

关心下一代少儿跆拳道竞赛规则

实施条款及判罚尺度

一、竞技部分

得分分值

- (一) 拳的技术击打躯干得 1 分。
- (二) 踢击技术击打躯干得 2 分。
- (三) 旋转踢技术击打躯干 4 分。
- (四) 踢击技术击打头部得 3 分。
- (五) 旋转踢技术击打头部得 5 分。
- (六) 被判罚 1 个“扣分”则给对方加 1 分。

犯规行为与判罚

所有犯规行为均判罚“扣分”。

- (一) 越出边界线。

界定：运动员任何一只脚的落地点完全离开比赛区域。

- (二) 倒地。

1. 除双脚以外身体任一部位触及地面。
2. 由于对方运动员的犯规行为造成倒地时，应判罚犯规运动员。
3. 被重击倒地主裁判读秒时，判罚。

4. 双方均有攻击动作同时倒地或在一个交手回合中先后倒地，双方都不判罚，但主裁判要做出得分无效的手势。

5. 被重击倒地的运动员，主裁判读秒至 8，运动员站起示意可以继续比赛，主裁判暂停比赛并给予倒地者扣分判罚；主裁判读至 10 秒时运动员无法继续比赛，主裁判终止比赛并宣布对方运动员获胜（获胜方式为 K.O 胜），被击倒者不再给予倒地判罚。

- (三) 回避或拖延比赛。

回避比赛的三种表现形式：

1. 后撤（包括转身加后撤）

1.1 后撤 3 步停下，双方均无技术动作，后撤运动员被判罚。

1.2 后撤 3 步接技术动作，不判罚。

1.3 后撤 3 步时对方做技术动作，不判罚。

2. 背逃

- 2.1 背向对手，弯腰躲避，判罚。
- 2.2 面向对手，弯腰防守，不判罚。

3. 绕场撤步

- 3.1 主裁判判断运动员有躲避进攻的意图，判罚。
- 3.2 主裁判判断运动员没有躲避进攻，而是积极防守，不判罚。

拖延比赛的三种表现形式：

对峙不攻：采用 5 秒+5 秒原则，即双方运动员对峙不攻达 5 秒时，主裁判提醒进攻，5 秒后仍不进攻将进行判罚。

举手要求整理护具：双方运动员处于对峙状态时，运动员举手要求整理护具，则被视为拖延比赛。

伪装受伤：是指夸大受伤程度或刻意指出表示身体疼痛部位以表明对方运动员违规，以及为了延长比赛时间而夸大疼痛。在此情况下，主裁判应给予“扣分”的判罚，然而在判罚前主裁判可以提出录像审议确认是否为伪装受伤。

（四）抓或推对方运动员。

1. “抓”的行为包括抓、搂、夹抱等犯规行为。

1.1 通过抓的犯规行为，来完成动作以获利为目的，判罚。

1.2 搂抱：双方运动员贴近时，允许单手或双手伸过对方身体，不判罚；但试图用单手或双手控制对方身体（故意夹抱且有明显发力）或手有“抓”的动作，判罚。

1.3 夹：双手搭压在对方肩部以上时，有明显意图阻挡对方进攻，判罚；双方均贴靠并借此休息时，主裁判等待 2-3 秒后发出“分开”口令，不判罚。

2. “推”，有下列行为之一的，应予以处罚：

2.1 以推的方式阻碍对手的攻击或任何干扰正常的进攻技术动作。

2.2 将对手推出边界线。边界线以内，进攻方使用“推+踢”的技术动作，另一方出界时，根据出界和踢击技术接触身体的先后进行判断，若出界在先，判罚主动推人一方，若接触身体在先，判罚出界一方。

2.3 在双方使用推的动作时，2 秒钟均无踢击技术，都将被判罚；2 秒钟内，有一方运动员使用踢击技术，无踢击技术的不被判罚；双方均无踢击技术时，将对方推到，将被判罚

