

国际武术套路竞赛规则



国际武术联合会审定

2005年11月

目 录

第一章 竞赛组织机构

- 第一条 竞赛委员会
- 第二条 仲裁委员会
- 第三条 裁判人员的组成
- 第四条 执行裁判人员的职责
- 第五条 辅助工作人员职责

第二章 竞赛通则

- 第六条 竞赛性质
- 第七条 竞赛项目
- 第八条 竞赛年龄分组
- 第九条 申诉
- 第十条 比赛顺序的确定
- 第十一条 检录
- 第十二条 礼仪
- 第十三条 计时
- 第十四条 示分
- 第十五条 弃权
- 第十六条 兴奋剂检测
- 第十七条 名次评定
- 第十八条 创新难度的申报
- 第十九条 竞赛有关规定

第三章 评分方法与标准

- 第二十条 自选项目的评分方法与标准
- 第二十一条 无难度要求项目的评分方法与标准
- 第二十二条 裁判员的示分
- 第二十三条 应得分数的确定
- 第二十四条 最后得分的确定
- 第二十五条 无电脑计分系统的操作方法
- 第二十六条 裁判长的加分与扣分

第四章 自选套路内容的有关规定

- 第二十七条 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术套路的内容规定
- 第二十八条 自选太极拳、太极剑套路的内容规定
- 第二十九条 自选南拳、南刀、南棍套路的内容规定

第一章 竞赛组织机构

第一条 竞赛委员会

世界锦标赛、世界杯赛的竞赛委员会由国际武术联合会和比赛组委会选派若干名竞赛业务人员组成，负责比赛的竞赛工作。各洲、各地区和各国根据不同的比赛规模，可设立竞赛委员会、竞赛部或竞赛处。由负责竞赛业务的技术官员若干人组成。在比赛组委会统一领导下，负责整个比赛的竞赛组织工作。

第二条 仲裁委员会

一、由主任、副主任、委员 3、5 人或 7 人组成。

二、职责：

（一）接受运动队的申诉，并及时做出裁决，但不改变裁判评判结果。

（二）仲裁委员会表决票数超过半数以上的决定方为有效。表决投票相等时，仲裁委员会主任有决定权。仲裁委员会成员不参加与本人所在会员协会有牵连问题的讨论与表决。

（三）仲裁委员会的裁决为最终裁决。

第三条 裁判人员的组成

一、执行裁判人员的组成

（一）总裁判长 1 人、副总裁判长 1--2 人。

（二）裁判组设裁判长 1 人；A 组评分裁判员 3 人；B 组评分裁判员 3 人；C 组评分裁判员 3 人，共 10 人组成。

（三）编排记录长 1 人。

（四）检录长 1 人。

二、辅助工作人员的组成

（一）编排记录员 3--5 人。

（二）检录员 3--6 人。

（三）宣告员 1--2 人。

（四）放音员 1--2 人。

（五）仲裁摄像人员 2--4 人。

第四条 执行裁判人员的职责

裁判人员在比赛竞赛委员会领导下进行工作，其职责如下：

一、总裁判长

（一）组织、领导各裁判组的工作，保证竞赛规则的执行，检查落实赛前各项准备工作。

（二）解释规则与规程，但无权修改规则与规程。

（三）在比赛过程中，根据比赛需要可调动裁判人员工作。裁判人员发生严重错误时，有权处理。

（四）对运动员或教练员在赛场上无理纠缠，有权给予警告；对不听劝告者，有权建议技术委员会严肃处理，直到取消成绩。

（五）审核并宣布成绩，做好裁判工作总结。

二、副总裁判长

（一）协助总裁判长工作。

(二) 在总裁判长缺席时, 由一名副裁判长代行其职责。

三、裁判长

- (一) 组织本裁判组的业务学习和实施裁判工作。
- (二) 执行比赛中运动员完成创新难度的加分。
- (三) 执行比赛中对重做、套路时间不足或超出规定的扣分。
- (四) 裁判员发生严重的评判错误时, 可向总裁判长建议给予相应的处理。
- (五) 参与 B 组演练水平的评分。

四、裁判员

- (一) 服从裁判长的领导, 做好本组的裁判工作。
- (二) 依据规则, 独立进行评分, 并作详细记录。
- (三) A 组裁判员负责运动员整套动作质量的评分。
- (四) B 组裁判员负责运动员整套演练水平的评分。
- (五) C 组裁判员负责运动员整套难度的评分。

