

成都工學院圖書館 355204

基本館藏

游泳及跳水競賽規則

1964

中華人民共和國體育運動委員會審定

333
2441
322;1.7



游 泳

第一章	裁判員及其職責	1
第二章	比賽通則	8
第三章	各項比賽的規定	12
第四章	場地設備	16

跳 水

第一章	裁判員及其職責	19
第二章	比賽通則	22
第三章	比賽規定	24
第四章	場地設備	33
附表	跳板跳水種類及難度表（甲表）	37
	跳台跳水種類及難度表（乙表）	43
	跳水比賽七人裁判得分對照表	
	跳水比賽五人裁判得分對照表	

游 洲

第一章 裁判員及其职责

第一条 游泳裁判員人数

- 一、总裁判 1 人，副总裁判 1—2 人。
- 二、检录长 1 人，检录員 2 人。
- 三、发令員 1 人，助理发令員 1 人。
- 四、計时长 1 人，付計时长 1 人，計時員 24 人。
- 五、終点裁判长 1 人，裁判員 10 人。
- 六、检查长 1 人，技术检查員 3 人，轉弯检查員 3—8 人。
- 七、报告員 1—2 人。
- 八、編排記錄員 2—4 人。

注：以上裁判員人数为 3 条泳道时必需的人数，根据比赛会的具体情况可以增减。

第二条 裁判員应在大会领导下进行工

作，其職責如下：

一、總裁判的職責

（一）根據規則精神，解決比賽中的有關問題，並可決定在規則中未詳盡或沒有明文規定的問題，但不能修改規則。

（二）遇裁判員的判決意見不能取得一致時，可作最後決定。

（三）裁判員如犯嚴重錯誤或不稱職時，可建議大會作適當處理，必要時可停止其職務。

（四）運動員有不正當行為時，可取消其比賽資格。

（五）運動員在比賽中如有犯規或阻礙他人時，可取消其錄取資格，並有權判令被阻撓的運動員參加復賽、決賽。如以上犯規情況發生在決賽時，令該組重行比賽（犯規運動員除外）。

（六）各項成績須經總裁判簽名後，交記錄組登記，然後交報告員公布。

二、副總裁判職責

(一) 副總裁判協助總裁判領導裁判工作。遇總裁判缺席時，由副總裁判中一人代理其工作。

(二) 副總裁判負責領導大會籌備期間編排秩序冊，準備比賽表格和布置場地等工作。在大會期間領導記錄成績等工作。

三、檢錄長與檢錄員的職責

檢錄長負責領導與分配檢錄員的工作，並與有關方面聯繫，準備好運動員卡片及檢錄處的布置檢查等工作，事先搞清編排及競賽進行等事宜。

檢錄員在取得每項比賽運動員的卡片後，應細致檢查並熟悉競賽秩序。在每項比賽開始前負責點名，並帶領運動員到等候出發處，然後將運動員卡片交給助理發令員。比賽完了以後，帶領運動員離場及引導領獎等工作。檢錄員也負責檢查運動員的服裝是否符合規定。

