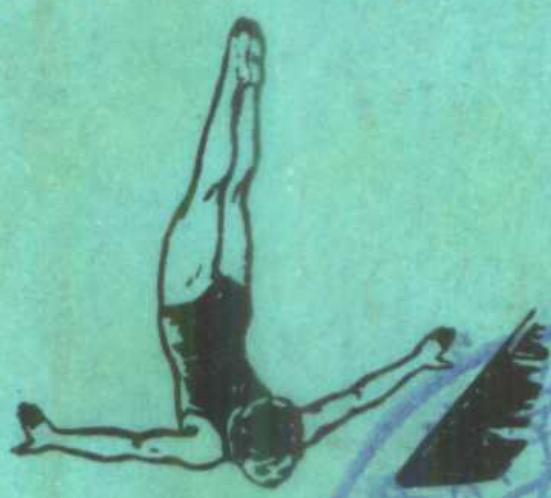
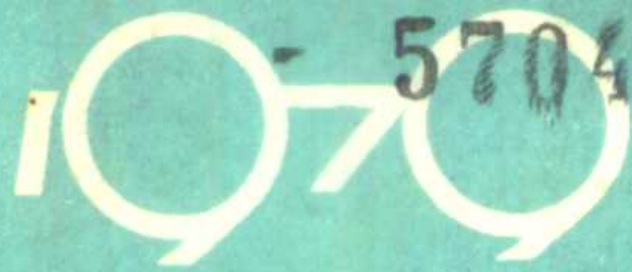


70442
70322.3

570404



跳水竞赛规则

70442
70322.3

364

清华大学图书馆

基本馆藏

中华人民共和国体育运动委员会审定

跳水竞赛规则

1 9 7 9

中华人民共和国体育运动委员会审定

人民体育出版社

跳水竞赛规则

1979

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

体育报社印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

787×1092 毫米 $\frac{1}{64}$ 16千字 印张 $1\frac{56}{64}$ 插页 2

1965年4月第1版 1979年4月第3版

1979年1月第6次印刷

印数：154,001—174,000册

统一书号：7015·1729 定价 0.24 元

目 录

第一章	裁判员及其职责	1
第二章	比赛通则	3
第三章	比赛规定	9
第四章	场地设备	19
附	跳板、跳台场地规格表	22
	跳水动作难度表	插表
	男子跳板跳水动作说明书	24
	女子跳板跳水动作说明书	26
	男子跳台跳水动作说明书	28
	女子跳台跳水动作说明书	30
	跳水各组动作图	32
	跳水比赛五人裁判得分对照表	插表
	跳水比赛七人裁判得分对照表	插表

第一章 裁判员及其职责

裁判员要贯彻执行“友谊第一，比赛第二”的方针，坚决反对锦标主义，认真、负责、公正、准确地做好裁判工作。

第一条 裁判员

跳水比赛应有正、副裁判长二——三人，裁判员七——九人，报告员一人，检录员一人，记录、公告员五——六人。

第二条 裁判员职责

一、裁判长职责

(一) 裁判长在大会领导下，负责组织比赛事宜，并保证规则的执行。比赛前，组织裁判员熟悉规则和裁判方法；检查场地设备；检查运动员动作说明书。如发现说明书内容不符合规定，应在比赛开