五、编排记录长

- (一) 负责编排记录组的全部工作, 审查报名表、自选套路难度登记及评分表, 并根据比赛要求编排秩序册。
- (二) 准备比赛所需表格, 审查核实比赛成绩及排列名次。
- (三) 编排成绩册。

六、检录长

负责检录组的全部工作, 如有变化及时报告总裁判长并通知宣告员。

第五条 辅助工作人员职责

一、编排记录员

根据编排记录长分配的任务进行工作。

二、检录员

按照比赛顺序及时进行检录, 并检查运动员器械、服装, 将比赛运动员带入场后, 向裁判长递交检录表。

三、宣告员

向观众介绍上场运动员, 报告比赛成绩, 介绍有关竞赛规程、规则和比赛项目的特点及武术套路运动的知识。

四、放音员

- (一) 配乐项目比赛第一次检录时, 负责收取音乐录音带或光碟, 根据比赛出场顺序进行编号。
- (二) 运动员站在比赛场地 3 秒钟后, 开始放音。
- (三) 比赛结束后及时将音乐录音带或光碟归还运动队, 不得丢失, 不得转借他人或复制。

五、仲裁摄像人员

- (一) 对全部竞赛项目进行现场摄像。
- (二) 遵照仲裁委员会的要求, 负责播放相关项目录像。
- (三) 全部录像均应按竞赛委员会的规定予以保留。

第二章 竞赛通则

第六条 竞赛性质

一、竞赛类型分为

- (一) 个人赛。
- (二) 团体赛。
- (三) 个人及团体赛。

二、按年龄可分为

- (一) 成年赛。
- (二) 青少年赛。
- (三) 儿童赛。

第七条 竞赛项目

一、长拳

二、太极拳

三、南拳

四、剑术

五、刀术

六、枪术

七、棍术

八、太极剑

九、南刀

十、南棍

十一、对练：徒手对练、器械对练、徒手与器械对练

十二、集体项目

第八条 竞赛年龄分组

一、成年组：18 周岁（含 18 周岁）以上

二、青少年组：12 周岁至 18 周岁以下

三、儿童组：不满 12 周岁

第九条 申诉

一、申诉内容与范围

仲裁委员会受理运动队对本队运动员在比赛过程中，对裁判长的扣分和 C 组评判有异议的申诉。

二、申诉程序及要求

参赛运动队如果对裁判评判本队结果有异议，必须在该场该项比赛结束后 15 分钟内，由该队领队或教练向仲裁委员会以书面的形式提出申诉，同时交付 100 美元申诉费。一次申诉仅限一个内容。

仲裁委员会对申诉要进行审议，查看录像，如裁判组评判正确，提出申诉的运动队必须坚决服从。如果因不服而无理纠缠，根据情节轻重，可由仲裁委员会建议国际武联技术委员会给予严肃处理，直至取消比赛成绩。如判定属于裁判组的错误，仲裁委员会提请国际武联

技术委员会对错判的裁判人员按有关规定进行处理,并退回申诉费;但不改变裁判评判结果。

第十条 比赛顺序的确定

在竞赛委员会和总裁判长的监督下,由编排记录组抽签决定出场顺序。如有预赛、决赛的比赛,其决赛的出场顺序,则按预赛成绩的高低,由低到高确定。如预赛排名相同,则抽签决定出场顺序。

第十一条 检录

运动员须在赛前 40 分钟到达指定地点报到,参加第一次检录,并接受检查服装和器械。赛前 20 分钟进行第二次检录,赛前 10 分钟进行第三次检录。

第十二条 礼仪

运动员听到上场点名时和宣布最后得分时,应向裁判长行抱拳礼。

第十三条 计时

运动员由静止姿势开始动作,计时开始;运动员结束全套动作后并步站立,计时结束。

第十四条 示分

运动员的比赛结果,公开示分。

第十五条 弃权

运动员不能按时参加检录与比赛,则按弃权论处。

第十六条 兴奋剂检测

根据国际奥林匹克委员会的规定和国际武术联合会的具体要求,进行兴奋剂检测。

第十七条 名次评定

一、个人单项(含对练)名次

按比赛的成绩高低排列名次。得分最高者为该单项的第一名,次高者为第二名,依次类推。

二、个人全能名次

按各单项得分总和的高低(或根据规程确定办法)进行评定,得分最高者为全能第一名,次多者为第二名,依次类推。

三、集体项目名次

得分最高者为该项目第一名,次高者为第二名,依次类推。

四、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。

五、得分相等的处理

(一) 个人项目得分相等的处理:

- 1、以完成动作难度等级高者列前。
- 2、以完成高等级动作难度数量多者列前。
- 3、以难度得分高者列前。
- 4、如仍相等,以演练水平应得分高者列前。
- 5、如仍相等,以演练水平扣分少者列前。
- 6、如仍相等,名次并列。

7、如有预、决赛,成绩相等时,以预赛成绩高者列前。若再相等,则以决赛成绩按上述几条评定名次。

(二) 个人全能得分相等时,以比赛中获单项第一名多者列前;如仍相等,则以获得第

二名多者列前，依次类推；如获得所有名次均相等，则并列。

（三）无难度要求项目成绩相等时，则以个人项目得分相等的处理办法第 4、5、6 条评定名次。

（四）团体总分相等时，以全队获得单项第一名多者列前；如仍相等，则以获得第二名多者列前，依次类推；如获得单项名次均相等，则并列。

第十八条 创新难度的申报

一、创新原则

必须符合武术运动的本质属性和运动规律；必须具备较高的专项素质与专项技能才能完成的；必须是规则中“自选项目动作难度内容及等级与分值确定表”中未出现的 B 级（含 B 级）以上的动作难度。如申报跳跃、跌扑类的翻转性创新动作难度必须含连接难度。

二、申报程序

（一）每个创新难度只允许申报一次。

（二）申报运动队必须填报“自选套路创新难度申报审批表”，并配以技术图解和运动员本人演练的影像资料在赛前 60 天（以到达邮戳为准）上报到国际武联技术委员会。

三、鉴定机构

由国际武联技术委员会聘请有关专家 5 或 7 人组成自选套路创新技术鉴定委员会，负责此项工作。

四、鉴定程序

自选套路创新技术鉴定委员会依据创新原则讨论（须三分之二以上的委员投票通过）后，确认创新难度的动作名称、等级、分值、编码和不符合规定的确认标准，并及时通知申报的运动队。赛前应以书面形式通知仲裁委员会和裁判组。

第十九条 竞赛有关规定

一、难度填报

参赛运动员必须根据竞赛规则和规程要求选择难度，在规定网站上填报“自选套路难度登记及评分表”（创新难度的分值应计算在难度分值以内），确定该运动员比赛套路的起评分，并将确认的表格经教练员签字后于赛前 30 天（以到达邮戳为准）寄到主办方。

