

406299

1973

70472

70322.2

成都工学院图书馆

基本馆藏



472
322.2

摔跤竞赛规则

中华人民共和国体育运动委员会审定

前 言

在毛主席“发展体育运动，增强人民体质”的革命体育路线指引下，我国社会主义体育事业蓬勃发展，在群众体育运动普及的基础上，运动技术水平迅速提高。为进一步推动体育运动的发展，我们将陆续出版一些运动项目的竞赛规则。

各地在运用规则时，要坚持无产阶级政治挂帅，认真贯彻执行“友谊第一，比赛第二”的方针，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，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和要求（如场地、器材等），可从实际情况出发，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 竞赛的一般规定

第一条	竞赛办法	1
第二条	竞赛制度	1
第三条	年龄分组及体重级别	1
第四条	称量体重	3
第五条	比赛场数	5
第六条	竞赛通则	5

第二章 裁判方法

第七条	得分标准	7
第八条	进攻有效与无效	8
第九条	犯规	9
第十条	消极逃避	11
第十一条	罚则	12
第十二条	运动员受伤的处理	13

第三章 计分方法和评定胜负

- 第十三条 计分方法.....14
- 第十四条 评定胜负.....16
- 第十五条 确定名次（循环制比赛）.....16

第四章 裁判人员及其职责

- 第十六条 裁判员和工作人员的人数.....19
- 第十七条 裁判人员的职责.....20

第五章 裁判的分工与手势

- 第十八条 裁判分工.....26
- 第十九条 裁判手势.....27

第六章 比赛场地及摔跤服装

- 第二十条 比赛场地.....31
- 第二十一条 摔跤服装.....32

第一章 竞赛的一般规定

第一条 竞赛办法

一、个人竞赛：以个人在所属的级别内参加竞赛时所得的成绩，确定个人名次。

二、团体竞赛：以每个团体所有被录取名次的运动员的成绩总和，确定团体名次。

第二条 竞赛制度

摔跤竞赛制度有循环制和淘汰制两种。

第三条 年龄分组及体重级别

一、年龄分组：根据运动员的年龄，分为青年组和成年组分别进行比赛。

青年组：十五周岁至十八周岁。

成年组：十八周岁以上。

二、体重级别：

（一）青年组按体重分为五级：

1. 最轻级——体重49公斤至53公斤。

2. 次轻级——体重53公斤以上至58公斤。

3. 轻量级——体重58公斤以上至64公斤。

4. 中量级——体重64公斤以上至71公斤。

5. 重量级——体重71公斤以上。

（二）成年组按体重分为八级：

1. 次最轻级——体重不超过52公斤。

2. 最轻级——体重52公斤以上至57公斤。

3. 次轻级——体重57公斤以上至63

公斤。

4. 轻量级——体重 63 公斤以上至 70 公斤。

5. 次中级——体重 70 公斤以上至 78 公斤。

6. 中量级——体重 78 公斤以上至 87 公斤。

7. 次重级——体重 87 公斤以上至 97 公斤。

8. 重量级——体重 97 公斤以上。

第四条 称量体重

一、运动员须在比赛开始前两小时向称量体重组报到，并称量体重（如下午两点比赛，则在十二点开始称量）。此项工作在一小时内完成，逾时者作为弃权论。

二、称量体重时，由裁判员一至二人、记录员一人和医生一人组成称量体重组，进行该项工作。

三、运动员称量体重时，可穿短裤，也可赤身。

四、每一运动员只能称量一次体重。如超过或少于原报名的体重级别时，可在称量体重时间内再进行称量。

五、运动员经过一场或一场以上比赛后，如体重低于原属级别时，仍可在原级别内继续比赛；如超过原属级别，并在规定的称量时间内降低不到原属级别时，则按该场弃权论。

六、连续进行两天以上的比赛，运动员在每天比赛前都要称量一次体重。

注：①上、下午均有比赛，只在上午赛前称量，如体重超过原属级别，上午的比赛则作为弃权论，下午的比赛可重新称量体重。如只在下午进行比赛，则在下午赛前称量体重。

②基层比赛可在赛前两小时称量体重（称量一次），确定级别，以后的比赛可不再称量体重。

第五条 比赛场数

运动员在一天之内的比赛，一般不要超过两场；如遇特殊情况，可以比赛三场，但场与场之间至少应有十五分钟的休息时间。

第六条 竞赛通则

一、比赛礼节：比赛开始前和比赛结束后，双方运动员要互相握手，并与主裁判握手。