2.4 为阻碍对手的进攻，一手推、一手抓，判罚。

（五）抬腿或提膝阻挡，或控腿超过 3 秒。

1. 超过对方腰部以上的踢击或控腿 3 秒以内脚落地，不判罚；为阻碍对方运动员进攻而抬腿或提膝阻挡，或控腿超过 3 秒，判罚。

2. 低于对方腰部以下的 1 次提膝+技术动作，不判罚；未接技术动作，判罚。

3. 双方正常使用技术动作并均超过对方腰部以上造成腿部碰撞，不判罚。若因碰撞倒地，判罚倒地一方；若双方均倒地，双方都不判罚。

4. 一方先使用技术动作后另一方抬腿阻挡，抬腿阻挡被判罚；如抬腿阻挡后得分，

判罚并减分。

(六) 故意踢击对方腰部以下部位。

1. 故意踢击（侧踢（cut kick）或推踢（push kick）技术）对方腰部以下的行为，都将被判罚。如果踢到对方运动员腰部以下按攻击下肢判罚，未踢到按抬腿阻挡判罚。

2. 双方运动员均使用技术动作交手回合中踢到腰部以下，不判罚，若连续出现，可视为故意行为，判罚。

3. 使用双飞技术动作，第一腿接触到对方腰部以下，第二腿得分时，主裁判根据第一腿轻重程度及是否有蓄意犯规动机来判断是否给予判罚，若判罚应减去犯规后的相应得分。

(七) “分开”口令后攻击对方运动员。

1. 每局比赛开始前的攻击对方运动员也适用于本条。

2. 根据运动员动作的连续性进行判断，有蓄意攻击行为，判罚，明显的故意攻击行为即使未接触到对手，也应判罚。

(八) 用手攻击对方运动员头部。

因对方运动员身体下潜位移而造成的击打头部，不判罚。

(九) 用膝部顶撞或攻击对方运动员。

(十) 攻击倒地的运动员。

(十一) 在贴靠的状态下，膝部向外，用脚两侧或脚底击打躯干护具。

(十二) 运动员或教练员的不良言行。

1. 不遵照主裁判的口令或决定的行为。

2. 对于官方决定不恰当的抗议行为。

3. 试图妨碍或者影响比赛结果的不恰当行为。

4. 挑衅或侮辱对方运动员或教练员的的行为。

5. 未被授权的医生/治疗师或其他运动队官员坐在医生席位。

6. 运动员故意越出边界线为不良行为。

7. 运动员或教练员的的其他严重的不良言行以及没有体育道德的行为。

当教练员或者运动员不遵照主裁判的口令以及出现过激不良行为时，主裁判可以出示黄牌提出处罚申请。竞赛监督委员会应着手调查运动员或教练员的的行为并决定是否处罚。如果教练员或运动员故意并屡次拒绝遵从竞赛规则或主裁判的口令，主裁判可以直接出示黄牌并终止比赛，宣布对方运动员获胜。

犯规败

(一) 当一名运动员被判罚 10 个扣分时，主裁判判其“犯规败”。

当双方都有 9 个扣分，接下来双方又都有犯规动作（比如都有抓、出界），主裁判只能判罚先犯规的一方，而不是双方。

(二)因一方运动员犯规行为造成的受伤,计时一分钟后受伤运动员不能继续比赛,则判犯规运动员“犯规败”,伪装受伤行为除外。

执裁指导:犯规行为造成的受伤出现时,主裁判在“计时”口令发出后认定有伪装受伤的行为,主裁判每3秒钟发出一次“stand up”口令,3次口令后,3秒钟内运动员仍继续装伤,主裁判可判罚“扣分”,并判其“犯规败”。

(三)运动员不服从主裁判3次“stand up”指令,主裁判可直接判其“犯规败”。

(四)运动员或教练员拒绝服从主裁判指令,或拒绝执行比赛规则,或有包括不恰当抗议行为在内的严重不良言行时,主裁判可判其“犯规败”。

分差胜

分差胜的分差值为20分。

注明:如果领先的一方在最后一次击打得分后,且分差已达到分差胜规定的分数时,则该运动员得分后的犯规不予判罚;此方法同样适用于加时赛。

如果双方运动员明显存在实力差距,为保护运动员的安全,主裁判有权终止比赛。

弃权与假赛

(一)仲裁委员会负责弃权的审核与审批工作。

(二)申请弃权的程序。

1.检录开始前10分钟,教练员向检录台提交具有大会医务监督签字确认的弃权申请报告。弃权申请报告中要详细说明运动员弃权原因,未提交弃权申请报告的运动员,按无故弃权论,取消其全部比赛成绩。