始前一天，根据具体情况准许该运动员更正。

(二) 裁判长未发出信号前如运动员已跳水，有权决定其是否重跳。在比赛中，运动员未能完成所报动作，裁判长有权决定该动作失败。

(三) 裁判长应将裁判员分别安排在跳板（台）两侧，条件不许可时亦可安排在一侧。裁判员位置确定后未经裁判长许可，不得更换位置。

(四) 比赛完毕，裁判长应审查记录成绩，并与记录员核对清楚，最后在动作说明书成绩记录上签字。

二、裁判员职责

运动员完成每一动作后，裁判员应依自己的判断给分。裁判长发出举分信号，裁判员须立即同时用明显方式表示自己所评给的分数。给分时裁判员不能交换意

见。

注：裁判员在比赛中因病或因故不能继续执行职务，可由裁判长选择另一人代替其职务。如裁判员不称职时，裁判长有权在每一轮比赛之后向大会提出更换。

如某一裁判员因故对某一动作不能给分，应以其他四人或六人的给分平均值作为该裁判员的评分。

三、报告员职责

报告员在比赛中，要准确地报告运动员的单位、姓名、动作号数、名称、姿势和高度。当裁判员给分后，按裁判员的位置顺序，报告裁判员评给的分数和实得分。

四、记录员职责

记录员把裁判员的给分记录在记分表上，将其中最高及最低的分数各划去一个。如应划去的分数有两个以上相同时，则划去其中的一个。

记录员要独立计算有效给分，以利核对。

计算方法是：

五人裁判评分

$$7.5、6、7、7、7 = 21 \times 2.0 = 42$$

(总和) (难度系数) (得分)

七人裁判评分

$$8.5、6.5、7、7、7、7、7 = 35 \times 2.0 = 70$$

(总和) (难度系数)

$$(70 \div 5) \times 3 = 42$$

(得分)

注：七人裁判评分时要把得分除5再乘3，这样才与五人裁判评分的得分相称。

为了计算方便，可按本规则所附的得分对照表查对得分。

记录员将运动员每一动作得分及时填入记录表内，计算核对无误后，应立即通知报告员、公告员将成绩公布。最后将总分计算出来。

五、检录员职责

检录员应在比赛前召集运动员点名，宣布比赛顺序和注意事项，并带领运动员入场和退场。

六、公告员职责

公告员在比赛前应将每一运动员比赛动作的顺序号数和姿势，公布于公布栏，使运动员和裁判员都能看到。

第二章 比赛通则

第三条 准备设备

所有跳水设备，应在比赛前有一定的时间供运动员练习。没有进行比赛时，这些设备应开放供运动员练习。

第四条 参加办法

一、比赛前三天，抽签决定运动员分

组比赛顺序。

二、运动员跳水动作，应包括本规则的规定动作和自选动作。

注：1. 比赛动作分组详见第三章第八条。

2. 所有比赛动作，须在本规则附表各组中选出，号数不得相同。

三、运动员应在比赛前三天，将动作说明书一式四份，用钢笔或复写仔细填写清楚送交大会，否则不许参加比赛。运动员应在说明书上签名。动作说明书必须按下列内容填写：

1. 各组别的每一个跳水动作号码、名称要按本规则动作难度表填写。

2. 跳台、跳板跳水要填写起跳方式（跑动、立定或臂立）。

3. 跳水的三种姿势：直体，屈体，抱膝。

4. 说明跳板、跳台高度。

5. 动作难度。

注：比赛前 24 小时允许更改动作。

四、规定动作不得作为自选动作，有难度系数限制的自选动作，不得作为无难度系数限制的自选动作，动作号数相同的作为同一动作。

第五条 比赛办法

一、如在一次比赛中的跳水动作总数过多，可将跳水动作分成若干组进行比赛，可分段完成不同组动作，使每个组的跳水动作不超过二百一十个，所有比赛各组中的动作应连续完成（但每一不同组的动作可以在不同的比赛场次完成），然后整理出所有成绩，确定参加决赛名单或名次。

