

367587



442
322

559
中华人民共和国体育运动委员会审定

游泳竞赛規則

1965年

跳水竞赛规则

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 $\frac{1}{64}$ 11千字 印张 $1\frac{48}{64}$ 插页 1

1965年 8 月第 1 版

1965年 3 月第 1 次印刷

印数：1—7,000册

目 录

第一章	裁判员及其职责	1
第二章	比赛通则.....	4
第三章	比赛规定.....	6
第四章	场地设备.....	15
附表	跳板跳水种类及难度表 (甲表)	
	跳台跳水种类及难度表 (乙表)	
	跳水比赛七人裁判得分对照表	
	跳水比赛五人裁判得分对照表	

70442
70322

70442
70322

第一章 裁判員及其職責

第一條 裁判員

跳水比賽應有正副裁判長1—3人，裁判員5—7人，記錄員2—4人，報告員1人，檢錄員1人。

第二條 裁判員職責

一、裁判長的職責

(一) 裁判長應領導比賽的進行，在比賽前應召集全體裁判員討論有關裁判工作和規則問題。檢查場地設備是否符合規格，詳細檢查運動員的動作說明書，如發現內容有不符合規定者，應在比賽开始前根據具體情況准許該運動員更正或拒絕該運動員參加比賽。

(二) 在比賽進行中，如運動員未能完成動作，裁判長有权決定該次動作失敗；如遇特殊情況，裁判長有权決定該運動員是否重跳一次。

(三) 比賽完畢後，裁判長應審查并与記錄員校對記錄表，最後在記錄表上簽字。

二、裁判員職責

(一) 在比賽進行時，裁判員應分別位於裁判長指定的位置，非經裁判長同意不得變更，如果可能的話，最好位於跳板(台)兩旁。

(二) 在每一運動員入水後，裁判員應依自己的判斷按本規則第三章第六條評分原則考慮給分，聽到裁判長的信號，須立即同時用明顯的方式表示他所評給的分數。各裁判員在給分時，不能互相交換意見。

裁判員如認為動作失敗，即使裁判長沒有宣布動作失敗也可以給零分。

注：如裁判員在比賽中因病或因故不能繼續執行職務，可由裁判長選擇另一人代替其職務。

比賽中須更換裁判員時，應在一輪比賽後進行。
如某一裁判員因病對某一動作不能給分時，以其他四人或六人的給分平均值作該裁判員的給分。

三、報告員職責

報告員在比賽中要確切無誤地報告運動員的姓名、動作名稱、姿勢、高度及下一運動員的姓名。當裁判員舉分時，報告員應按同一順序報告裁判員評給的分數。

四、記錄員的職責

（一）記錄員把裁判員的給分記在記分表上，並將其最高及最低的分數划去，如有兩個或兩個以上與應划去的分數相同時，可隨意划去其中的一個。

（二）記錄員應將各裁判員給分（划去的除外）的平均值算出，再乘以該動作的難度系數，即為該運動員動作的得分，然後再把这个分數填入記錄表內，並即時宣布。最後把總分計算出來。

