

1987



柔道竞赛规则

中华人民共和国体育运动委员会审定

柔道竞赛规则

(1987)

中华人民共和国体育运动委员会审定

人民体育出版社

柔道竞赛规则

(1987)

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

冶金工业出版社印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092 毫米 32开本1.5印张 23千字

1987年8月第1版 1987年8月第1次印刷

印数:1—6,000册

统一书号: 7015·2486 定价:0.40元

ISBN 7-5009-0008-2/G·9

出版说明

这本《柔道竞赛规则（1987）》，是在1983年版本的基础上，根据国际柔道联合会公布的最新国际比赛规则，并结合我国柔道运动的开展情况，重新制定的。现经国家体委审定，出版发行，供全国各地使用。

目 录

第 一 条	比赛场地	(1)
第 二 条	设备	(3)
第 三 条	比赛服装	(5)
第 四 条	有关卫生的规定	(6)
第 五 条	裁判员	(7)
第 六 条	主裁判的位置和职责	(8)
第 七 条	副裁判的位置和职责	(9)
第 八 条	裁判手势	(11)
第 九 条	比赛(场所、裁决和监督)	(14)
第 十 条	比赛场所(有效区域)	(14)
第 十 一 条	比赛时间	(15)
第 十 二 条	(比赛过程中)时间的扣除	(16)
第 十 三 条	时间信号	(16)
第 十 四 条	“压技”的时间	(16)
第 十 五 条	和比赛结束的时间信号同时使用的技术	(17)
第 十 六 条	比赛开始	(17)
第 十 七 条	向寝技转移	(18)
第 十 八 条	暂停比赛	(19)
第 十 九 条	原姿势暂停	(21)
第 二 十 条	比赛结束	(21)
第 二 十 一 条	一本	(23)

第二十二条	两次技有得一本·····	(25)
第二十三条	综合胜利·····	(25)
第二十四条	技有·····	(25)
第二十五条	有效·····	(26)
第二十六条	效果·····	(26)
第二十七条	压技开始·····	(27)
第二十八条	禁止事项·····	(29)
第二十九条	罚则·····	(33)
第三十条	不战获胜及弃权获胜·····	(34)
第三十一条	负伤、疾病或事故·····	(34)
第三十二条	本规则没有规定的情况·····	(36)
附录	柔道竞赛中裁判员的几种主要手势图···	(37)