二、套路完成时间

（一）长拳、南拳、剑术、刀术、枪术、棍术、南刀、南棍套路，成年组不得少于 1 分 20 秒；青少年（含儿童）不得少于 1 分 10 秒。

（二）太极拳、太极剑自选套路、集体项目为 3—4 分钟。太极拳规定套路为 5—6 分钟。

（三）对练不得少于 50 秒。

三、比赛音乐

规程规定配乐的项目必须在音乐（不带歌词）伴奏下进行，音乐可以根据套路的编排自行选择。

四、比赛服装

裁判员应穿统一的服装，佩戴裁判等级标志；运动员应穿武术比赛服（式样见副则），佩带号码。

五、比赛场地

（一）使用国际武术联合会指定的比赛场地。

个人项目的场地为长 14 米，宽 8 米，场地周围至少有 2 米宽的安全区。集体项目的场

地为长 16 米、宽 14 米，场地周围至少有 1 米宽的安全区。场地四周内沿，应标明 5 厘米宽的白色边线。

(二) 场地的地面空间高度不少于 8 米。

(三) 两个比赛场地之间的距离 6 米以上。

(四) 场地灯光的垂直照度应达到 1500 勒克斯以上；水平照度应达到 800 勒克斯以上。

六、比赛器械

(一) 使用国际武术联合会指定的器械。

(二) 左手持剑或抱刀，剑尖和刀尖不低于耳上端；棍的长度不低于运动员本人身高；枪的长度不低于本人站立直臂上举至中指指尖；南刀以左手抱刀，刀尖不低于下颚。

七、比赛设备

大型比赛必须配备摄像机 4 台，放像设备 3 台，电视机 3 台，以及全套电脑计分系统和音响系统。

八、本规则适用于任何级别的武术套路比赛。

第三章 评分方法与标准

第二十条 自选项目的评分方法与标准

一、评分方法

(一) 裁判组由评判动作质量的裁判员 3 名 (A 组)、评判演练水平的裁判员 3 名 (B 组) 及裁判长、评判难度的裁判员 3 名 (C 组) 组成。

(二) 各项目比赛的起评分满分为 10 分 (不含创新难度加分在内)。其中动作质量的分值为 5 分；演练水平的分值为 3 分；难度的分值为 2 分。

运动员申报的难度分值与演练水平分值和动作质量分值之和，即为该运动员的起评分。

(三) A 组裁判员根据运动员现场完成动作时出现的各种错误进行扣分。

(四) B 组裁判员和裁判长根据运动员整套的现场演练评定等级分数，并对套路中的编排错误进行扣分。

B 组 4 人评出的等级分数，去掉最高分和最低分，取中间两个分数的平均值为演练水平的等级分。

B 组 4 人中，至少 2 人对运动员演练套路时的编排错误 (每个错误的扣分均须同时确认) 确认一致即为有效，经确认的编排错误扣分分数之和为编排错误的扣分。

(五) C 组裁判员根据运动员现场难度的完成情况进行确认。

二、评分标准

(一) 动作质量的评分标准

运动员现场完成套路时，动作规格与要求不符，每出现一次扣 0.1 分；其他错误每出现一次扣 0.1--0.3 分。

(见副则表 1-1 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术动作规格错误内容及扣分标准；副则表 1-2 自选太极拳、太极剑动作规格错误内容及扣分标准；副则表 1-3 自选南拳、南刀、南棍动作规格错误内容及扣分标准；副则表 1-4 自选项目和无难度要求项目 (单项))

其他错误内容及扣分标准)

(二) 演练水平的评分标准

演练水平的评分包括演练水平等级的评分和套路编排的评分。

1、演练水平等级的评分标准

演练水平等级的评分标准：按劲力、协调、节奏、风格、配乐的评分标准分为 3 档 9 级，其中：3.00 分—2.51 分为好；2.50 分—1.91 分为一般；1.90 分—1.01 分为不好。

演练水平的总体要求是：动作规范、方法正确、劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步配合协调(器械项目需身械协调)，节奏分明，风格突出、动作与音乐和谐一致。

在运动员的整体演练中，根据与“演练水平的总体要求”相符程度，确定运动员的演练水平等级分。

2、套路编排的评分标准

(1) 运动员完成套路时，根据“自选套路内容的有关规定”，每缺少一个规定的动作内容扣 0.2 分；

(2) 结构、布局、音乐与要求不符者，每种错误扣 0.1—0.5 分。

(见副则表 2-1 自选项目演练水平等级分评分标准和编排错误内容及扣分标准)

(三) 难度的评分标准

1、动作难度 (1.4 分)

根据副则中“自选项目难度内容及等级与分值确定表”内动作难度的规定，完成一个 A 级动作计 0.2 分，完成一个 B 级动作计 0.3 分，完成一个 C 级动作计 0.4 分。动作难度分按其等级分值标准依次累计，如超过了 1.4 分，则按 1.4 分计算。

(见副则表 4-1 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度内容及等级与分值确定；副则表 4-2 自选太极拳、太极剑难度内容及等级与分值确定；副则表 4-3 自选南拳、南刀、南棍难度内容及等级与分值确定)

运动员现场完成的动作难度不符合规定要求，则不计算动作难度加分。

(见副则表 4-4 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度完成不符合规定的确认；见副则表 4-5 自选太极拳、太极剑难度完成不符合规定的确认；见副则表 4-6 自选南拳、南刀、南棍难度完成不符合规定的确认)

2、连接难度 (0.6 分)

根据副则中“自选项目难度内容及等级与分值确定表”内连接难度的规定，完成一个 A 级连接计 0.1 分，完成一个 B 级连接计 0.15 分，完成一个 C 级连接计 0.2 分，完成一个 D 级连接计 0.25 分。连接难度分按其等级分值标准依次累计，如超出了 0.6 分，则按 0.6 分计算。

(见副则表 4-1 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度内容及等级与分值确定；副则表 4-2 自选太极拳、太极剑难度内容及等级与分值确定；副则表 4-3 自选南拳、南刀、南棍难度内容及等级与分值确定)

运动员现场完成的连接难度不符合规定要求，则不计算连接难度加分。

(见副则表 4-4 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度完成不符合规定的确认；见副则表 4-5 自选太极拳、太极剑难度完成不符合规定的确认；见副则表 4-6 自选南拳、南刀、南棍难度完成不符合规定的确认)

