

中国式摔跤竞赛规则



中华人民共和国体育运动委员会审定

中国式摔跤竞赛规则

1979

中华人民共和国体育运动委员会审定

人民体育出版社

中国式摔跤竞赛规则

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 $\frac{1}{64}$ 12 千字 印张 $\frac{48}{64}$

1965年 3 月第 1 版 1979 年 4 月第 4 版

1979 年 4 月第 5 次印刷

印数：96,201—116,200册

统一书号：7015•1733 定价 0.08 元

重 版 说 明

本书是《摔跤竞赛规则(1975)》的修订版本。这次修订时，对书的内容作了下列几点主要改动：

一、增加了体重级别。青年组和成年组均增至十级。

二、比赛场地和摔跤衣作了改进。场地由方形改为圆形；摔跤衣除增加花边外，腰带也有一部分固定在摔跤衣上。

三、对比赛时攻守动作要求、评分和犯规的判断等，都作了补充。

目 录

第一章 竞赛的一般规定	1
第一条 竞赛性质	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	8
第七条 得分标准	8
第八条 进攻有效与无效	9
第九条 犯规	11
第十条 消极	12
第十一条 罚则	14
第十二条 运动员受伤的处理	16
第三章 计分方法和评定胜负	17
第十三条 计分方法	17

第十四条	评定胜负·····	18
第十五条	确定名次(循环制比赛)·····	19
第四章	裁判人员及其职责 ·····	22
第十六条	裁判人员的人数·····	22
第十七条	裁判人员的职责·····	22
第五章	裁判员的分工与手势 ·····	28
第十八条	裁判员分工·····	28
第十九条	裁判员手势·····	29
第六章	比赛场地及摔跤服装 ·····	33
第二十条	比赛场地·····	33
第二十一条	摔跤衣·····	37
附表一	摔跤运动员称量体重记 录表·····	39
附表二	摔跤记分表·····	40
附表三	摔跤成绩记录表·····	41

第一章 竞赛的一般规定

第一条 竞赛性质

一、个人竞赛：以个人在其所属级别内竞赛所得的成绩，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。

三、个人及团体竞赛：先确定个人名次，然后再按团体竞赛方法确定团体名次。

第二条 竞赛制度

摔跤竞赛制度可采用单循环、分组循环、淘汰及两败淘汰等制度。

第三条 年龄分组及体重级别

一、年龄分组：在中国式摔跤竞赛

中，根据运动员的年龄分为青年组和成年组分别举行比赛。

青年组：15 周岁至 18 周岁。

成年组：18 周岁以上。

青年组运动员一般不参加成年组竞赛，如体质良好，并有训练基础者，经医生、教练员和举办单位同意后，亦可参加成年组竞赛。

二、体重级别：青年组及成年组，均按体重分十级。

(一) 青年组体重级别：

1. 46 公斤级；
2. 48 公斤级；
3. 51 公斤级；
4. 54 公斤级；
5. 58 公斤级；
6. 62 公斤级；
7. 68 公斤级；

8. 74 公斤级；
9. 82 公斤级；
10. 82 公斤以上级。

(二) 成年组体重级别：

1. 48 公斤级；
2. 52 公斤级；
3. 57 公斤级；
4. 62 公斤级；
5. 68 公斤级；
6. 74 公斤级；
7. 82 公斤级；
8. 90 公斤级；
9. 100 公斤级；
10. 100 公斤以上级。

注：凡提到××公斤则指不超过××公斤。
如成年组“100 公斤级”，指体重不超过 100 公斤，
超过者属 100 公斤以上级。

第四条 称量体重

一、运动员在比赛开始前二小时向称量体重组报到，进行称量（如下午二时比赛，则在十二时开始称量），并在一小时内称完，逾时作弃权论。

二、称量体重时，由裁判员一至二人、记录员一人、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，应赤身或穿短裤。

四、先由体重轻的级别开始，每人称量一次。如超过原报名级别重量时，则等各级运动员称量完，并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，如果体重低于原属级别时，仍可在原级别内继续比赛。如体重超过原属级别，并在规定称量时间内降低不到原属级别，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体重一次。