第一条 比赛场地

比赛场地面积最小为 14×14 米，最大为 16×16 米（见比赛场地图）。比赛场地必须是用榻榻米或类似榻榻米的合适的材料铺设。颜色通常为绿色。

比赛场地分为两个区域。两个区域之间应有一个约1米宽，通常为红色的危险区。危险区与比赛场地四周平行，并构成整个比赛场地的一部分。

危险区以内并包括危险区称为比赛区，其面积最小为 9×9 米，最大为 10×10 米。危险区以外称为安全区，其宽度约3米（但不能小于2.5米）。

在比赛区中央相距4米应分别标出25厘米长、6厘米宽的红色和白色标志，指出比赛者在比赛开始和比赛结束时的位置。红色标志应在主裁判右侧，白色标志应在主裁判左侧。

当使用两个或两个以上相邻的比赛场地时，允许在两个场地之间共用一个不小于3米的安全区。

比赛场地必须设在有弹性的地板或台上。

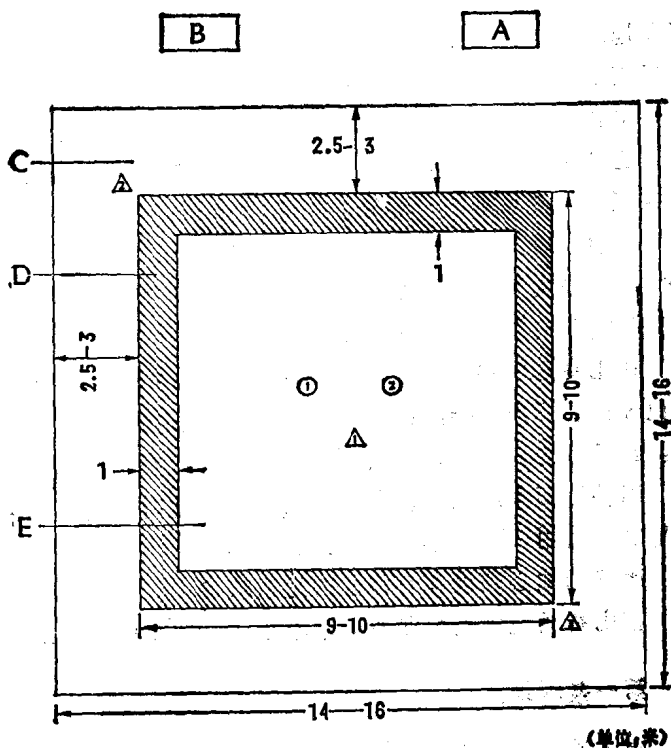
在比赛场地周围要保留一个不小于50厘米的空间。

第一条附录：

榻榻米 是一种用稻草压制而成的垫子。其形状为长方形。长度、宽度分别是188厘米和91.5厘米。目前比赛通常使用的是1米宽2米长的榻榻米，或用泡沫塑料压制成的垫子。但无论是用榻榻米垫子还是用泡沫塑料垫子铺设的场

地,其垫子必须固定,并且具有缓冲的特性。垫子须用红色或绿色塑料覆盖,既不能太滑,也不能太粗糙。比赛场地的垫子,必须排列得中间不留空隙,表面平坦,固定之后不会移位。

台 可选用坚固而且有弹性的木材构成。台边长约18米,其高度不超过50厘米。



比赛场地图

A、记分板; B、计时台; C、安全区; D、危险区; E、比赛区。Δ主裁判, ΔΔ副裁判; ①白方运动员; ②红方运动员。

第二条 设 备

1. 椅和旗（副裁判用）

两把轻便椅子须放置在安全区内，比赛区的对角位置上，放置的位置不能妨碍副裁判和记录员对记分板的视线。一面红旗和一面白旗须放置在每把椅子附设的皮套内。

2. 记分板

在每个比赛场地之外，在副裁判很方便就能看到的位置上放置两块记分板。当使用电动记分板时，人工记分板作为核对和备用须同时设置。

3. 计时器

须备有4块计时器：

计比赛时间——1块；

计压技时间——2块；

备用表——1块。

当使用电动计时器时，人工计时器作为核对和备用须同时使用。

4. 旗（计时员用）

计时员须使用下列手旗

黄旗——比赛时间

蓝旗——压技时间

当使用能显示比赛时间、压技时间的电动计时器时，不必使用黄蓝手旗，但作为备用仍须设置上述手旗。

5. 计时信号

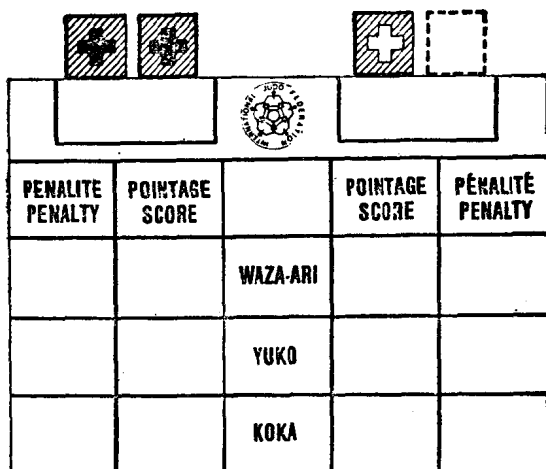
铃，或其它类似的可使主裁判听得见的装置，作为通知主裁判一场比赛结束的信号。

6. 红白标志带

比赛者在表示段位级别的腰带上须系上红色或白色的标志带。标志带的宽度不得小于5厘米，其长度须保证在绕腰一周系好后各端仍须留有20—30厘米长的富余（点名在前者系红色标志带）。

7. 红、白十字标记

在记分板上须备有红、白十字标记各两个，代表比赛者第一次和第二次请医生。



PENALTY	POINTAGE SCORE		POINTAGE SCORE	PÉNALITÉ
		WAZA-ARI		
		YUKO		
		KOKA		

人工记分板

PENALTY——处罚；POINTAGE SCORE——得分；WAZA-ARI——“技有”，YUKO——“有效”，KOKA——“效果”

第二条附录：

记录员、记分员和计时员的位置

记录员和计时员须在面对主裁判并同时能看到记分员的位置上。

观众席位的距离

观众席和比赛场地的距离不得小于3米。

备用人工计时器

计时器须放在负责计时人员的附近，其准确度在开赛前须加以检查。

备用人工记分板

记分板必须符合国际柔道联合会的要求，一旦需要使用时由裁判员自行掌握。

第三条 比赛服装

比赛者必须穿符合下列条件的柔道服：

1. 柔道服应用牢固的棉质或类似材料制成并且必须完好无缺（没有破缝或撕裂处）。
2. 柔道服应为白色或米黄色。柔道服上不得带有不必要的标志。
3. 柔道上衣的长度须过大腿的一半。
4. 上衣的袖长须过前臂的一半，但不得长过腕关节。在衣袖和臂之间（包括绷带）应留有5—8厘米的空隙。
5. 裤子不得带有任何标志，其长度须过小腿的一半，但不得长过踝关节。在腿（包括绷带）和裤脚口之间应留有5—8厘米的空隙。
6. 在腰部必须系一条结实的其颜色代表段位的，宽4至

