



1960

中国摔跤竞赛規則

中华人民共和国体育运动委员会审定

1960年

中国摔跤竞赛規則

中华人民共和国体育运动委员会审定

人民体育出版社

统一书号：7815·1644

中国摔跤竞赛规则

中华人民共和国体育运动委员会审定

*

人民体育出版社出版·北京体育学院

(北京市书刊出版业营业登记证出字第044号)

北京崇文印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

全国新华书店经售

*

32开 116页 1/64 10千字

32
64

1977年6月第1版

1978年1月第1次印刷

1978年1月第1次印刷

印数：10,001—20,000

定价〔7〕0.07元

第一章 競賽通則及裁判方法

第一條 競賽辦法和性質

一、競賽辦法

(一) 個人競賽：以個人在其所屬級別內競賽所得成績確定個人名次。

(二) 團體競賽：以每個團體所有被錄取名次的運動員的成績總和，確定團體名次。

(三) 個人及團體競賽：先確定個人名次，然後再按團體競賽方法確定團體名次。

二、競賽性質 競賽性質在競賽規程內規定。

第二條 競賽制度

摔跤競賽制度可採用單循環、分組循環、輪分淘汰及雙敗淘汰等制度。

第三條 年齡分組和體重級別

一、年齡分組

跤摔競賽，根據運動員的年齡分少年組、青年組和成年組，并分別舉行比賽。

少年組：15周歲至17周歲以下；

青年組：17周歲至19周歲以下；

成年組：19周歲以上。

青年組運動員一般不參加成年組競賽。如體質良好，并有特殊訓練者，經醫生、教練員和舉辦單位同意，亦可參加成年組競賽。

二、體重級別

（一）少年組體重級別：

1. 次最輕級：體重在45公斤以上至47公斤。
2. 最輕級：體重在47公斤以上至49公斤。
3. 次輕級：體重在49公斤以上至52公斤。
4. 輕量級：體重在52公斤以上至57公斤。
5. 次中級：體重在57公斤以上至62公斤。
6. 中量級：體重在62公斤以上至67公斤。
7. 次重級：體重在67公斤以上至73公斤。
8. 重量級：體重在73公斤以上。

(二) 青年組體重級別:

1. 次最輕級: 體重在 47 公斤以上至 49 公
2. 最輕級: 體重在 49 公斤以上至 52 公斤。
3. 次輕級: 體重在 52 公斤以上至 57 公斤。
4. 輕量級: 體重在 57 公斤以上至 62 公斤。
5. 次中級: 體重在 62 公斤以上至 67 公斤。
6. 中量級: 體重在 67 公斤以上至 73 公斤。
7. 次重級: 體重在 73 公斤以上至 79 公斤。
8. 重量級: 體重在 79 公斤以上。

(三) 成年組體重級別:

1. 次最輕級: 體重不超過 52 公斤。
2. 最輕級: 體重在 52 公斤以上至 57 公斤。
3. 次輕級: 體重在 57 公斤以上至 62 公斤。
4. 輕量級: 體重在 62 公斤以上至 67 公斤。
5. 次中級: 體重在 67 公斤以上至 73 公斤。
6. 中量級: 體重在 73 公斤以上至 79 公斤。
7. 次重級: 體重在 79 公斤以上至 87 公斤。
8. 重量級: 體重在 87 公斤以上。