凡只需动作难度分或只需连接难度分的，均只能在动作难度 1.4 分或连接难度 0.6 分之

后选择。

3、创新难度加分

完成申报的创新难度，则由裁判长在 10 分以外按鉴定的加分标准给予加分。

其标准为：完成一个创新的 B 级动作难度（含连接难度）加 0.1 分；完成一个创新的 C 级动作难度（含连接难度）加 0.15 分；完成一个创新的超 C 级动作难度加 0.2 分。

由于失败或与鉴定的创新难度不符，不予加分。

第二十一条 无难度要求项目的评分方法与标准

一、无难度要求项目包括

- （一）各项目规定套路。
- （二）对练项目。
- （三）集体项目。
- （四）规程中未要求使用难度的自选项目。

二、评分方法

（一）裁判组由评判动作质量的裁判员 3 名（A 组）和评判演练水平的裁判员 3 名（B 组）及裁判长组成。

（二）各项目比赛的满分为 10 分。其中动作质量的分值为 5 分；演练水平的分值为 5 分。

（三）A 组裁判员根据运动员现场完成动作时出现的各种错误进行扣分。

（四）B 组裁判员和裁判长根据运动员整套的现场演练评定等级分数，并对套路中的编排错误进行扣分。

B 组 4 人评出的等级分数，去掉最高分和最低分，取中间两个分数的平均值为演练水平的等级分。

B 组 4 人中，至少 2 人对运动员演练套路时的编排错误（每个错误的扣分均须同时确认）确认一致即为有效，经确认的编排错误扣分分数之和为编排错误的扣分。

三、评分标准

（一）动作质量的评分标准

运动员现场完成套路时，动作规格与要求不符，每出现一次扣 0.1 分；其他错误每出现一次扣 0.1--0.3 分。

（见副则表 1-1 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术动作规格错误内容及扣分标准；副则表 1-2 自选太极拳、太极剑动作规格错误内容及扣分标准；副则表 1-3 自选南拳、南刀、南棍动作规格错误内容及扣分标准；副则表 1-4 自选项目和无难度要求项目（单项）其他错误内容及扣分标准；表 6 对练项目动作质量和其他错误内容及扣分标准；表 7 集体项目动作质量和其他错误内容及扣分标准）

（二）演练水平的评分标准

演练水平的评分包括演练水平等级的评分和套路编排的评分。

1、演练水平等级的评分标准

演练水平等级分的评分标准：按劲力、协调、节奏、风格、配乐的评分标准分为 3 档 9 级，其中：5.00 分--4.21 分为好；4.20 分--3.01 分为一般；3.00 分--1.51 分为不好。

演练水平的总体要求是：动作规范、方法正确、劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步配合协调（器械项目需身械协调），节奏分明，风格突出、内容充实、编排合理、动

作与音乐和谐一致。

在运动员的整体演练中,根据与“演练水平的总体要求”相符程度,确定运动员的演练水平等级分。

2、套路编排的评分标准

(1) 运动员完成套路时,根据“无难度要求项目演练水平编排错误内容及扣分标准的规定”,每增加或缺少一个规定的动作内容扣 0.2 分;

(2) 结构、布局、音乐与要求不符者,每种错误扣 0.1--0.5 分。

(见副则表 5 无难度要求项目演练水平等级分评分标准和编排错误扣分标准)

第二十二条 裁判员的示分

一、A 组裁判员所示分数可到小数点后一位数。

二、B 组裁判员和 C 组裁判员所示分数可到小数点后两位数。

第二十三条 应得分数的确定

一、自选项目

动作质量应得分、演练水平应得分和难度应得分之和,即为运动员自选项目的应得分数。

(一) 动作质量应得分的确定

A 组 3 名裁判员对运动员现场演练时出现的动作规格错误以及其他错误,按照自选项目动作规格和其他错误内容及扣分标准的要求进行扣分,2 名以上裁判员对运动员同一个动作错误和其他错误扣分的累计之和,即为运动员的应扣分;用动作质量的分值减去应扣分,即为运动员的动作质量应得分。

(二) 演练水平应得分的确定

演练水平等级分减去编排错误的扣分,即为运动员的演练水平应得分。

(三) 难度应得分的确定

C 组 3 名裁判员对运动员现场所做的动作难度和连接难度进行确认,按照自选项目动作难度和连接难度加分标准的要求,2 名以上裁判员确认加分的分数之和,即为运动员的难度应得分。