五、檢錄員的職責

检录員应在比賽前召集運動員点名，宣布比賽順序和注意事項。引導運動員入場。比賽完以後帶領運動員離場。

第二章 比賽通則

第三條 所有跳水的設備应在比賽前 8 天准备好供給運動員練習。

第四條 參加辦法

一、比賽前，用抽簽法決定運動員比賽的順序。

二、運動員跳水的動作，应包括本規則的規定動作和自選動作。

注：1.比賽動作分組詳見第三章第八條。

2.所有比賽動作，須在本規則附表各組中選出，但號數不得相同。

三、運動員应在比賽前三天將動作說明書一式四份，逐項填寫清楚送交大會，否則不許參加比賽。說明書送交大會後不得更改。

四、規定動作不得作為自選動作，有難度係數限制的自選動作，不得作為無難度係數限制的自選動作來跳（號數也不得相同）。

第五條 比賽辦法

一、參加跳水比賽人數過多時（跳水次數超過 150 次）要分組進行預賽。

二、每次跳水前，應使運動員有足夠時間作好準備。運動員在跳板或跳台上站好位置後，報告員才開始報告運動員的姓名及跳水動作名稱。

注：跳板跳水比賽中，運動員可選跑動或立定，事先不必聲明，報告員也不報告起跳方式。

三、運動員須在裁判長發出信號後開始跳水；如果在發信號前就已跳水，應由裁判長決定是否重跳。

四、運動員如無意外情況，而故意不跳水者應作棄權論。

五、跳水時，運動員應靠自己的力量來完成每一個動作，不得借他人的幫助。

第三章 比賽規定

第六條 評分原則

一、比賽后，獲得总分最多的運動員為優勝。如有二人或二人以上得分相等時，應判規定動作（男子、女子跳板，女子跳台）或有難度係數限制的自選動作（男子跳台）得分總和最多的人為優勝；如仍不能分勝負時，則應判規定動作或有難度係數限制的自選動作中任一動作得分最多者為優勝。

二、裁判員照下列標準評給分數。每一動作應自 0 分起至 10 分止，並可用 0.5 分評給。

失敗·····	0 分
不好·····	0.5—2 分
普通·····	2.5—4.5 分
較好·····	5—6 分
很好·····	6.5—8 分
最好·····	8.5—10 分

三、評判跳水姿勢，应根据下列的动作好坏酌量給分。

(一) 助跑。

(二) 起跳。

(三) 空中的技巧及姿勢的优美。

(四) 入水。

四、運動員跳水的动作和报告的动作不符合时，如属運動員的錯誤，应給 0 分；如属报告員的錯誤，裁判員对该动作的評分仍然有效。如果運動員在跳水前发现报告員所报告的动作名称錯了，应提出更正。如依照錯誤的报告跳水，仍可請求改正重跳（但請求应在跳水后裁判員給分之前立即提出）。

第七条 跳水动作的原則

跳水比賽时，所有动作应符合下列原則，裁判員也必須根据下列原則进行評判。

一、運動員可用任何动作走上跳板或跳台。

二、立定跳水起跳时，運動員应站在跳板

的前端，头部与身体挺直，两脚并拢，两臂前平举，与肩同宽，两手手指并拢。当运动员已做好上述姿势，即认为已开始跳水动作。如动作不稳定，要酌量减分。

立定跳水时，运动员不得在板上跳跃利用反弹力量起跳。如运动员准备做面对板的跳水动作，两脚蹠起稍微离开跳板时，不应算作弹跳，但裁判员可根据个人意见酌量减分。

立定跳水时，运动员失去平衡或做两次摆臂动作，裁判长应在裁判员的给分内扣除 2 分。如再次重复以上动作，应判动作失败。

三、跑动跳水，应自运动员准备跑动迈出第一步时，即认为已开始跳水动作，跑动时，应跑直线，身体姿势须平稳而果断。在跳板或跳台起跳时，至少跨 4 步（包括起跳在内）；不够 4 步的，由裁判长在每一裁判员的给分内扣除 2 分。

跑动跳水时，运动员不得在到达板端的中途停顿。如有停顿现象，裁判员酌量减分。如

停頓后重做助跑，裁判长应在每一裁判員的給分內扣除 2 分。如第二次助跑仍不成功，应判动作失敗。

四、跳水时，如果運動員身体任何部分触及板或台端，或入水时身体方向不正，無論跳水姿勢如何正确，裁判員也应酌量減分。

五、臂立跳水时，運動員全身伸直已成臂立姿勢而不能保持稳定平衡，裁判員应扣除 1—3 分。如臂立动作失去平衡，一手或双手仍保持在跳台的起跳位置上，裁判員照常給分，由裁判长在每一裁判員的給分內扣除 2 分。如第二次臂立动作仍不成功，应判动作失敗。

