

1973



武术竞赛规则

中华人民共和国体育运动委员会审定

武术竞赛规则

1.0.7.3

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

地质印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

1959年7月第1版 1960年5月第2版

1974年7月第4次印刷

印数：147,001—193,000册

统一书号：7015·1063 定价：0.23

60169/5

前 言

在毛主席革命体育路线指引下，我国社会主义体育事业蓬勃发展。广大人民群众响应毛主席“**发展体育运动，增强人民体质**”的伟大号召，积极为革命锻炼身体，群众性体育活动日益普及，运动技术水平不断提高。体育在社会主义革命和社会主义建设事业中发挥了积极作用。为了适应体育运动发展的需要，我们出版了各项运动竞赛规则。

在体育竞赛活动中，要坚持无产阶级政治挂帅，加强思想政治路线教育，认真贯彻执行“**友谊第一，比赛第二**”的方针，反对锦标主义，不断提高运动员、体育工作者执行毛主席革命体育路线的自觉

性，树立社会主义新风尚，使体育运动更好地为无产阶级政治服务，为工农兵服务，为社会主义建设服务，为国防建设服务，为建立和发展各国人民之间的友谊、支持世界各国人民的革命斗争服务。

组织一般竞赛活动时，对于规则中的某些规定（如场地、器材等），可因地制宜，灵活执行。

对于规则中的缺点和不足之处，希望大家在实践过程中提出修改意见。

目 录

第一章	竞赛通则及评分方法	1
第 一 条	竞赛性质和种类	1
第 二 条	竞赛项目	1
第 三 条	竞赛规程	2
第 四 条	运动员服装	2
第 五 条	对裁判工作提意见	2
第 六 条	名次评定	2
第 七 条	评分	4
第 八 条	进场与退场	6
第 九 条	没有完成套路	6
第 十 条	重做	6
第 十 一 条	遗忘	7
第 十 二 条	跌倒和器械脱手	7
第 十 三 条	动作数量不够	7
第 十 四 条	套路编排方面的错误	8
第 十 五 条	完成套路的时间	8
第 十 六 条	各项动作的评分标准	9

第二章 自选套路的有关规定	16
第十七条 主要内容和组别的规定	16
第三章 裁判人员及其职责	20
第十八条 裁判人员的组成	20
第十九条 裁判人员的职责	21
第二十条 裁判员的服装	25
第四章 场地设备及器械规格	25
第二十一条 场地	25
第二十二条 长器械的规格	26
第二十三条 短器械的规格	26
第五章 各项动作的组别	
及基本要求	27
一、长拳	27
二、太极拳	68
三、南拳	84
四、剑术	105
五、刀术	118
六、枪术	138
七、棍术	155

第一章

竞赛通则及评分方法

第一条 竞赛性质和种类

一、竞赛性质由竞赛规程规定。

二、竞赛种类：

（一）个人竞赛。

（二）团体竞赛。

（三）个人及团体竞赛。

第二条 竞赛项目

一、长拳（包括规定套路）。

二、太极拳。

三、南拳。

四、剑术（包括规定套路）。

五、刀术（包括规定套路）。

六、枪术（包括规定套路）。

七、棍术（包括规定套路）。

八、其他拳术、器械和对练套路，在未订出评分标准之前，一律作为表演项目。

第三条 竞赛规程

竞赛规程包括：竞赛会的目的和任务；举办单位；竞赛性质、项目、内容和参加人数；名次的评定和奖励办法；竞赛的时间和地点；运动员的年龄分组、比赛套路的编排表及报名单的递交日期。