注：基层比赛时，可在赛前称量一次体重，确定级别，以后的比赛可不再称量。

第五条 比赛场数

运动员在一天之内的竞赛场数一般不超过两场，遇有特殊情况，则可以比赛三场，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，双方运动员互相握手，并与场上裁判员握手致意。

二、比赛局数和时间：

1. 每场比赛三局，每局三分钟（青年组和基层的比赛每局二分钟）。每局终了时休息一分钟。

2. 在比赛时间内，一切暂停时间（如

比赛中间场上裁判员叫“停”或宣告某方得分、判罚等情况)均应扣除。

3. 在比赛进行中,因特殊情况由场上裁判员发令中止比赛时,双方的比分和已用时间,均予保留,以便继续进行该场比赛。

三、比赛中的信号:

1. 每局比赛,均由场上裁判员发令开始。

2. 每局结束,均由计时员鸣哨或鸣锣通知。

3. 在比赛进行中,场上裁判员发出停止口令时,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、软底高靱胶鞋,并随身携带一块小手帕。

2. 运动员在上场前,必须穿好摔跤衣、扎牢腰带(腰带由腹前绕至背后,再

绕回腹前打扁结，松紧要适度，以手能插入为宜)，以免妨碍比赛。

五、比赛中的规定：

1. 每局比赛结束时，运动员应到指定地点休息，不得擅自离场。全场比赛结束后，须待场上裁判员宣布胜负结果后，方可离场。

2. 每局结束休息时，本单位的教练员和助手(不能超过二人)可以向运动员进行指导，但在比赛进行中不能进行指导。

3. 在比赛进行中，教练员和助手不得干涉裁判工作。如有意见，须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，先倒地者失分。一方被摔倒后，根据倒地的情况，判对方得 3 分、2 分、1 分或互不得分。

一、得 3 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(被摔倒地的运动员倒地后不松手，把对方拉倒，仍判胜方得 3 分)。

二、得 2 分：

(一) 把对方扛起，或抱腿把对方的臀部举过自己的胸部，并使之失去控制能力时，裁判员喊“停”，判进攻者得 2 分。

(二) 把对方摔倒使之躯干着地，自己

虽然站立，但用手撑扶对方者（手未与对方脱离接触）。

（三）使用跪腿摔将对方摔倒，并使之躯干着地者。

注：使用跑腿未成功时（使用次数不限），虽然使用方法者的膝盖着地，但能迅速起立者，不判对方得分。

三、得 1 分：

（一）将对方摔倒，仅使其手、肘、膝部着地者。

（二）将对方摔倒后，自己随后也倒地者。

（三）双方同时倒地，但躯干在上者。

（四）一方受到一次警告，判对方得 1 分。

四、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、在比赛区或消极区内使用方法将对方摔倒在保护区内，判进攻有效。

二、在比赛区或消极区内将对方摔倒在地后，自己踏入或跌入保护区，判进攻有效（对方倒地与进攻者踏入保护区同时发生，仍判进攻有效；摔倒对方以前进攻者踏入保护区，则判进攻无效）。

三、在使用方法过程中，进攻者在比赛区或消极区内，另一方踏入保护区而被摔倒，仍判进攻有效。

四、踩着对方的脚进攻，判进攻无效。

五、抓住对方裤子使用方法，判进攻无效。

六、裁判员发出“停”的口令后，进攻无效。

七、将对方摔倒在地与计时员鸣哨或鸣锣同时发生，判进攻有效；摔倒在地以

前(在空中)鸣哨或锣，判进攻无效。

第九条 犯规

一、侵人犯规：

(一) 使用反关节动作(擒拿方法)者；

(二) 以手、肘、膝、头撞击对方或抓对方裆部者；

(三) 用脚尖踢对方或用脚蹬踹对方者；

(四) 用脚踢、弹对方踝关节以上任何部位者；

(五) 按压对方眉、口之间的面部或咽喉部位者；

(六) 两手臂仅抱对方头、颈者；

(七) 已将对方摔倒，还故意压砸对方者；

(八) 将对方扛起后(对方已失去控制能力)，把对方头朝下，垂直摔下去，有意伤害对方者。