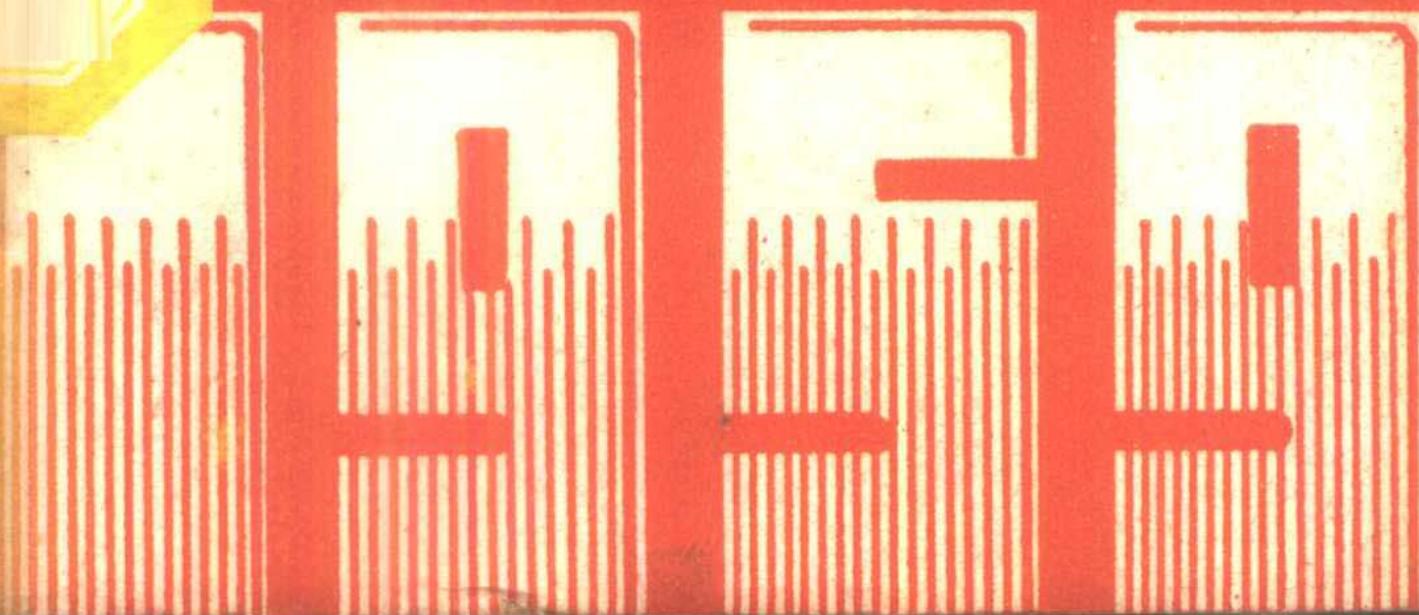


# 技巧运动規則

---

中华人民共和国体育运动委员会審定



统一书号：7015·877

## 技巧运动规则

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

北京体育路

(北京市书刊出版业营业登记证出字第 049 号)

冶金工业出版社印刷厂印刷

新华书店发行

\*

850×1168 1/32 350字 印张 2  $\frac{60}{64}$

1957年8月第1版

1959年2月第2版

1959年2月第4次印刷

印数：35,001-50,000册

定价〔7〕0.32元

# 目 錄

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 第一章 裁判員及其取責     | 1   |
| 第二章 競賽通則及評分方法   | 6   |
| 第三章 自選動作的編排與評分  | 29  |
| 第四章 場地設備        | 38  |
| 自選動作難度分類表       | 45  |
| 一、自由體操          | 45  |
| 二、單人動作          | 72  |
| 三、混合雙人動作（男子和女子） | 79  |
| 四、雙人用力動作（男子）    | 122 |
| 五、團體動作（男子）      | 164 |