二、无难度要求项目

动作质量应得分和演练水平应得分之和,即为运动员的应得分数。

(一) 动作质量应得分的确定

A 组 3 名裁判员对运动员现场演练时出现的动作规格错误以及其他错误,按照自选项目动作规格及其他错误内容扣分标准的要求进行扣分,2 名以上裁判员对运动员同一个动作错误和其他错误扣分的累计之和,即为运动员的应扣分;用动作质量的分值减去应扣分,即为运动员的动作质量应得分。

(二) 演练水平应得分的确定

演练水平等级分减去编排错误的扣分,即为运动员的演练水平应得分。

第二十四条 最后得分的确定

一、自选项目

裁判长从运动员的应得分中减去“裁判长的扣分”,或加上“创新难度的加分”,即为运动员的最后得分。

二、无难度要求项目

裁判长从运动员的应得分中减去“裁判长的扣分”,即为运动员的最后得分。

第二十五条 无电脑计分系统的操作方法

根据比赛的具体情况，采用笔录方式进行。

- 一、增设记录员 1—2 人。
- 二、增设计时员 1 人。
- 三、增设成绩公布员 1 人。
- 四、具体办法见副则。

第二十六条 裁判长的加分与扣分

- 一、裁判长执行对完成的创新难度的加分。
- 二、裁判长执行对重做、套路时间不足或超出规定的扣分。

(一) 重做：运动员由于客观原因造成比赛套路中断者，经裁判长允许，可重做一次，不予扣分；因遗忘、失误、器械损坏等原因造成比赛套路中断者，可重做一次，扣 1 分；运动员临场受伤不能继续比赛者，裁判长可令其中止，经过简单治疗即可继续比赛的，应安排在该组最后一名上场，按重做处理，扣 1 分。

(二) 完成集体项目、太极拳、剑套路，不足或超出规定时间在 5 秒以内者（含 5 秒），扣 0.1 分；在 5 秒以上至 10 秒以内者（含 10 秒），扣 0.2 分，依次类推。

(三) 长拳、南拳、剑术、刀术、枪术、棍术、南刀、南棍、对练套路不足规定时间在 2 秒以内者（含 2 秒），扣 0.1 分；在 2 秒以上至 4 秒以内者（含 4 秒），扣 0.2 分，依次类推。

三、如裁判员在评分中出现明显不合理的现象或明显错误时，在示出运动员的最后得分前，裁判长经总裁判组同意后，可作调整。

第四章 自选套路内容的有关规定

第二十七条 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术套路的内容规定

一、长拳至少包括拳、掌、勾三种手型；弓步、仆步、虚步三种主要步型；弹腿、踹腿、后扫腿三种腿法和顶肘及扣腿平衡。

二、剑术至少包括弓步、仆步、虚步三种主要步型；一个持久性平衡；刺剑、挂剑、撩剑、点剑、劈剑、截剑、崩剑、剪腕花等八种主要器械方法（其中必须有完整的左右挂剑接背后穿挂剑）。

三、刀术至少包括弓步、仆步、虚步三种主要步型；缠头、裹脑、劈刀、斩刀、挂刀、云刀、扎刀、背花刀等八种主要器械方法（其中必须有一次性完整的缠头裹脑刀）。

四、枪术至少包括弓步、仆步、虚步三种主要步型；拦枪、拿枪、扎枪、穿枪、崩枪、点枪、舞花枪、挑把等八种主要器械方法（其中必须有连续 3 个一次性完整的拦拿扎枪）。

五、棍术至少包括弓步、仆步、虚步三种主要步型；劈棍、崩棍、绞棍、平抡棍、云棍、戳棍、舞花棍、提撩花棍等八种主要器械方法（其中必须有连续 3 个一次性完整的双手提撩花棍）。

第二十八条 自选太极拳、太极剑套路的内容规定

太极拳至少包括两种腿法；弓步、仆步、虚步三种主要步型；揽雀尾、野马分鬃、搂膝

拗步、云手、左右穿梭、掩手肱捶、倒卷肱、搬拦捶等八种主要动作。

太极剑至少包括弓步、仆步、虚步三种主要步型；刺剑、挂剑、撩剑、点剑、劈剑、截剑、抹剑、绞剑等八种主要器械方法。

第二十九条 自选南拳、南刀、南棍套路的内容规定

一、南拳至少包括虎爪；挂盖拳和抛拳两种主要拳法；弓步、仆步、虚步、蝶步和骑龙步五种步型；以及麒麟步、横钉腿和滚桥。

二、南刀至少包括弓步、虚步、骑龙步三种主要步型；缠头、裹脑、劈刀、抹刀、格刀、截刀、扫刀、剪腕花刀等八种主要器械方法（其中必须有一次性完整的缠头裹脑刀）。

三、南棍至少包括弓步、虚步、骑龙步三种主要步型；劈棍、崩棍、绞棍、滚压棍、格棍、击棍、顶棍、抛棍等八种主要器械方法。

国际武术套路竞赛规则

(副则)