5厘米的腰带。腰带要用方结系紧以防止上衣敞开。其长度须在绕腰两周系好后，两端各留有20—30厘米长的空余段。

7. 女运动员须在柔道衣内穿一件结实的白色或米黄色的T型短袖衣。其长度须长到能把底襟压在裤子里。

第三条附录：

如果一名女运动员需离开比赛场地更换柔道服，而副裁判均非女性，则应由竞赛委员会指定一名女性工作人员陪同前往。

如比赛者的柔道服不符合本条规定，主裁判必须令他在最短的时间内更换上符合本条规定的柔道服。主裁判若怀疑比赛者柔道上衣的两袖过短、或过紧可令其将两臂举至与肩同高进行检查。

任何比赛者凡不符合第三条或第四条的规定时，将被取消比赛的资格（见第三十条）。

第四条 有关卫生的规定

1. 柔道服必须洁净、干燥，不得有难闻的气味。
2. 比赛者的手指甲和脚趾甲必须修短。
3. 比赛者的个人卫生须达适度标准。
4. 为避免给对手造成不便，长发须束扎起来。

第四条附录：

比赛的任何一方凡不符合第三及第四条的规定将被取消比赛资格（见第三十条）。

第五条 裁判员

在通常情况下比赛设一名主裁判员和两名副裁判员。主裁判员和副裁判员在记录员和计时员的协助下进行工作。

第五条附录：

国家级柔道组织的裁判员和技术辅助人员如：计时员、记录员、记分员和其他技术辅助人员必须年满21岁，至少参加过三年以上的全国性裁判工作，并且对柔道竞赛规则理解透彻。组织委员会必须保证他们在执行任务之前受过系统训练。比赛要求至少有两名计时员，一名计整场比赛的时间，另一名专门计“压技”时间。假如可能的话可设第三名计时员对上述两名计时员进行监督，以避免错误和遗忘。

负责计整场比赛时间的计时员在听到“开始”或“开始吧”的口令时启动计时器，在听到“暂停”或“原姿势暂停”的口令时关闭计时器。

负责计“压技”时间的计时员在听到“压技开始”的口令时启动计时器，在听到“原姿势暂停”的口令时关闭计时器。在听到“开始吧”的口令时重新启动计时器。负责计“压技”时间的计时员在听到“压技解脱”的口令时应关闭计时器并把“压技”的持续时间通知主裁判，或在“压技”期满时（30秒钟，当被压的一方先前没有过被压25秒的记录，或没有输掉过一个“有技”或受到过“警告”处分），用适当的信号通知主裁判“压技”结束。

