

中国步射規則



人民体育出版社

07514

767
7503

中国步射規則

中华人民共和国体育运动委员会審定

人民体育出版社

中国步射規則

中华人民共和国体育运动委员会审定

*

人民体育出版社出版

北京中安門外體育場對面

（北京郵政管理局登記證新字第四九號）

北京中安印刷厂印刷

新华书店发行

☆

850×1168 $\frac{1}{64}$ 5千字 印張 $\frac{16}{64}$

1957年5月第1版

1957年5月第1次印刷

印数：1—3,000册

统一书号：7015·414

定价：710.05元

人民体育出版社出版

各項運動規則

籃球規則

排球規則

足球規則

小足球規則

乒乓球規則

羽毛球規則

壘球、棒球規則

網球規則

曲棍球規則

水球規則

游泳及跳水規則

击劍規則

射箭規則

冰球規則

速度滑冰規則

花样滑冰規則

田徑賽規則

举重規則

摔跤規則

体操規則

技巧運動規則

自行車比賽規則

7人制手球規則

11人制手球規則

拳擊規則

象棋規則

第1章 場地和設備

第1条：場地

場地應長60公尺，寬40公尺；也可根據具體情況略加伸縮，但至少應長50公尺，寬15公尺。場地地面須平坦，並應有安全設備。

第2条：箭靶和靶架

1. 箭靶：靶為圓形10環，直徑80公分，每環半徑4公分。每環由內向外應標上10.9.8.7.6.5.4.3.2.1等數字。

箭靶的環色：由中心起分紅、黃、藍、黑、白5色。黃、紅、白各占2環，環綫用黑色；藍、黑各占2環，環綫用白色。各環的環綫不得超過半公厘，並須劃在靠內的環上。

箭靶中心離地1.30公尺。

幾個靶並列時，各靶的間隔為5公尺。

箭靶本身用厚5公分的草墊子製成，要求

容易射進并且不易脫落。草墊外面蒙以牛皮紙或布画成的环靶圖（如圖一）。

2. 靶架：应用特制的靶架來支撐箭靶。靶架系用木制的框架或三角架。靶架要求牢固，不能因箭的冲力而摧倒。如架子是鉄制品，必須用毡或棉套包裹，以免損傷箭枝（如圖二）。

第3条：箭道距离（起射线至箭靶架的地面距离）

(1) 20公尺

(2) 30公尺

(3) 40公尺

第4条：弓力和箭

弓力不受限制，一力半、二力、二力半、三力、三力半均可。運動員可選擇適于本人的弓力及適于此項弓力的箭（箭鏃用鉄制，不得帶翅）。

自帶弓箭經驗查合格者可以使用。

第5条：服裝及號碼

競賽時，運動員必須着運動服裝和運動

鞋，并佩帶大会號碼。

第2章 競賽項目

(1)20公尺立射射准

(2)30公尺立射射准

(3)40公尺立射射准

男子必須參加3種項目，女子必須參加(1)
(2)兩種項目。

第3章 競賽單位及成績計算

(1)以“個人”為比賽單位：個人參加比賽，依照個人射中的分數確定個人成績和名次。

(2)以“個人及團體”為比賽單位：比賽中先確定每個運動員的成績和名次，然後再綜合個人成績計算團體名次。

(3)以“團體”為比賽單位：只計算團體

名次而不計算個人名次。

第 4 章 裁判員、職員及其職權

第 1 条：裁判員、職員

競賽時，應設裁判長 1 人，裁判員若干人（根據射手數目酌情增減），檢錄員 1 人，每靶設檢查員 1 人，計時員 1 人，記錄員 1 人。

第 2 条：職權

（一）裁判長：

1. 負責領導整個裁判工作的進行。
2. 有權取消嚴重犯規的運動員的比賽資格。
3. 遇天氣變化或設備不合規定等意外情況，有向主辦機關提出改變日程或停止比賽之權。
4. 有臨時決定規則未盡事項之權。

（二）裁判員：

1. 競賽前檢查場地及器械設備是否合乎規

定；

2. 指揮運動員參加比賽時的行動；
3. 判定得分和失誤；
4. 警告犯規運動員；
5. 檢查記錄員的記分是否正確。

(三) 檢查員：

1. 檢查和報告射中環數；
2. 檢取射中之箭并用一種記號通知起點繼續比賽；
3. 協助裁判員判定一切情況（檢查員判定與裁判員不一致時，服從裁判員的判定）；
4. 協助記錄員核算成績。

(四) 計時員：

1. 按裁判員發出開始的口令計算每次射的時間；
2. 宣布射時終結。

(五) 記錄員：

1. 記錄射中環數及環綫；
2. 記錄超過射時而未發射的次數；

3. 記錄被警告及被取消資格的運動員的情況；

4. 及時核計個人及團體的總成績；

5. 比賽後核對記錄表。核對無誤後簽名送交裁判長。

(六) 檢錄員：

1. 比賽前集合運動員点名、整隊帶至比賽地點進行比賽；

2. 檢查運動員服裝及號碼。

第 5 章 比賽規則

第 1 条：試射和正式比賽射箭枝數

試射：運動員在正式比賽前可以試射。每人每項可試射 3 箭（不記分，不願射者亦可不射）。

正式比賽：每人每項目射 10 箭。

第 2 条：射時

每箭從搭箭到射出的時間規定為 30 秒鐘。

第3条：射姿和要求

1. 采用兩脚开立的射姿，身体姿势高低不受限制。
2. 運動員站到起射点以后，即不得从任何方面接受指導。
3. 不准使用瞄准器（可以帶眼鏡、手套、手指套、臂套及箭壺等）。
4. 只有輪到發射的運動員才能站到起射綫，其余的運動員須在射綫的后面。