目 录

第一章 自选项目的评判

第一节 动作质量的评分

一、自选项目动作规格错误内容及扣分标准

（一）自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术动作规格错误内容及扣分标准（表 1-1）

（二）自选太极拳、太极剑动作规格错误内容及扣分标准（表 1-2）

（三）自选南拳、南刀、南棍动作规格错误内容及扣分标准（表 1-3）

二、自选项目和无难度要求项目（单项）其他错误内容及扣分标准

（一）其他错误内容及扣分标准（表 1-4）

第二节 演练水平的评分

一、自选项目演练水平等级分评分标准和编排错误内容及扣分标准（表 2-1）

二、自选项目主要动作名称编码对照表（表 2-2）

第三节 难度的评分

一、自选项目难度编码识别对照表

（一）平衡、腿法动作难度编码识别（表 3-1）

（二）跳跃、跌扑动作难度编码识别（表 3-2）

（三）被连接动作及抛接编码识别（表 3-3）

二、自选项目难度内容及等级与分值确定表

（一）自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度内容及等级与分值确定（表 4-1）

（二）太极拳、太极剑难度内容及等级与分值确定（表 4-2）

（三）南拳、南刀、南棍难度内容及等级与分值确定（表 4-3）

三、自选项目难度完成不符合规定的确认

（一）自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度完成不符合规定的确认（表 4-4）

（二）自选太极拳、太极剑难度完成不符合规定的确认（表 4-5）

（三）自选南拳、南刀、南棍难度完成不符合规定的确认（表 4-6）

第二章 无难度要求项目的评判

第一节 动作质量的评分

第二节 演练水平的评分

一、无难度要求项目演练水平等级分评分标准和编排错误扣分标准（表 5）

第三节 对练项目的评分

一、对练项目动作质量和其他错误内容及扣分标准（表 6）

第四节 集体项目的评分

一、集体项目动作质量和其他错误内容及扣分标准（表 7）

第三章 自选项目主要动作技术要求

第一节 自选长拳类项目

一、长拳主要动作技术要求

二、剑术主要动作技术要求

三、刀术主要动作技术要求

四、枪术主要动作技术要求

五、棍术主要动作技术要求

第二节 自选太极类项目

一、太极拳主要动作技术要求

二、太极剑主要动作技术要求

第三节 自选南拳类项目

一、南拳主要动作技术要求

二、南刀主要动作技术要求

三、南棍主要动作技术要求

第四章 其他

第一节 武术套路竞赛礼仪

一、抱拳礼

二、抱刀礼

三、持剑礼

四、持枪（棍）礼

第二节 武术套路竞赛服装

一、长拳类项目比赛服装图示

二、太极类项目比赛服装图示

三、南拳类项目比赛服装图示

四、服装要求

第三节 常用表格

一、武术套路比赛报名表（表 8）

二、自选套路难度登记及评分表（表 9）

三、自选套路必选动作登记及评分表（表 10）

四、自选套路创新难度申报审批表（表 11）

五、无电脑计分系统评分表

（一）动作质量评分表（表 12-1）

（二）演练水平评分表（表 12-2）

（三）难度评分表（表 12-3）

（四）自选项目检录（评分记录）表（表 12-4）

（五）无难度要求项目检录（评分记录）表（表 12-5）

六、武术套路比赛总成绩记录表（表 13）

七、单项（对练、全能）录取名次表（表 14）

八、团体（集体）录取名次表（表 15）

九、比赛项目数统计表（表 16）

十、参加人数统计表（表 17）

第四节 成绩公布栏示意图

第五节 场地示意图

第一章 自选项目的评判

第一节 动作质量的评分