# 第一章 裁判員及其職責

## 第一條 裁判員人數

1. 總裁判：1 人。
2. 副總裁判：1—2 人。
3. 裁判長：每組 1 人。
4. 裁判員，每組 3—8 人（根據項目確定）。
5. 記錄長：1 人。
6. 記錄員、計算員，每組 1—2 人，總記錄處 2—4 人。
7. 檢錄員：1—2 人。
8. 報告員：1—2 人。
9. 管理員：1—2 人。
10. 醫生及護士：若干人。

## 第二條 裁判員職責

裁判員在大会領導下進行工作 其職責如下：

## 一、总裁判

(一) 根据规则精神，解决比赛中的有关问题，并可决定在规则中未详尽或没有明文规定的問題，但不能修改规则。

(二) 遇裁判员的评分意见不能取得一致时，可作最后决定。

(三) 如遇裁判员不称职或发生严重错误时应建议大会作适当处理，在必要时可停止其裁判职务。

(四) 运动员有不正当行为时可取消其比赛资格。

(五) 运动员在比赛中如有犯规情形时，可取消其录取资格。

(六) 各项成绩须经总裁判审核签名后，交记录组登记，然后交宣告员公布。

(七) 随时收集材料作好总结工作的准备并在竞赛后五天內交出竞赛总结。

## 二、副总裁判

(一) 副总裁判协助总裁判领导一切裁判工作。遇总裁判缺席时，由副总裁判中一人代

理其工作。

(二) 副總裁判負責領導大會編排、場地布置及記錄成績等工作。

### 三、裁判長

(一) 根據競賽規則和總裁判的指示領導裁判組的工作。

(二) 領導本裁判組對單獨動作和整套動作確定統一的評分標準，必要時可向教練員和領隊解釋評分的標準。

(三) 領導本組裁判員進行自選動作的預先評分及競賽時的裁判工作。

(四) 掌握自己所擔任的這一項目的競賽順序，注意運動員的紀律。

(五) 檢查場地布置情況，準備裁判所必需的材料及用具。

(六) 做完動作後，裁判長給示分信號，但是裁判長無權就給分問題下什麼指示，也無權就給分問題召集會議。

(七) 評分當中出現規則上不允許的差別時，負責召集裁判組進行磋商，如不能解決，

即请示总裁判。

#### 四、裁判员

(一) 根据竞赛规则评定运动员所做动作的分数。

(二) 在评定规定动作和自选动作时，裁判员应对规定动作中漏做和附加动作；对自选动作中的编排缺点（按动作难度，整套动作的结构），以及完成的好坏，独立确定减分的多寡。

