裁判，在場內執行工作；1人坐在離場不遠的低凳上，協助裁判工作；另一人在場外，專記運動員主動進攻的次數和技術、耐力的情況。

第六章 比賽通則

第十二條 禮節

比賽開始和結束時，兩個運動員應相互握手致敬。

第十三條 比賽時間

一、每場比賽分3局，每局為3分鐘；在3分鐘內，一方得分，即暫停比賽（暫停時間扣除），將成績記錄後繼續比賽；每局終了，休息1分鐘。

二、在比賽中因服裝脫落、身體不適、臨時受傷或其它特殊情況，裁判員得下令暫停；運動員也可以將上述情況報告裁判員，但須由裁判員下令後始可暫停比賽（暫停的時間為30秒鐘）。

第十四條 得分和勝負

一、每局中摔的次數不限，將對方摔倒1次得1分，摔倒兩次得2分。

二、比賽時採用積分制，積分多者名次列先。每場比賽終了時，以該場中得分的總和判定勝負，勝者判該場得積分2分，負者得0分。如甲乙2人比賽，第一局3比2甲勝，第二局3比2甲勝，第三局2比1甲勝，全場比賽結果，甲以8比5勝乙（該場甲得積分2分，乙得0分）。又如丙丁2人比賽，第一局4比3丙勝，第二局3

比2丙勝，第三局2比5丁勝，全場比賽結果，丁以10比9勝丙（該場丁得積分2分，丙得0分）。

三、膝或膝以上任何部分着地即為倒地（被摔倒）。一方倒地則判對方得1分。如依慣例用“小得合”的方式（跪腿摔），主動以膝蓋着地以達到摔倒對方的目的者，不作倒地論。

四、雙方接觸後，一方被虛閃倒地，或是自己滑倒，均判對方得1分。

五、雙方同時倒地，則判身體在上（或較上）者得1分。

六、雙方相繼倒地，或身體的一部分（膝或膝以上）相繼着地，則判後倒地或後着地者得1分。

七、雙方倒地的時間或倒地的部位難以分別先後或上下時，作為“平”，雙方都不得分。

八、一方犯規被取消比賽資格，則判對方得勝。

九、一方棄權，則判對方得勝。

十、一方因病（包括受傷）不能繼續比賽時，則判對方得勝。

十一、一方因犯規致使對方受傷不能繼續比賽時，則判對方（受傷者）得勝。

十二、一場（3局）比賽結束，如雙方得分相等，則判沒有犯規或犯規次數較少者得勝。如雙方都沒有犯規，或犯規次數又相等，則經臨時裁判會議，判主動進攻次數較多、技術、耐力較強者得勝。如主動進攻和技術、耐力又無顯著差別時，則應再次稱量體重，判體重較輕者得勝。

注：主動進攻標準：

（一）連續積極搶抓對方者。

（二）使用方法使對方受到震動和威脅者。

（三）使用完整的方法（如轉身進胯、崩、蹙、扛、挑等動作）進攻對方者。

十三、全部比賽結束時，根據運動員所得積分的多寡評定總成績，積分多者名次列先。如積分相等，則按體重評定，輕者名次列先。

如体重又相等，則名次并列。

第十五条 犯規

一、侵人犯規：

(一) 用手、肘、膝、胯或头部撞击对方者。

(二) 用脚踢对方脛骨、腓骨或脛骨、腓骨以上部位者。

(三) 抓握对方头髮、裆部或褲子者。

(四) 反關節逼迫对方者。

(五) 对方已倒地而不立即松把，甚至故意压砸对方者。

二、技術犯規：

(一) 在發出开始的口令以前進攻对方，或在發出暫停或停止的口令以后繼續進攻对方者。

(二) 侮辱裁判員、職員或对方者。

(三) 不服从裁判者。

(四) 有不正当的行动和态度者。

(五) 比賽進行时接受場外指導者。

第十六条 罰則

一、裁判委员会或裁判員可以根据運動員的犯規情况分別給予一次警告、最后警告、取消本場比賽資格或取消全部比賽資格的处分。

二、比賽時，在全局中只是防守、逃避而不進攻者，或作些假進攻的動作表現消極者，亦可給予警告处分。

三、在比賽前10分鐘內3次点名不到，又未辦理請假手續者，作棄權論。

注：（一）給予運動員警告处分時，可以停止比賽，也可以不停止比賽。犯規的運動員處於不利地位時可以不停止比賽；犯規的運動員處於有利地位時則立即停止比賽。

（二）無意中輕微地撞傷了對方，或腳踢得稍高些，可以不作犯規論，但須提醒他以後不要再發生。

（三）被取消全部比賽資格的運動員，本次比賽成績一律取消，其應得名次，以名次較後的運動員依次遞補。

第十七条 附則

一、運動員的摔跤衣、帶、鞋(或靴)等，

要在比賽开始前穿好、扎牢，以免妨碍比賽的進行。

二、摔跤帶的結扎法，必須由腹前繞至背后再繞回腹前結扣。松緊要適度。

三、運動員出場后，不經許可不得擅自离场。

四、比賽一局終了，運動員可到指定地点休息，本單位輔助人員可入場照顧或談話。

五、比賽終了，運動員必須靜待宣布結果后（至場中央，勝者举手），始准离场。

六、各單位的指導，負責本單位的技術指導，但在比賽進行中，必須坐到指定的位置上，不得做場外指導。如有意見，可用書面方式提出或向裁判長当面申述，不得干涉裁判工作。

附：摔跤運動員称量体重表，摔跤比賽記錄表、摔跤比賽总成績表。

摔跤運動員稱量體重表 編號 _____

稱量地點 _____

稱量時間 _____

單 位	姓 名	號 數	體 重	級 別	備 注

裁判長 _____ 記錄員 _____

裁判員 _____ 醫 生 _____

摔跤比賽記錄表 體重級別 _____ 輪 _____

單 位	姓 名	號 數	標 志	得 分 和 警 告			總 分	勝 利 者	備 注
				1局	2局	3局			

裁判長 _____ 記錄員 _____

裁判員 _____ 記時員 _____

注：得1分在相應的欄中划一個“√”被警告划一個“×”