四、發令員與助理發令員的職責

(一) 在检录員将运动員带到等候出发处后，发令員有管理运动員的全权。

(二) 发令員应站在池的側面，离池端10—15米处发令。

(三) 发令員在得到終点裁判长、計时长、检查长的信号后，应立即依照本規則第二章第三条的規定使比賽开始。

(四) 只有发令員有权判决运动員出发是否犯規。

(五) 助理发令員应向运动員說明有关比賽距离、終点、口令、出发和退場等方面的一切問題。

(六) 在发令时，助理发令員应协助发令員检查运动員出发时有无犯規行为，并記錄犯規运动員的泳道号数。

五、計时长及計时員的職責

(一) 計时长負責領導和分配計时員的工作。

(二) 計时长应于比賽前检查所有用表是

否准确可用（两小时内各表之間相差不超过 1 秒鐘为准确）。

（三）計时长应随时查看計时員的計时表，决定每項比賽的正式成績，并按动自己的計时表以备检查校对或补充之用。計时长在检查成績后，应通知計时員按回計时表。

（四）計时員負責計取運動員在比賽中所得的成績，并将成績登記在卡片上。

（五）計时員应兼終点一端的轉弯检查、接力出发監視及記趟等工作，并負責查看到达終点有无犯規动作。

（六）計时員应根据发令員的信号（枪烟、哨声或旗号）将表按动；在運動員抵达終点时将表按停。

注：1. 每条泳道最好有 3 个計时員，如条件不允许，每条泳道至少应有两个計时員。

2. 在 3 个計时員中，有两个或两个以上的表所計的成績相同时，就应以这个成績作为正式成績。如果 3 个表所計的成績都不相同，就以中間的成績作

为正式成績。如只用两个表計时，而所計取的成績各不相同，就应以較差的成績作为正式成績。

3.若遇到終点名次和計时成績不一致时（如第2名的成績反比第1名的成績好），应以終点裁判的判定为准，計时长应将第1名与第2名的成績加起来平均，作为第1名和第2名的成績。如平均成績出現0.05秒时，則按0.1秒計算。

4.秒針稍过，即算低的那边为准（如秒針为1分10秒1稍过了些，即算1分10秒2。

六、終点裁判长及終点裁判員的職責

（一）終点裁判长負責领导和分配終点裁判員的工作。在比赛进行中，終点裁判长应观察運動員到达終点时的全部情况，最后确定全部運動員到达終点的名次。

（二）終点裁判員主要負責准确地判断運動員到达終点的名次。

七、检查长及检查員的職責

（一）检查长負責领导和分配检查員的工作。

(二) 检查員負責检查運動員在比賽過程中的動作是否符合規則。根據工作需要分技術检查員和轉弯检查員。技術检查員負責检查運動員的游泳姿勢和動作是否符合規則，有無越綫阻碍他人情况。轉弯检查員負責检查運動員的轉弯動作是否符合規則。

(三) 如检查員发现運動員違反規則，应立即將犯規情况報告检查長，由检查長審核簽字送交總裁判批准后再行公布。

八、報告員的職責

報告員在總裁判的领导下，將比賽的項目和进行的情况及時地向觀眾介紹，并宣布比賽的結果和成績。

九、編排記錄員的職責

(一) 比賽前，應根據運動員的報名單和大会日程，進行比賽項目的編排和分組。

(二) 比賽开始后，要准确地記錄每項比賽的結果，并及時公布。預賽后，按照成績排列決賽時的泳道。

(三) 比賽結束後應立即核算得分，統計比賽中達到等級運動員的人數，並進行登記，經總裁判簽字後送交大會。

第二章 比賽通則

第一條 參加辦法

一、參加者必須按規程規定，確定每項參加的人數和每人參加的項數；並在規定的時間內辦理報名手續。

二、運動員在報名後不得替補和更改項目。

三、接力比賽以隊為單位，每單位可任選4人參加。在預、決賽中參加者可以任意調換，但必須在比賽開始前一小時，將運動員名單送交記錄員。

第二條 運動員的服裝

游泳及跳水比賽時，運動員必須穿游泳衣（男運動員可穿游泳短褲，其兩側長度為10—

15厘米)。

第三条 出 发

一、除仰泳外，各项比赛都应从出发台上出发。当发令員发出“各就位”口令后，运动员立即做好出发准备（可用任何姿势），經相当时间的静止，当身体稳定后，发令員即发出信号（放枪或鳴笛）。运动员听到出发信号后才能出发。

二、如发令枪发生故障或有运动员在发令信号未发出前，即离位出发时，发令員应即鳴笛将运动员召回重新出发。

三、在一組比赛中，第一和第二次出发时，如有运动员犯規，发令員均应将其召回重新出发，并提醒該組运动员不得出发过早。第三次发令时，无论任何一运动员犯規，应即取消其該項比赛資格（不管該运动员是第几次犯規）。

注：1.第三次出发如有犯規，发令員有权决定是否将运动员召回。如遇其他运动员均已合法出发，只

有个別運動員出发犯規时，发令員可不必將該組運動員召回。只將犯規運動員的泳道号数通知計时长，取消其該項比賽資格。

2. 在离出发一端20米左右处，应設一橫繩，以便在運動員听不到召回的鳴笛声时，將該繩放入水中阻其前进。

第四条 比賽和犯規

一、運動員自始至終都应在自己泳道內游完全程才能获胜。如偶然游出泳道，确未妨碍其他運動員游进。并及时地返回自己的泳道时，不算犯規。

二、運動員游出自己的泳道并妨碍其他運動員游进时，应取消其該項比賽資格。

三、由于某運動員犯規而影响了被侵犯的運動員获胜机会时，則应准許被侵犯的運動員补測成績或直接参加复赛或决赛。如果犯規发生在决赛时，得令該組重新举行决赛（犯規運動員除外）。