第四条 运动员服装

在比赛时，运动员应穿运动服或具有民族形式的表演服和运动鞋。

第五条 对裁判工作提意见

对比赛进行中出现的问题有意见，应通过本单位的领队或教练员向大会或总裁判提出。

第六条 名次评定

一、个人单项名次：按得分的多少进行评定，得分最多者为该单项的第一名，次多者为第二名，余类推。

二、个人全能名次：按各单项得分总和的多少进行评定，得分最多者为全能第一名，次多者为第二名，余类推。

三、团体名次：根据竞赛规程关于团体名次的确定办法进行评定。

四、得分相等的处理：两个或两个以上运动员或单位得分相等、而规程中又没有说明时，按下列办法处理：

（一）个人单项得分相等时，以其他各项得分总和较多者居前；如仍相等，则以其他各单项中获得第一名较多者居前；如再相等，则以获得第二名较多者居前；余类推。

（二）个人全能得分相等时，以获得单项第一名较多者居前；如仍相等，则以

获得第二名较多者居前；余类推。

(三) 团体总分相等时，以该单位获得单项第一名较多者居前；如仍相等，则以获得第二名较多者居前；余类推。

第七条 评分

一、竞赛时，裁判员根据运动员完成套路动作的优劣情况评定分数，并公开示分。任何套路的最高得分都是10分。

二、在自选套路比赛中，运动员如创造了突破历届武术竞赛难度的新颖动作时，裁判长应按规定给以加分。

三、评分程序：

(一) 运动员做完整套动作，待裁判长发出示分信号后，各裁判员应同时举示所评定的分数。

(二) 裁判长应把运动员的最后得分向观众和运动员宣布。

四、最后得分的确定；

(一) 四个裁判员示分时，将其中最高和最低的两个分数去掉，取中间两个分数的平均数为最后得分。

(二) 五个裁判员示分时，将其中最高和最低的两个分数去掉，取中间三个分数的平均数为最后得分。

五、裁判员有效示分的最高分和最低分之间的差数不得超过1分。如果有效分之间出现不允许的差数时，则按下列原则调整：

(一) 四个裁判员示分时，两个有效分出现了不允许的差数，则将其中任何一个分数向另一个分数靠拢，使其达到允许的差数范围之内。

(二) 三个有效分出现了不允许的差数时，则将其中差距最大的一个分数向其他两个相接近的分数靠拢，使其达到允许的差数范围之内。

(三) 三个有效分彼此间都出现不允许的差数时，则应将较高分和较低分向居中的分数靠拢，分别将其增、减到允许的差数范围之内。

第八条 进场与退场

一、在临场比赛时，运动员听到点名后，应立即进场，成立正姿势，面向裁判长。待裁判长示意后，即可转向起势位置开始动作。

二、运动员做完动作，应转向裁判长，成立正姿势，然后退场。

第九条 没有完成套路

不论拳术和器械套路，凡没有完成整套动作而中途退场者，不予评分。

第十条 重做

一、运动员如被地毯的边缘绊倒或被风沙迷眼，以及其他客观原因而使表演中断者，经裁判长许可后，可以重做一次，

不予减分。

二、如因动作漏做、遗忘，或因方法不当致使器械损坏，造成表演中断者，可向裁判长申请重做一次，但应扣1分（此分由裁判长扣除）。如重做又出现动作中断，做不下去者，不予评分。

第十一条 遗忘

运动员在完成套路动作过程中，如出现遗忘现象，但仍能继续做下去者，每遗忘一次扣0.3分到0.5分。

第十二条 跌倒和器械脱手

运动员动作失误，造成倒地或器械脱手，此情况每出现一次扣0.5分。

第十三条 动作数量不够

任何比赛套路，动作数量少于规则或规程规定的数量，应予扣分。少一个跳跃、平衡、腿法动作，扣0.5分；少一个规定的手型、步型或规定的一般动作，扣0.3

分。

第十四条 套路编排方面的错误

一、布局不当，结构松弛者，扣 0.1 分到 0.3 分；由于一趟动作过长而出场地者，扣 0.1 分到 0.3 分。

二、整个套路缺少起势或收势，或起势与收势远离场地中线的，扣 0.2 分。

第十五条 完成套路的时间

一、长拳：一分二十秒到二分。

二、长、短器械：一分二十秒到二分三十秒。

三、太极拳：五分钟到六分钟（到五分钟时，裁判长应鸣笛示意）。

四、南拳：一分三十秒到二分三十秒。

五、运动员在完成套路时超过或不足规定时间一秒者，扣 0.1 分；超过或不足二秒者，扣 0.2 分；余类推。

第十六条 各项动作的评分标准

一、长拳的评分标准

(一) 功架的评分 (该类分值为 3 分)：在比赛中，拳、掌、钩手三种主要手型，弓步、马步、仆步、歇步、虚步五种主要步型，和手法、腿法、步法与动作要求不符合者，应予扣分。每出现一次手型、步型、手法、腿法、步法等方面的错误，扣 0.1 分到 0.2 分；在同一动作中连续出现三次以上错误，扣 0.3 分。

(二) 平衡、跳跃、翻腾的评分 (该类分值为 2 分)：跳跃不腾空，空中造型不正确，跳跃幅度、远度不符合要求，落地不稳定，击响不准确、不响亮，平衡动作不稳，平衡动作时间不够两秒，平衡造型不正确，应予扣分。每出现一次上述错

注：各类的扣分总数都不得超过该类的分值。

误，扣 0.1 分到 0.2 分；出现一次附加支撑或失败一个动作，扣 0.2 分到 0.5 分。

（三）劲力的评分（该类分值为 2 分）：劲力不足，用力不顺，力点不准，应予扣分。每出现一次上述错误，扣 0.1 分到 0.2 分。

（四）协调、精神、节奏、方法、武术风格等方面的评分（该类分值为 2 分）：方法不准确，精神不贯注，动静不分明，风格不突出，应予扣分。出现一种上述情况，扣 0.1 到 0.4 分。

（五）套路结构的评分（该类分值为 0.3 分）：布局不当，结构松弛或出现没有上肢拳术动作配合的奔跑，扣 0.1 分到 0.3 分。

（六）出色地完成难度动作和创新难度动作的评分（该类分值为 0.7 分）：

1. 完成套路结构和难度动作（跳跃、

翻腾、平衡等)时,表现了出色的技术,分别给予0.1到0.4的加分。

2. 运动员在自选套路中,突破了历届武术竞赛中的难度,而出现了新颖的难度动作,应给予0.1到0.3的鼓励分(新颖的难度动作必须事先注明)。

二、太极拳的评分标准

(一) 特点突出,连贯圆活(该类分值为2分)。

(二) 姿势正确,虚实分明(该类分值为2分)。

(三) 精神贯注,意识集中(该类分值为2分)。

(四) 上下相随,轻灵沉着(该类分值为2分)。

(五) 速度均匀,呼吸自然——具有发劲、跳跃内容的套路,要求刚柔相济,发劲适当(该类分值为2分)。