



中华人民共和国体育运动委员会审定

摔跤竞赛规则

1965年

摔跤竞赛规则

1965年

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 • 北京体育馆路 •

[北京市书刊出版业营业许可证出字第049号]

北京印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

全国新华书店经售

•

850 × 1168毫米 $\frac{1}{64}$ 24千字 印张 $1\frac{16}{64}$

1965年3月第1版

1965年3月第1次印刷

印数：1—11,200册

目 录

中国 式 摔 跤

- 第一章 竞赛通則及裁判方法……………(2)
- 第二章 裁判人員及其职责……………(23)
- 第三章 比賽場地、設備及裁判用具…(30)

古典式、自由式摔跤

- 第一章 竞赛办法、制度和一般規定…(39)
- 第二章 竞赛通則和裁判法……………(45)
- 第三章 裁判机构及其职责……………(67)
- 第四章 比賽場地……………(73)

中国式摔跤

第一章 竞赛通則及裁判方法

第一条 竞赛办法和性質

一、个人竞赛：以个人在其所属級別內竞赛所得成績，确定个人名次。

二、团体竞赛：以每个团体所有被录取名次的运动员的成績总和，确定团体名次。

三、个人及团体竞赛：先确定个人名次，然后再按团体竞赛方法确定团体名次。

第二条 竞赛制度

摔跤竞赛制度可采用单循环、分組循环、淘汰及双敗淘汰等制度。

第三条 年龄分組和体重級別

一、年龄分組：在中国式摔跤竞赛中，根据运动员的年龄分为青年組和成年組分別举行

比賽。

172687

青年組：16周岁至18周岁。

成年組：18周岁以上。

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

二、體重級別：青年組及成年組，均按體重分八級。

(一) 青年組體重級別：

1. 次最輕級：體重在47公斤以上至49公斤。

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。

(二) 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 63 公

斤。

4. 輕量級： 體重在 63 公斤以上至 70 公

斤。

5. 次中級： 體重在 70 公斤以上至 78 公

斤。

6. 中量級： 體重在 78 公斤以上至 87 公

斤。

7. 次重級： 體重在 87 公斤以上至 97 公

斤。

8. 重量級：体重在97公斤以上。

第四条 称量体重

一、运动员在比赛开始前二小时向称量体重组报到，进行称量（如下午二时比赛，则在十二时开始称量），并在一小时内称完，逾时作弃权论。

二、称量体重时，由裁判员一至二人，记录员一人，医生一人组成称量体重组，进行该项工作。

三、运动员称量体重时，应赤身或穿短裤。

四、每一运动员只能称量体重一次。如超过或少于原报名级别重量时，可在称量体重时间内再进行称量。

五、运动员经过一场或一场以上比赛后，如体重低于原属级别时，仍可在原级别内继续比赛。如体重超过原属级别，并在规定称量时间内降低不到原属级别时，则按该场弃权。

权論。

六、連續进行两天以上的比賽，運動員在每天比賽前都要稱量體重一次。

注：如在上午和下午均有比賽，只在上午賽前稱量一次。如只在下午比賽，則在下午賽前稱量；如在上午稱量體重超過原屬級別，則作為棄權。在下午的比賽仍可稱量。

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，則可以比賽三場，但場與場之間至少應有15分鐘的休息時間。

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、並與主裁判握手致敬。

二、比賽局數和時間：

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

(二) 在比賽時間中，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、比賽中的信號：

(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、軟底鞋。

(二) 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：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。

五、比賽中的規定：

(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) 每局結束休息時，本單位的教練員和助手可以向運動員進行指導（每一運動員可有助手或教練員一至二人）。