2.检录台收到弃权申请书后立即上报仲裁委员会。

3.仲裁委员会同医疗组对运动员伤病进行诊断认定,运动员本人必须到场。

4.认定过程中,运动队负责人须接受仲裁委员会的质询,如实回答仲裁委员会的问询。

(三)假赛认定标准:攻防情况与正常比赛不符,双方技战术数量有明显差异,一方运动员在无伤病的情况下明显无作为,或有明显的语言交流或长时间处于无对抗状态等等。

(四)出现假赛情况,由仲裁委员会认定并按照有关规定处罚。认定为假赛的比赛双方运动员及代表单位将按有关规定于赛后追加处罚。

教练员要求

(一) 教练员在场上执教时, 必须穿着正装。严禁穿着运动服、休闲装等上场执教。

(二) 所有教练员须持有中国中学生体育协会跆拳道分会考核颁发的教学指导员结业证书方可上场执教。

(三) 如果一支代表队的多名运动员同时在不同场地比赛, 为了保证运动员的安全, 尚未进行比赛的场地将等待本队教练员上场执教, 或根据比赛进度适当调整场次顺序。

二、品势、跆拳道操/舞部分

评分方法

(一) 传统品势 (总分 10.0 分)。

1. 正确性 (基本分值 4.0 分)

(1) 出现基本动作与品势动作的细小失误每一次扣 0.1 分;

(2) 出现基本动作与品势动作的重大失误每一次扣 0.3 分。

(解释 1)

基本动作与品势动作的细小失误指的是: 站势 (弓步、三七步、虎步等所有的站势); 手部动作 (格挡、击、打、刺等所有手臂的动作), 出现国技院教材以外的细小动作错误时扣 0.1 分。

(解释 2)

出现国技院教材未有的动作及正确性重大错误时每一次扣 0.3 分。

例: a. 下格挡做成直拳或上格挡, b. 马步做成三七步, c. 该发声的部分没有发声, d. 失去记忆停顿 3 秒以上, e. 视线不向进行方向, f. 鹤立步支撑的脚左右晃动或辅助提膝的脚落地等。

(解释 3)

(1) 步法一前后、左右大小一致;

(2) 手臂动作一高低角度大小一致;

(3) 腿法一高度、力度一致;

(4) 重心一移动、站立稳定, 左右平衡;

(5) 混双、团体一运动员之间的间距从始至终要平衡;

(6) 动作大小、刚柔缓急节奏、力的表现要一致;

(7) 手臂和脚的动作要一致;

(8) 通过自己的身材比例做出来合适的动作大小, 达到应有的均衡。

2. 表现力 (基本分值 6.0 分)

(解释 1) 速度与力量 2.0 分

例 1: 起始动作 (手的动作或腿法) 过于紧张的发力或结束的动作无力时将判定扣

分。

例 2：对于过分的表现速度与力量而导致的身体僵硬将判定扣分。

（解释 2）刚柔缓急节奏 2.0 分

例 1：起始动作僵硬，演练品势过程中路线缺乏缓急和动作机械化。

例 2：身体僵硬状态表现，开始动作快、结束动作缓慢进行时将判定扣分。

（解释 3）气的表现 2.0 分

例 1：比赛时做出实际形容的动作，对于舒展（动作大小）、专注度、气势、发声、自信心等没有完全表现时将判定扣分。

（二）跆拳道操/舞（总分 10.0 分）。

1. 技术性（4.0 分）

（1）腿法的难度（2.0 分）

（2）动作的正确性（2.0 分）

2. 表现力（6.0 分）

（1）自创性（1.5 分）

以整体动作的独特性和组成元素多样性为评分标准。

（2）综合性（1.5 分）

是指除了整体动作之外，音乐编辑、创作性、动作编排及着装等作为评分标准。

（3）气的表现（1.5 分）

判分标准与品势判分相同。

（4）音乐与动作编排（1.5 分）

以整体品势动作编排与音乐的完美结合为评分标准。

3. 比赛中扣分事项

（1）比赛时间不足或超出比赛时间，每 5 秒扣 0.1 分；

（2）双脚同时越出边界线扣 0.3 分；

（3）出现明显停顿扣 0.3 分，音乐和动作没有同步而停止的扣 0.3 分；

（4）音乐与动作没有同步停止扣 0.3 分。

注：音乐的编排也作为评分标准之一，无音乐者直接取消参赛资格。创作动作中不能包含与宗教、政治、社会相关的内容。