六、跳起在空中时，身体可成直体、屈体或抱膝三种姿勢。

直体：身体及下肢均須伸直，髖部及膝部不得弯屈，两膝及两脚并攏，脚尖綑直。

屈体：身体須以髖部为軸上体尽量前屈，两腿及两脚須并攏伸直。

抱膝：整个身体自然全屈，两膝并攏，脚和脚趾绷直，身体折迭越紧越好。

注：两臂的位置均由运动员自定。

七、飞身翻腾动作的飞身姿势必须明显，要做到飞身接近半周时始可做翻腾动作（乙表中116号除外）。

八、直体转体动作，其转体动作不得直接自起跳时开始。

做翻腾兼转体的动作时，其转体动作可在起跳后任何时间开始（丁组）。

屈体跳水兼转体的动作，应在屈体姿势完成后，才能开始做转体动作。

九、所有的跳水，在入水前应做好准备入水的姿势。入水时身体应与水面垂直或近似垂直（上体、两腿及脚趾均应伸直）。在头部先入水时，两臂应上举（与身体成一直线），入水时两手并攏。脚先入水时，两臂应靠紧身旁，肘部不得弯屈。

注：如两臂在入水时未做到上述的正确姿势，裁

判員可酌情扣除 1—3 分。

如脚先入水时，两臂高出头部，不能算作“较好”动作，最高給分不得超过4.5分。

第八条 跳板跳水及跳台跳水特定規則

一、跳板或跳台跳水动作应自本規則各不同組別中选出。

跳板跳水共分五組：

第一組 面对池向前跳水。

第二組 面对板向后跳水。

第三組 面对池反身跳水。

第四組 面对板向內跳水。

第五組 轉体跳水。

跳台跳水共分六組：

第一組 面对池向前跳水。

第二組 面对台向后跳水。

第三組 面对池反身跳水。

第四組 面对台向內跳水。

第五組 轉体跳水。

第六組 臂立跳水。

二、跳板跳水：

男子和女子的跳板跳水比赛，应包括五个规定动作及五个自选动作。规定动作：

向前跳水，
向后跳水，
反身跳水，
向内跳水，
向前转体一周。

规定动作可用甲（直体）、乙（屈体）、丙（抱膝）来完成。

跳板跳水比赛时，运动员可以任选在1米或3米高的跳板上进行。

参加比赛的人数超过8人时，要举行预赛。预赛包括5个规定动作和两个自选动作。自选动作必须在规定动作之后，规定动作须按规则中5个规定动作排列的顺序进行。

预赛后选出得分最多的前8名运动员参加决赛。决赛时每个运动员要跳其余的3个自选动作（决赛时仍按预赛时运动员跳水顺序进

行)。

十个动作总共得分最多者为优胜。

三、跳台跳水：

男子跳台跳水比赛，应包括不同组的6个有难度系数限制的自选动作（其难度系数之和不得超过11.2分）及4个不同组的无难度系数限制的自选动作。

参加跳台跳水比赛的运动员达到16人及16人以上时，要举行预赛。预赛包括6个有难度系数限制的自选动作和1个无难度系数限制的自选动作。

预赛后选出得分最多的前8名运动员参加决赛。决赛时每个运动员要跳其余的3个无难度系数限制的自选动作（决赛时应按预赛时运动员跳水顺序进行）。

比赛成绩应包括有难度系数限制的自选动作和无难度系数限制的自选动作的得分总和。

女子跳台跳水应包括4个规定动作和3个自选动作。4个规定动作是：

面对池向前跳水，
面对台向后跳水，
面对池反身跳水，
面对台向内跳水。

规定动作可采用甲(直体)、乙(屈体)、
丙(抱膝)、立定或跑动来完成。

参加比赛的运动员如超过12人时要举行预赛。预赛包括第1、3、4组的規定动作和1个自选动作。

預赛后选出得分最多的前12名运动员参加决赛。决赛包括第2组的規定动作和其余的两个自选动作(决赛时应按預赛时运动员跳水順序进行)。无預赛时，順序不变。

比赛成績应包括4个規定动作和3个自选动作得分的总和。

跳台跳水比赛时，运动员可以任选在5米或10米跳台上进行。

注：男子跳台跳水，6个有难度系数限制的自选动作，必須在6个組中各选一个，其余4个无难度系