第4条：失誤和換弓

（一）有下列情况之一者按失誤論：

1. 翻弓走弦者（如裁判員認為是由于弓的質量不好所發生者不在此限）；
2. 失手出箭者（如未开弓入扣而失手出箭者不以失誤論）；
3. 超过30秒鐘未射出者。

（二）更換距离可以換弓，折弓断弦可以換弓（除此情形以外在比賽中間不得換弓）。

第5条：計分

1. 每箭以射中的环数計分，射中第10环得10分，射中第9环得9分，其余类推。

2. 射中在环线者按线内一环計分。

3. 不論个人或团体的比賽，男子以3个項目（20公尺、30公尺、40公尺）的总分排列名次，女子以两个項目（20公尺、30公尺）的总分排列名次。

4. 以个人为比賽單位时，如遇总分相等时，以未射中环线者列前；分数相等而均未射中环线或都射中环线者，以射中第10环多者列前；分数相等都未射中第10环者，以射中第9环多者列前，如射中第9环的数目仍相同即列为同一名次。

以团体为比賽單位时，如遇总和分数相等时，以得分最高的隊員的那一單位为勝。

5. 箭中靶后而落地者，以射中这一环的箭孔計分。

6. 取消競賽資格的運動員，其已得分数不予記錄。

7. 凡第 4 条失誤的箭：均作一次射出論，但不論射中与否，概不計算成績。

第 6 条：運動員除在起射綫者外，不論搭箭与否，不許瞄准或拉弓。

第 7 条：當場終賽后，運動員須在記錄簿上簽名，表示同意，以后不得要求更改記錄。

第 8 条：運動員在比賽時有下列情形之一者取消比賽資格。

1. 3 次点名不到者（如因特殊事故經大會事前批准者不在此限，并可于這場比賽終結時補射）；

2. 不穿運動服裝及不佩帶大會號碼者；

3. 不服從裁判員的裁判及其他職員職務範圍內的指揮者；

4. 嚴重地違犯規則者；

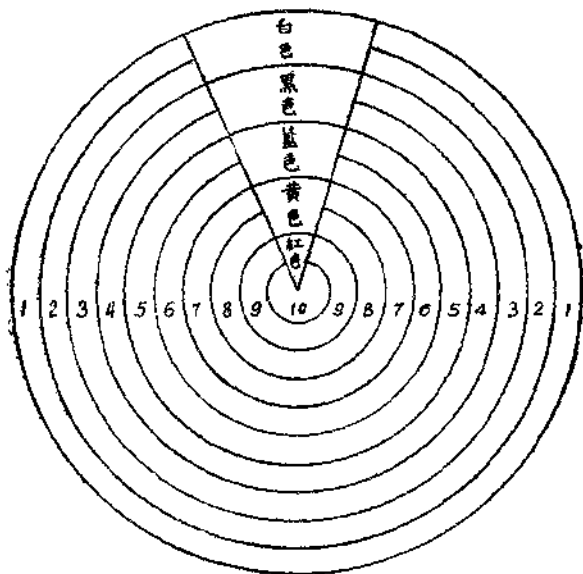
5. 違犯規則經過 3 次警告者。

第 6 章 附 則

第 1 条：步射運動員的等級和稱號，另行規定。

第 2 条：本規則必要時得加以補充或修改。

附圖一：箭 靶

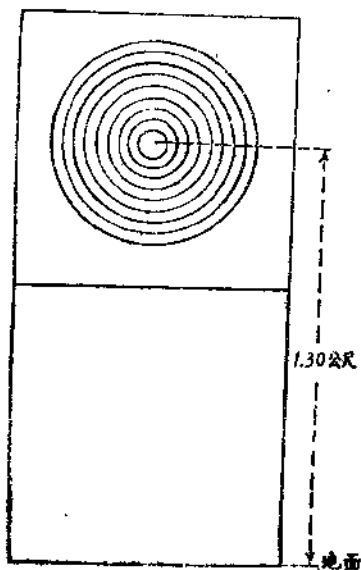


1. 箭靶的直徑80公分。
2. 第10環的直徑8公分，其餘各環的直徑遞增8公分（第9環16公分，第8環24公分，以此类推）。
3. 各環的環寬不得超過半公厘。
4. 箭靶環印在100公分等方的牛皮紙或布的中央，

糊在箭靶的草墊上。如靶紙（布）上箭着点过多而不易分辨时，要更换新的。

5. 箭靶应穩固地安裝在箭靶架上，不得搖晃。

附圖二：箭靶架



1. 箭靶架的
后部，如系坚硬
地面，須鋪草类
或其他适当的材
料，以防损伤箭
枝。

2. 競賽的三
种射程，依箭靶
架接触地面的部
分与起射綫的距
离量定。

3. 安裝在箭
靶架上的箭靶，
与地面成直角，
它的中心点距离
地面1.30公尺。