四、轉身或到达終点时，運動員应以单手

或双手触池壁。轉身一定要从池边蹬出去，不能在池底跨越或走步，否則即算犯規，应取消其該項比賽資格。

五、比賽进行中，運動員站在池底休息不算犯規，但若手扶分道綫休息或在池底走动和跳跃，即取消其該項比賽資格。

六、接力比賽时，本队的前一運動員尚未触及池壁，后一運動員出发稍早而又未返回触及出发点的池壁，这就算犯規，应取消其該項比賽資格。

七、接力比賽中，如一队中有任何一人犯規，則取消該队比賽資格。如出发过早，重新返回以身体任何部分触及池壁再行游出，均可做合法出发論。

八、任何運動員在比賽中都不允許用任何器具（如手套、脚掌套等）来增加速度、浮力、耐力，否則即算犯規，取消其比賽資格。

九、預賽结束后，如发生第八、第九名成績相等，或有二名以上運動員成績相等，而无

法确定参加决赛人选时，成績相同者必須重賽，并按重賽名次确定参加决赛人选。重賽時間在當場比賽最后一項完了時進行（如重賽時間過近則可延長30分鐘）。如某一運動員不按規定時間出場參加重賽，則認為棄權。

第三章 各項比賽的規定

第一條 自由泳

一、自由泳比賽中，可採用任何一種姿勢游進，中途亦可改變姿勢。

二、在轉身時，必須用單手或雙手觸池壁（亦可先轉身後觸池壁），違者取消其該項比賽資格。

第二條 蛙 泳

一、兩臂要在水平面下同時對稱地向後划水，並要同時對稱地收回至胸部和向前伸出。

二、身體必須完全俯臥，兩肩須與水面平行。

三、两腿要同时对称地弯屈及分开，并繼續向外做弧形的蹬夹动作。两腿禁止做垂直面的上下打水动作。

四、当轉身前和到达終点时，两手須同时接触池壁，两肩須与水面平行。

五、不許做側泳动作，否則取消資格。

六、除了在出发入水和轉身后准許做一次手一次腿的动作外，禁止潛泳。从第二次手、腿动作开始，運動員头部的一部分就应經常露出水面游进。

第三条 蝶 泳

一、两臂要同时对称地向后划水和提出水面經空中向前摆出。

二、身体要完全俯臥，两肩須与水面平行。

三、两腿的动作要同时地并以同一方式进行，并且准許做垂直面的上下打水动作。

四、当轉身前和到达終点接触池壁时，两手須同时，两肩須与水面平行。

五、不許做側泳動作，否則取消資格。

六、在出發入水、轉身後以及游進過程中，運動員的身體還處於潛水位置時，准許兩腿同時做一次或數次打水動作。

第四條 仰 泳

一、運動員面對出發台齊排在水中，兩手握住握手器或池端水槽，兩腳蹬住池壁，但不許腳趾露出水面，或將腳蹬在水槽上。

二、當出發信號發出後，運動員才能將手離開握手器或水槽。在出發入水、轉身後和整個的游進過程中，身體必須保持完全的仰臥姿勢。

在轉身和到達終點時，較前的一支手觸及池壁前和轉身結束腳蹬離池壁後，如身體改變正常的仰臥姿勢算犯規。

第五條 側 泳

一、在整個游進過程中，身體必須成側臥姿勢。只有在轉身後才可以將身體轉向另一側的側臥姿勢游進，中途不得改變。

二、出发入水和轉身蹬出時，可以胸部向下。但在開始做第一次動作時，身體必須轉成側臥姿勢。

三、兩臂輪流動作。上面的手必須由水面經空中向前伸出。

四、腿必須做“剪式”動作。在“剪式”動作以後，兩腿可以允許有輔助動作。亦可划手一次做剪式腿兩次動作。

第六條 混合式游泳

一、個人混合式游泳須按照下列的姿勢順序進行比賽。

（一）蝶泳

（二）仰泳

（三）蛙泳

（四）自由泳（蛙泳、仰泳及蝶泳以外的任一姿勢）

二、混合式接力須按照下列的姿勢順序進行比賽。

（一）仰泳