由于意外情况不能继续比赛，经大会批准可推迟一部分比赛。延期前各场比赛的成绩，在延期举行的比赛中仍然有效。

二、每次跳水前，应使运动员有足够时间做好准备。运动员在跳板或跳台上做好准备站好后，报告员开始报告。

注：跳板跳水比赛中，运动员可挑选跑动或立定的起跳方式，事先不必声明，但裁判员要记住起跳的高度和起跳方式。

三、运动员如无意外情况，而故意不跳水时，该动作给 0 分。比赛中如运动员因意外情况不能继续参加比赛时，教练员应向裁判长说明。

四、运动员应独立完成每个跳水动作，不得借助他人的帮助，否则判该动作失败。但在比赛中的动作之间可进行指导。

第三章 比赛规定

第六条 评分原则

一、比赛结束，得分最多的运动员为优胜。如有二人或二人以上得分相等，则名次并列。

二、裁判员按下列标准评分：每一动作自 0 分起至 10 分止，并可用 0.5 分评给。

失败..... 0 分

不好..... 0.5—2 分

普通..... 2.5—4.5 分

较好..... 5—6 分

很好..... 6.5—8 分

最好..... 8.5—10 分

三、评分应从运动员站好准备姿势之

后开始，根据下列动作好坏评分：

- (一) 助跑 (二) 起跳
(三) 空中技巧及姿势 (四) 入水

四、如裁判长肯定运动员所做的动作与报告动作明显不符，判为失败。运动员在同一项目比赛中，动作号数不得相同。运动员跳水姿势与报告的姿势明显不符时，这个动作应判为“不好”，最多只能给 2 分。如果运动员十分明显地用另一种姿势完成跳水动作，裁判长在发出举分信号前，要重复宣布一次动作名称，并宣布这一动作最多只能给 2 分。所完成的动作如部份姿势不符合所宣布的动作姿势，裁判员根据自己的意见最多给 4.5 分。运动员如发生意外情况，裁判长有权让其重跳。运动员所做动作的号数与报告不符时，裁判长虽未宣布为“失败”，裁判员也可给 0 分。

第七条 跳水动作的评分原则

跳水比赛时，所有动作应符合下列原则，裁判员必须根据这些原则进行评分。

一、运动员可用任何动作走上跳板或跳台。在起跳前不得在跳板上弹跳。

二、立定跳水起跳时，运动员应站在跳板（台）前端，头部与身体挺直，两脚并拢，两臂伸直在体侧或上举。运动员两臂一动就算动作开始，如未做好正确的开始姿势，每一裁判要酌情扣 1—3 分（裁判员在给立定起跳评分时，要考虑到当用跑动起跳时应有的高度和标准）。

面对板跳水起跳时，双足稍离跳板不作为弹跳，只作为无意动作，但裁判员可酌情扣分。

三、跑动跳水的开始姿势，应自运动员准备迈出第一步开始跑动时算起。助跑路线要直，身体姿势应协调、平稳而果

断，跑动跳水的助跑，包括单足（只限于跳台）或双足起跳，不得少于四步（包括起跳在内），不足四步的，由裁判长在每一裁判员的给分内扣除 2 分。

跑动跳水时不得在中途停顿，如若在最后起跳之前，在同一点做两次跳起作两次起跳，裁判长应宣布为失败。

四、臂立跳水时，应全身伸直，成臂立姿势。如不能保持稳定平衡，裁判员应扣 1—3 分。如第一次臂立不成功，裁判长应宣布在每一裁判员的给分中扣 2 分。臂立第二次不成功，裁判长宣布该动作失败。

立定跳水时，如做两次摆臂动作，或在跑动跳水中，跑动迈出一步又退回重做时，可按臂立跳水的同样方法给予评分。

如比赛时遇大风，裁判长可允许全体运动员重做立定起跳或臂立动作，并不扣

分，有可能时应在比赛前宣布。

跳水时，身体触及板（台）端或跳在板（台）的两侧，无论跳水姿势如何正确，都应认为离板（台）太近，裁判员应酌情扣分。

五、起跳应勇敢、果断、平稳、有信心、有适当的高度。跳板上的跑动跳水必须双足同时离开跳板，否则判动作失败，但跳台跳水可以单足起跳。立定跳水不得在板上跳跃或利用跳板反弹力量起跳。

六、起跳在空中时，身体可成直体、屈体，或抱膝三种姿势。

第一种：直体——膝部、髋部不得弯曲，两腿要并拢伸直，脚尖绷直。

第二种：屈体——髋部弯曲，两腿及两脚须并拢伸直，脚尖绷直。

第三种：抱膝——整个身体自然全屈，双膝并拢，脚尖绷直，两手抱住两腿