负责计“压技”时间的计时员在听到“原姿势暂停”的口令时应关闭计时器。在听到“开始吧”的口令时重新启动计时器。

负责比赛时间的计时员在听到和看到“暂停”或“原姿势

暂停”的口令和手势时，应关闭计时器，举起黄旗。当他听到“开始”或“开始吧”的口令时应放下黄旗重新启动计时器。

当一场比赛的时间到时，计时员应以清楚的，可听得见的信号通知主裁判。

比赛的记分员必须保证他学过并能运用规定的符号和记号把比赛记录下来。

除去上述人员之外，应设一名记录员负责记录全部比赛的过程。

假如使用电动计时系统，其程序同上。

比赛者在三次点名后（每次点名之间应间隔1分钟）仍然不出场比赛，将被取消比赛资格。

第六条 主裁判的位置和职责

主裁判位于比赛场内，他的职责是指挥比赛并进行判决。主裁判应该确实保证他的判决被正确无误地记录下来。

第六条附录：

当主裁判宣布他的评分时，他应一面注视着比赛者，一面保持他的评分手势，同时注意观察副裁判是否由于处在更有利的观察位置而得出不同的评分并打出表示异议的手势。

在寝技中如双方运动员的脸均朝场外，主裁判为了便于观察可以站到安全区内。

在执行一场比赛的裁判工作之前，主裁判和副裁判应熟悉本比赛场地记时员用来通知比赛结束时的铃声或其它音响信号。

负责一个比赛场地裁判工作的主裁判和副裁判应确实保证该场地的表面洁净，垫子之间无空隙，副裁判的座椅放在

规定位置上，以及比赛双方符合规则第三和第四条的规定。

主裁判应确实保证观看比赛的观众，比赛双方的支持者，以及摄影师们所处的位置不会妨碍裁判工作，或对比赛的双方造成伤害。

第七条 副裁判的位置和职责

两名副裁判应坐在比赛场外两对角的位置上协助主裁判进行工作。

每一名副裁判如对主裁判宣布的评分、判罚标准持不同意见时，须用规定的正确手势表示出自己的意见。如主裁判表示的评分或判罚标准高于两名各持不同意见的副裁判时，他须按照两名副裁判中表示较高那一位的意见，更正他的判决。

如主裁判表示的评分或判罚标准低于两名各持不同意见的副裁判时，他须按照两名副裁判中表示较低那一位的意见，更正他的判决。

如一名副裁判的意见高于主裁判，而另一名副裁判的意见低于主裁判时，则主裁判可以维持他的判决。

如两名副裁判都对主裁判的判决有异议，而主裁判又没注意到他们的手势时，他们则可以站起来，同时保持着他们的手势，直到被主裁判看到并对自己的判决加以更正为止。

如经过一段时间（几秒钟）之后，主裁判仍然没有觉察到站起来的副裁判时，靠近主裁判一边的副裁判则应立即走近主裁判并把多数意见通知他。

副裁判必须用规定的手势对界内施技有效或出界表示出自己的意见。裁判员之间意见不统一时可以商议，除非主裁判或一名副裁判确实看到了其他两名裁判没有看见的情况，这时少数者的意见也可作为判决的依据。

副裁判必须监督记分员正确无误地把主裁判的宣判记录下来。

如主裁判认为某一比赛者有正当理由暂时离开比赛区时，其中一名副裁判必须陪同前往以避免出现违例现象。这种准许离开比赛区的现象仅限在特殊情况下使用（如更换不符合规格的柔道服）。

第七条附录：

副裁判（和主裁判）在发奖期间或在长时间间歇时，应离开比赛场地。

副裁判必须按下述姿势坐：两腿自然分开坐，上身抬起，两手放在膝盖上，掌心向下。

在没有得到主裁判同意的情况下，副裁判不得对记分板上的记录作任何更改，但副裁判如发现记分板上的记录不正确时他必须提醒主裁判注意。

如副裁判的位置影响到比赛者时，副裁判应迅速携座椅一起移动。

如一名副裁判不同意主裁判作出的判决，或主裁判没有作出判决，他须用手势表示自己的意见。

副裁判不许在主裁判之前打出表示得分的手势。

对于在边界上所施的技，副裁判应首先作出表示该动作在界内还是在界外的手势。

假如一名女性比赛者需在比赛场外更换服装，而副裁判均非女性，则应由竞赛委员会指定一名女性工作人员陪同前往。

在本比赛场地没有比赛，而在相邻的场地比赛正在进行的情况下，如果本比赛场副裁判的座椅影响到相邻场地的比

赛时，须搬开他的座椅。

如一名副裁判作出表示界外施技的手势，而主裁判和另一名副裁判又分别对该动作作出了不同的评分手势时，首先应按多数意见解决究竟是界内还是界外施技。然后根据情况再定，如果该动作被判为界内的话，则按多数意见评定得分的等级。

第八条 裁判手势

1. 主裁判手势

主裁判须按下列要求作出手势（手势图见附录）：

（1）“一本”：单臂向上高举过头，掌心向前。

（2）“技有”：单臂侧平举与肩同高，掌心向下。

（3）“两次技有合为一本”：先做出“技有”手势，然后过渡到“一本”手势。

（4）“有效”：单臂侧举与体侧成 45° 角，掌心向下。

（5）“效果”：单臂屈肘体侧上举，掌心朝前，大拇指指向肩。

（6）“压技开始”：单臂向前下方指向比赛者，同时面向比赛者，身体向前弯曲。

（7）“压技解脱”：单臂前举（拇指向上），同时由右向左迅速摆动2—3次。

（8）“平局”：单臂向上高举，然后挥落至体前（拇指向上）稍停。

（9）“暂停”：单臂前举与肩同高，大致与地面平行，然后翻腕（手指向上），掌心向计时员。

（10）“原姿势暂停”：身体向前弯曲，用两手掌心触及比赛的双方。