(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，不得在場邊走動。

(四) 比賽進行中，雙方運動員的教練員和助手不得對運動員進行指導。

(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

在比賽中，一方運動員被摔倒時，根據運動員不同的倒地情況及使用方法，分別判對方得二分、一分或互不得分。

一、得二分：主動使用方法將對方摔倒，

使之軀干（頭、肩、背、臀、胸、腹、髖）着地，而自己仍保持站立者。

注：倒地運動員，故意不松手，致使勝方失去平衡者仍判勝方得二分，還要給對方勸告或警告。

二、得一分：

（一）僅將對方摔至使其手、肘、膝部着地者。

（二）將對方摔倒後，自己隨後也倒地者。

（三）雙方同時倒地，但身體（軀干）在上者。

（四）使用跪腿摔（俗名小得合）將對方摔倒者。

注：如使用跪腿摔未成功（使用次數不限），使用者膝蓋雖着地，但能迅速起立者，不作失敗論。

三、互不得分：雙方同時倒地，而又分不出先後或上下者，雙方互不得分。

四、进攻无效：

(一) 裁判员发出“停”的口令后，进攻无效。

(二) 抓住对方裤子使用方法进攻无效。

第八条 边线及踏出边线扣分

一、运动员在场内使用方法将对方摔倒在場外者，判为有效。

二、在场内将对方摔倒，然后自己踏出边线或跌出边线外者，仍判有效。

三、运动员在踏线时使用方法，为場外进攻，判为无效。

四、在比赛进行中，一方双脚踏出边线，判对方得 0.5 分。

五、在比赛进行中，双方同时踏出边线则各不输分。如能分出先后，判先出线者输 0.5 分。

注：如甲先踏出一脚，随后乙踏出一脚，而甲又踏出一脚，应判为甲先出界，乙得 0.5 分。

第九條 犯規

一、侵人犯規：凡有下列行動者，判為侵人犯規。

(一) 使用反關節擒拿方法者；

(二) 以手、肘、膝撞擊對方或抓對方襠部者；

(三) 用腳踢對方、有意傷害對方者；

(四) 已將對方摔倒、還故意壓砸對方者；

(五) 有意識地經常用頭部頂住對方者；

(六) 用肩部將對方扛起（對方已失去控制能力），并把對方頭部朝下直摔下去，有意傷害對方者。

二、技術犯規：

(一) 裁判員尚未發令開始或已發出停止口令後而進攻對方者；

(二) 比賽進行中，教練員或助手在場外進行指導而影響比賽者；

(三) 比賽進行中，無故自行停止比賽

者；

(四) 比賽進行中，一方運動員由於處在不利情況下而要求暫停者（其動機是逃避戰鬥）。

注：裁判員發現場上比賽運動員摔假跤時，可停止比賽，第一次給雙方各警告一次。警告後無效，則取消雙方該場比賽資格。

第十條 罰 則

一、在比賽前10分鐘內，三次點名未到者或在點名報到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、凡違反規則第九條第一款第一至第六項者，根據情節輕重，分別給予警告、警告或取消該場比賽資格。

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

三、凡違反規則第九條第二款第一至第四項者，裁判員可及時給予警告。如經警告無效

时，給予警告。

四、在全場比賽中，如一方受到一次警告，則判对方得 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、致使对方受到損害而不能繼續參加比賽者，根据情节輕重，取消其該場比賽資格或全部比賽資格，并判該場的对方获胜。

注：有关个人名次时，参照第十四条第一款第（七）、（八）項处理。

六、态度恶劣、不服从裁判或當場盛气質問裁判者，根据情节輕重，分別給予警告或取消該場比賽資格。

第十一条 消极逃避

運動員在比賽中只是表現消极逃避，裁判員可根据下列情况給以劝告。劝告后无效，可給予警告。

一、在比賽进行中，一貫不讓对方抓把，而自己也不抓对方的把并无进攻意图者；

二、在比賽進行中，一貫不使用方法，消極逃避（泡跤）耗費時間者；

三、不主動抓把，被對方抓住後而多次逃脫，逃脫後也不積極搶把、有意逃避戰鬥者。

第十二條 運動員受傷處理

一、在比賽期間，由大會醫生決定，一方運動員因身體情況不適合繼續比賽，則判對方獲勝。

二、比賽中，因對方犯規致使受傷一方不能繼續比賽時，該場應判受傷者獲勝。

三、比賽中，一方運動員受傷（不是由對方犯規動作引起的）不能繼續比賽時，應由場上裁判宣布比賽中止。但中止時間不得超過5分鐘，逾時判受傷者棄權。

第十三條 記分方法和評定勝負

一、記分方法：

（一）某一運動員將對方摔倒後，裁判員應根據他們的倒地情況，記給一分、二分或0分。