二、比赛局数和时间：

1. 每场比赛三局，每局三分钟（基层及青年组的比赛，每局两分钟），局与局中间休息一分钟。

2. 在比赛时间内，一切暂停时间（如比赛中间裁判员叫“停”、或宣告某方得分、判罚等情况）均应扣除。

3. 在比赛进行中，因特殊情况由裁判员宣布中止比赛时，双方的比分和已赛

过的时间，应予保留，以便继续进行该场比赛。

三、比赛中的信号：

1. 每局比赛，均由裁判员发令开始。
2. 每局结束，均由计时员鸣锣通知。
3. 在比赛进行中，裁判员发出“停”的口令时，双方运动员应立即停止比赛。

四、比赛服装：

1. 运动员必须穿摔跤衣、长裤和软底胶鞋参加比赛。

2. 运动员在上场前，须将摔跤衣穿好，腰带扎牢（腰带结扎法：由腹前绕至背后，再绕回腹前打好扁结，松紧要适度，以手能插入为宜）。

五、比赛中的规定：

1. 每局比赛结束时，运动员应到指定的地点休息，不得擅自离场。全场比赛结束后，须待主裁判宣布胜负结果后，方

可离场。

2. 每局比赛结束后，允许本队教练员一人到运动员休息的地点进行指导；但在比赛进行中，教练员不得向运动员进行指导。

3. 比赛进行中，双方运动员的教练员应坐在指定位置，不得在场边走动。

4. 比赛进行中，教练员不得干涉裁判工作；如有意见，可通过领队向裁判组提出。

第二章 裁判方法

第七条 得分标准

在比赛中，一方运动员被摔倒时，根据运动员不同的倒地情况，分别判对方得2分、1分或互不得分。

一、得 2 分：将对方摔倒使之躯干（肩、背、臀、胸、腹、胯及头）着地，而自己仍保持站立者。

二、得 1 分：

1. 仅将对方摔至使其手、肘、膝部着地者。

2. 将对方摔倒后，自己随后也倒地者。

3. 双方同时倒地，但身体（躯干）在上者。

4. 比赛进行中，任何一方的手或膝部着地者，判对方得 1 分。

三、互不得分：双方同时倒地，分不出先后或上下者，判互不得分。

第八条 进攻有效与无效

一、运动员在场内使用方法将对方摔

注：被摔倒地的运动员不松手，有意拉带致使胜方失去平衡，仍判胜方得 2 分。

倒在场外者，判为进攻有效；

二、运动员在场内将对方摔倒，而后自己踏出边线或跌出边线者，仍判进攻有效；

三、运动员踏在边线上使用方法，称为场外进攻，判为无效；

四、运动员在场外将对方摔倒，判进攻无效；

五、运动员抓住对方的裤子使用方法，判进攻无效；

六、裁判员发出“停”的口令后，进攻无效。

第九条 犯规

注：①使用跪腿摔（俗名小得合）将对方摔倒，可根据使用方法者保持身体重心的平衡情况，判得2分或1分。

②使用跪腿摔未成功（使用次数不限），使用方法者膝盖虽然着地，但能迅速起立者，不判对方得分。

一、侵人犯规：

1. 使用反关节（擒拿方法）者；
2. 以手、肘、膝撞击对方或抓对方裆部者；
3. 有意用脚踢对方企图伤害对方者；
4. 已将对方摔倒，还故意压砸对方者；
5. 有意识地用头部顶住对方者；
6. 用肩部将对方扛起（对方已失去控制能力），并把对方头部朝下直摔下去者。

二、技术犯规：

1. 裁判员未发“开始”的口令或已发出“停”的口令后而进攻对方者；
2. 比赛进行中，教练员在场外指导而影响比赛者；
3. 比赛进行中，无故自行停止比赛者；
4. 比赛进行中，一方运动员由于处

在不利情况下而要求暂停者（其动机是逃避战斗）。

第十条 消极逃避

在比赛中，运动员有下列表现者，裁判员可判其为消极逃避：

一、在比赛进行中，一直不让对方抓把，而自己又不抓握对方的把，并无进攻意图者；

二、在比赛进行中，不主动抓把，而被对方抓住后又多次逃脱，逃脱后仍不积极抢把、有意逃避战斗者；

三、在比赛进行中，长时间抓住对方的把，但不使用方法，故意拖延时间者；

四、在比赛进行中，一方双脚踏出边线者。

注：裁判员发现场上比赛运动员假摔时，可停止比赛，第一次先对双方运动员各警告一次；警告后无效，则取消双方该场比赛资格。

第十一条 罚则

一、在比赛前十分钟内，三次点名未到者，或在点名报到后，未经请假擅自离场，不能按时上场比赛者，则作该场弃权论。

二、凡犯有第九条“侵入犯规”之一者，根据情节轻重，分别给予劝告、警告或取消该场比赛资格。

三、凡犯有第九条“技术犯规”之一者，裁判员应及时给予劝告；如经劝告无效，则给予警告。

四、运动员有意犯规，致使对方受到伤害而不能继续参加比赛，裁判员可根据情节轻重，取消犯规运动员该场的比赛资格或全部比赛资格，并判该场比赛的对方

注：无意中轻微撞击对方，或踢腿稍高而无意伤害对方者，裁判员应提醒其注意，可不停止比赛。