(三) 在竞赛过程中，裁判员不应当向运动员、教练员和领队宣布评分。

(四) 裁判员必须同时示分，而且要使裁判长首先看到，然后使运动员和观众看到。

#### 五、记录长和记录员

甲、记录长：组织记录处的工作，并负记录处的全部责任。

(1) 审查运动员的报名单。

(2) 准备竞赛时所需的记录表格，审查成绩，计算得分及名次的工作。

(3) 负责检查记录员记的分数与裁判员

的評分是否一致。

(4) 准备運動員等級証明書。

乙、記錄員 要按照記錄長的指示進行工作。

#### 六、檢錄員

檢錄員要及時的把運動員排列好，領導各隊的行動，注意秩序和紀律，不允許穿著不整潔的運動員和教練員到競賽地點去。

七、報告員，報告競賽程序和競賽成績，摘錄報告競賽規則和規程，報告的內容一定要得到總裁判的許可。

#### 八、管理員

負責准备及管理競賽時的場地和用具（包括准备活動，更衣室及休息室）。

#### 九、醫生及護士

(一) 檢查運動員的體格檢查表，並確定他能否參加競賽。

(二) 在競賽過程中對運動員進行醫務監督。

(三) 運動員生病或受傷時，進行醫療檢

查，并确定他是否能繼續參加競賽。

（四）在舉行競賽時，注意是否遵守衛生要求。

（五）在競賽會終了後，要把競賽會的醫療，衛生情況做成報告，連同結論和建議，向舉辦競賽會的單位提出。

### **第三條 裁判員服裝**

裁判員應穿着統一的服裝，並佩帶標明職稱的標志。

## **第二章 競賽通則及評分方法**

### **第四條 競賽性質**

一、個人競賽：以個人為競賽單位，成績算是個人的，並在競賽會中確定其名次。

二、成隊競賽：以隊為競賽單位，成績算是全隊的，並在競賽會上確定其名次。

三、個人與成隊競賽：運動員的成績算是個人的，也算是全隊的，並在競賽會中確定其名次。

注：競賽性質由競賽規程規定。

## **第五條 競賽項目**

- 一、單人動作：男子，女子。
- 二、男子雙人動作。
- 三、女子雙人動作。
- 四、男女混合雙人動作。
- 五、因體動作：男子三人或四人。

注：每個競賽的參加者，除了參加自己所選擇的項目之外，必須做自由體操。

## **第六條 競賽種類**

技巧競賽分為有分類等級的和無分類等級的兩種：

一、有分類等級競賽會，舉行時必須符合國家所公布的等級規定動作和競賽規則。

二、無分類等級競賽會，項目和內容由競賽規程決定。

## **第七條 運動員的年齡分組**

一、按年齡分組應訂17周歲以下為少年組，17周歲以上為成年組。

二、雙人或團體動作的參加者，必須是同一個年齡組的運動員。

三、少年組的運動員不允許參加成年組的競賽，但在特殊情況下，如果有醫生、教練員和地方體委的同意可以和成年人一起競賽，但是在此種情況下，他們沒有權利同時參加少年組的競賽。

### **第八條 運動員的服裝**

一、男子：背心、褲叉（或體操褲）和體操鞋（或技巧運動用的靴子）。

二、女子：體操服和體操鞋。

注：參加各項競賽時可以赤腳。

三、運動員的服裝須合身整潔。

四、同一隊的運動員，須穿着統一的服裝，佩戴統一的標志。

### **第九條 舉行競賽會的規定和條件**

一、競賽的時間：運動員一天不超過四小時的競賽，在規定動作和自選動作比賽之間應有休息時間，每一項目應先競賽規定動作，再競賽自選動作。

二、各隊出場參加競賽的先后次序應在競賽前抽籤決定，或由大會預先排定。

三、各单位運動員出场的次序，由各单位自行决定，但竞赛时应将名单交记录处登記。

四、試用场地和器械：至迟应于竞赛前一天讓運動員試用竞赛时所使用的场地和器械（在試用场地和器械时，裁判組可实习評分），在个别情况下，可在竞赛过程中試用场地。

五、成队竞赛每人只可参加一个項目和一个級別，个人竞赛可以参加几个項目，但必須是同一級別。

六、双人和团体的竞赛，均为队的竞赛。因此，在一个項目中運動員只能参加一个队出场竞赛（例如在男子双人用力項目中，甲和乙两人組成一队，則在該項竞赛中，甲和乙不得再和其他人組成另一队）。