第四條 稱量體重

一、運動員在比賽開始前一小時，向稱量體重組報到，進行稱量（如下午二時比賽，則在一時開始稱量），逾時作棄權論。

二、稱量體重時，由裁判員一至二人、記錄員一至二人、醫生一人組成稱量體重組，進行該項工作。

三、運動員稱量體重時，可赤身或穿短褲。

四、每一運動員只能稱量體重一次。如超過或少於原報名級別重量時，可在稱量體重時間內再行稱量。

五、運動員參加一場或一場以上場次比賽後，體重低於原屬級別時，仍可在原級內繼續比賽。如果體重超過原屬級別時，不准參加比賽，并作該場棄權論。

六、連續進行兩天以上的比賽，運動員每天比賽前都要稱量體重一次。

注：如在下午和晚間均有比賽，則在下午賽前稱

量一次。如只在晚間比賽，則在晚間賽前稱量。

第五條 比賽場數

運動員在一天之內的競賽場數，一般不超過兩場；遇有特殊情況時，則可以比賽三場，但場與場之間應有適當的休息時間。

第六條 競賽通則

一、比賽禮節

比賽開始前和比賽結束後，雙方運動員互相握手致敬。

二、比賽局數和時間

（一）每場比賽三局，每局三分鐘（少年組、青年組比賽時每局二分鐘）。每局終了時休息一分鐘。

（二）比賽進行中，一切暫停時間（如比賽中間裁判員叫停或宣告某方得分及運動員腰帶、鞋帶脫落等情況）均應扣除。

（三）在比賽進行中因特殊情況，由裁判員發令中止比賽時，雙方比分和已用時間均予保留。

三、比賽信號

- (一) 每局比賽，均由裁判員發令開始。
- (二) 每局結束，均由計時員鳴鑼通知。
- (三) 在比賽進行中，裁判員發出停止口令時，雙方運動員應立即停止比賽。

四、比賽服裝

- (一) 運動員必須穿摔跤衣、長褲、軟底膠鞋。
- (二) 運動員可以穿戴護檔和護膝。
- (三) 運動員在上場比賽前，須將摔跤衣穿好，腰帶扎牢（腰帶結扎法，必須由腹前繞至背後，再繞回腹前打扁結于腰中。松緊要適度，以手能插入為宜），以免妨礙比賽進行。