七、在竞赛开始前有准备活动时间，同时在每套动作开始前也可有3—5分鐘的准备活动和試用场地时间。

#### **第十条 意见**

对比赛进行中所发生的问题，如有意见，須于事情发生后一小时内通过本单位的領队或

教練，用書面向大會或總裁判提出，如不按时提出，可不受理。

### **第十一條 重做**

1. 規定動作，除自由體操外，如果運動員不滿意第一次的試做，在示分前，他可以舉手請求做第二次，以重做的評分為最後成績。

2. 自選動作，在每個項目中只有一次試做機會。

### **第十二條 入場和退場**

一、做各項練習時，運動員轉為“立正”姿勢即開始評分。

二、運動員做完動作後，採取便利的方向面向裁判長“立正”站定以後，評分即結束。

### **第十三條 音樂伴奏**

自由體操的規定和自選動作必須要有音樂伴奏，否則減去1分（一般競賽，有無音樂伴奏由規程規定）。

### **第十四條 改變方向**

各項規定動作中的每一個動作，可以向任何一側做，也可以從任何一隻手或腳開始，但

不得改变动作的性质、形式及其对称，并以不影响整套动作的顺序和连贯性为原则。

### 第十五条

一、做用上一步来结束的动作时，可以向运动的方向迈一步。

二、做跳下和复杂的翻腾动作时，在得到裁判长的许可后，可再加一层垫子。

### 第十六条 评分

一、竞赛时裁判组以分数来评定所完成的动作。规定动作和自选动作的最高评分为10分。

二、运动员做完动作后，裁判员根据运动员在动作中所犯的错误以及其一般印象，在自选动作中还要根据整套动作在编排上，结构上的缺点确定给分多少，并公开示分。

三、完成动作时的错误：一切与正确完成单独动作、联合动作，和整套动作有出入的地方，都算完成动作时的错误，根据其出入的大小，按下面的标准进行减分。

轻微错误：与正确完成动作的出入不大或

非本質的出入，減 0.1 或 0.2 分。

顯著錯誤：與正確完成動作的出入很大，減 0.4 或 0.6 分。

嚴重錯誤：完成的動作大大走了樣，包括近似沒有完成單獨動作，僅保持了該動作的基本輪廓，減 0.8 或 1 分。

所謂沒有完成動作是指動作走了樣，因之成了另一個動作，或者不能確定究竟成了什麼動作。

四、給分時，要將一切有損於印象（就整個動作的完成情況來說）的錯誤計算進去，這些錯誤分為：

輕微錯誤：不夠輕鬆、準確、缺乏信心、表情、節奏感不夠。

顯著錯誤：沒有信心、不準確、緊張、拘束。

嚴重錯誤：完成的草率、形成不良印象。

五、進行雙人和團體動作的評分時，須先評定每個運動員所做動作的分數。每個運動員的最後得分相加總和就是該隊的分數。

## 第十七条 評分程序

### 一、各項裁判員的人數

1. 自由體操和單人動作：應有 3—4 名裁判員，及一名裁判長。

2. 雙人動作和混合雙人動作：應有 4 名裁判員（每兩個裁判員看一個運動員）及一名裁判長。

3. 團體動作：應有 6—8 名裁判員（每兩個裁判員看一個運動員）及一名裁判長。

二、運動員做完動作後，裁判長發出“示分”的信號，各裁判員即示出所評的分數。

注：在雙人和團體動作比賽時先由看上面人的裁判示分，再由看中間人的裁判示分，最後由看下面人的裁判示分。

### 三、最後得分的確定

（一）四個裁判：將頭尾兩個分數去掉，從中間兩個分數取其平均分數。

（二）三個或五個裁判：將頭尾的分數去掉，取其中間數。

（三）兩個裁判：取其平均分數。

裁判长根据裁判员所给的分数来确定最后分数，并立刻向运动员宣布。

四、最后得分为8分或高于8分者其相差数不应多于0.5分，最后得分在8分以下者其相差数不得超过1分。

确定相差数的办法是：两个裁判员时，看两个分数之差；四个裁判员时，看两个中间分数的差别；三个裁判员时看相近的两个分数的差别；五个裁判员时，将最高和最低的两个分数去掉，按三个裁判的办法处理。

## 第十八条 名次评定

一、各项的名次是由各该项规定动作和自选动作的得分，加上自由体操规定动作和自选动作的得分来确定，分数最多者为第一名，次多者为第二名，余类推。

二、成队总分：该单位各项成绩较优的前若干名运动员（名额根据竞赛会的规模确定，由竞赛规程规定）得分的总和为该团体的总分，分数最多者为第一名，次多者为第二名，余类推。