五、比賽進行

- (一) 每局比賽結束時，運動員應到指定地點休息，不得擅自離場。全場比賽結束後，須待主裁判宣布勝負結果後始可離場。

- (二) 休息時，本單位的教練員和助手可以向運動員進行指導（每一運動員的助手包括

教練員在內限一至二人。如需翻譯人員，可另增加一人）。

（三）比賽進行中，雙方運動員的教練員和助手應坐在指定位置，不得隨便走動。

（四）比賽進行中，雙方運動員的教練員或助手不得用明示或暗示方法指導運動員。

（五）比賽進行中，教練員和助手不得干涉裁判工作。如有意見，等全場比賽結束後，通過領隊向裁判組提出。

第七條 得分標準

比賽進行中，一方運動員被摔倒時，根據運動員不同的倒地情況，分別判對方得二分、一分或互不得分。

一、將對方摔倒，使之軀干（肩、背、臀部）着地，而自己能夠維持身體平衡，並保持站立者得二分。如倒地運動員故意不松手致使勝方失去平衡者，仍算勝方得二分。

二、將對方摔倒，僅使其手、肘或膝部着地，而自己能夠維持身體平衡保持站立者得一

分。

三、使用跪腿摔（俗名小得合）将对方摔倒者得一分。

注：如使用跪腿摔未成功（使用次数不限），虽使用者膝盖着地而能迅速起立者，不作失败论。

四、使用方法摔倒对方时，由于自己重心不稳而双方相继倒地，判后倒地者得一分。

五、双方同时倒地，判身体在上者得一分。

六、双方同时倒地又不分先后上下者，双方互不得分。

七、运动员在一场比赛中，受到一次警告者，判对方得0.5分。

注：甲方使用方法摔乙方，由于自己重心没掌握好，而乙方也没有进攻动作，甲方自己倒地，判乙方得一分。

第八条 边 线

一、运动员在場内使用方法将对方摔倒在場外者，判为有效；反之若在場外使用方法，

無論將對方摔倒在場內或場外，均判無效。

二、在場內將對方摔倒，然後自己踏出邊綫或跌出邊綫外者，仍判有效。

三、在比賽進行中，雙方運動員均踏至邊綫上，如無進攻動作時，裁判員應令其停止，回到場地中央重新開始比賽。

四、雙方接近邊綫，因使用方法而守方踏至邊綫上，則不停止比賽。

注：1.如攻方踏在邊綫上使用方法，裁判員應即發令停止，否則無論將對方摔倒在場內或場外均判無效。2.踏綫算場外。

第九條 犯 規

一、侵人犯規

有下列行動者為侵人犯規：

(一) 用反關節擒拿方法者。

(二) 用手、肘、膝撞擊對方者。

(三) 用腳踢對方脛骨、腓骨或用腳尖直踢對方者。

(四) 抓對方襠部或以膝部頂撞對方襠部

者。

(五) 用手推或抓对方面部、头发者，或用手、肘抵撞对方喉部者。

(六) 将对方摔倒故意压砸对方者。

(七) 有意识地经常用头部顶住对方者。

(八) 用肩部将对方抗起（对方已失去控制能力），并把对方直立地（头部向下）摔下去，有意伤害对方者。

二、技术犯规

(一) 裁判员尚未发令开始，或发出停止口令后，而进攻对方者。

(二) 比赛进行中，教练员或助手在场外进行指导者。

(三) 比赛进行中无故自行停止比赛者。

(四) 比赛进行中一方运动员处于不利情况下要求暂停者（其动机为逃避战斗者）。

(五) 已被对方摔倒而故意不放手，并拉、带对方者。

第十条 罚 则

一、比賽前10分鐘三次点名不到，或在点名報到之後未經請假擅自離開，不能按時入場比賽者，均作該場棄權論。

二、凡違犯規則第九條第一款第一至第八項者，根據情節輕重，分別給予勸告、警告或取消該場比賽資格的處罰。

注：無意中輕微撞傷對方或踢腿稍高而無意傷害對方者，裁判員可提醒注意，但不停止比賽。

三、凡違犯本規則第九條第二款第一至第五項者，裁判員及時給予勸告。如經勸告無效時，給予警告。

四、在全場比賽中，如一方受到一次警告，則判對方得0.5分。受第三次警告者，則被取消該場比賽資格。

五、有意犯規，致使對方受到損害而不能繼續參加比賽者，根據情節輕重取消其該場比賽資格，並判該場受傷者獲勝。

六、態度惡劣，不服從裁判，或當場盛氣凌人裁判者，根據情節輕重，分別給予警告或

取消該場比賽資格的處罰。

七、運動員在比賽中只是消極逃避，裁判員根據下列情況給以警告：

（一）逃避戰鬥，不讓對方抓把，而自己也不抓對方，並無進攻意圖者。

（二）在比賽中雙方接觸後，為逃避對方進攻而故意退出邊綫者。

（三）在比賽進行中，為了逃避對方進攻，故意屢次將對方推出場外者。

（四）在比賽進行中，一貫地不使用方法，消極等待，耗費時間者。

第十一條 運動員受傷處理

一、比賽中運動員受傷，由臨場醫生決定能否繼續比賽。

二、運動員因對方有意犯規以致受傷不能繼續比賽，該場應判受傷者獲勝。

三、運動員受傷（不是由對方犯規動作引起的）不能繼續比賽，應由場上裁判員宣布比賽中止。但中止時間不得超過五分鐘，逾時作

棄權論。

第十二条 記分方法和評定勝負

一、記分方法

(一) 將對方摔倒，根據倒地情況，記一分、二分或〇分。

(二) 每場比賽結束，得分多者勝，得分少者負。在勝者的記分表上填入“2”分，在負者記分表上填入“〇”分。

(三) 一場比賽雙方得分相等，被判為平局，則在雙方的記分表上各填“1”分。

(四) 一場比賽雙方均未得分，如果判為平局，則在雙方的記分表上各填“〇”分。

二、評定勝負

(一) 一場比賽結束，根據雙方得分多寡評定勝負。得分多者為勝，少者為負。

(二) 一場比賽結束雙方得分相等，或均未得分，如有一方受到警告，則判對方為勝，判受到警告者為負。

(三) 一場比賽結束雙方成績相差一分

(如 5 比 4)，而得分較多者一方曾受到两次警告，造成 5 比 5 时，应为平局。

注：1. 比赛如系淘汰制，則延长一局。如仍不分勝負則當場称量体重，体重較輕者胜，較重者負。如体重仍相等，則給予适当休息后，重新进行比赛。

2. 比赛如系循环制，則按第十二条第一款第三和第四項处理。

(四) 凡一場比賽双方分数已相差10分时(如10比0或15比5等)，裁判員可宣布比賽結束，判得分多者胜，少者負。

第十三条 确定名次(循环制比赛)

一、确定个人名次

(一) 全部比賽結束後，根据運動員积分的多寡确定名次，积分最多者列前，少者依次列后。

(二) 如甲乙二人积分相等，而甲在比賽中胜乙，則甲名次列前。

(三) 如甲乙二人积分相等，該二人比賽