一、自选项目动作规格错误内容及扣分标准

（一）自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术动作规格错误内容及扣分标准（表 1-1）

类别	动作	扣分内容	一级 编码	二级 编码
平衡	搬脚朝天（侧踢抱脚、侧朝天蹬）直立	▼支撑腿弯曲▼上举腿弯曲	1	10
	后踢抱脚直立	▼支撑腿弯曲▼上体前倾超过 45 度		11
	仰身平衡	▼前举腿低于水平		12
	十字平衡	▼躯干低于水平		13
	扣腿平衡	▼支撑腿大腿未接近水平		14
腿法	前扫腿	▼支撑腿大腿高于水平▼扫转腿脚掌离地▼扫转腿弯曲	2	20
	后扫腿	▼扫转腿脚掌离地▼扫转腿弯曲		21
	跌叉	▼竖叉前脚内触地▼两腿未成一直线		22
	弹腿、踹腿	▼未由屈到伸		23
跳跃	腾空飞脚、旋风脚、腾空摆莲	▼击响腿脚尖未过肩▼击拍落空	3	30
	腾空正踢腿	▼悬垂腿弯曲		31
	侧空翻、侧空翻转体 360 度	▼空中腿明显弯曲		32
	旋子、旋子转体	▼转体时上体高于水平 45 度▼空中腿明显弯曲		33
	腾空箭弹	▼起跳腿未由屈到伸弹出▼弹出腿低于水平		34
步型	弓步	▼前腿膝部未达脚背▼屈蹲腿未达水平▼后脚跟离地 ▼后脚尖未内扣	5	50
	马步	▼上体明显前倾▼屈蹲腿未达水平▼两脚间距过小 ▼脚跟离地▼脚尖外展		51
	虚步	▼屈蹲腿未达水平▼屈蹲腿脚跟离地		52
	仆步	▼屈蹲腿未全蹲▼仆腿未伸直▼仆腿全脚掌未内扣着地		53
器械 方法	挂剑、撩剑	▼直腕	6	60
	握剑	▼食指扣握在剑盘前沿触及剑刃		61
	缠头裹脑	▼刀背远离身体		62
	拦枪、拿枪	▼枪尖未划弧		63
	扎枪	▼后手留把		64
	立舞花枪、立舞花棍、双手提撩花棍	▼未呈立圆		65
	器械抛接	▼抱接器械▼未单手接握剑柄、刀柄、棍身、枪身		66

注：1、在一个动作中出现两个以上动作规格错误，均一次性扣 0.1 分。

2、在一组动作中出现两个以上器械方法错误，均一次性扣 0.1 分。

3、凡平衡动作必须出现静止状态；持久平衡静止时间不得少于 2 秒。

（二）自选太极拳、太极剑动作规格错误内容及扣分标准（表 1-2）

类别	动作	扣分内容	一级 编码	二级 编码
平衡	前举腿低势平衡	▼前举腿低于水平	1	15
	后插腿低势平衡	▼插出腿脚触地		16
	低势前蹬踩脚	▼支撑腿脚跟离地▼前蹬踩前腿膝部弯曲▼脚尖未外展		17
	侧踹平衡	▼踹腿未由曲到伸		18
腿法	分脚、蹬脚	▼上举腿低于水平▼上举腿未伸直	2	24
	摆莲脚	▼击响时摆动腿弯曲▼击拍落空		25
	拍脚	▼击响时摆动腿弯曲▼击拍落空		26
	雀地龙	▼前脚掌内扣触地▼两大腿夹角小于 45 度		27
跳跃	腾空飞脚、旋风脚、腾空摆莲	▼击响腿脚尖未过肩▼击拍落空	3	30
	腾空正踢腿	▼悬垂腿弯曲		31
步型 步法	弓步	▼前腿膝部未达脚背▼后脚跟离地	5	50
	仆步	▼屈蹲腿未全蹲▼仆腿未伸直▼仆腿全脚掌未内扣着地		53
	上步、退步、进步、跟步、侧行步	▼脚拖地（特殊动作要求除外）▼移动时重心起伏▼抬脚过高		54
器械 方法	挂剑、撩剑	▼直腕	6	60
	握剑	▼食指扣握在剑盘前沿触及剑刃		61

注：1、在一个动作中出现两个以上动作规格错误，均一次性扣 0.1 分。

2、在一组动作中出现两个以上步法与器械方法错误，均一次性扣 0.1 分。

（三）自选南拳、南刀、南棍动作规格错误内容及扣分标准（表 1-3）

类别	动作	扣分内容	一级 编码	二级 编码
腿法	前扫腿	▼支撑腿大腿高于水平▼扫转腿脚掌离地▼扫转腿弯曲	2	22
	横钉腿	▼钉腿直摆▼未横向异侧钉击		28
跳跃	腾空飞脚、旋风脚、腾空外摆腿	▼击响腿或摆动腿脚尖未过肩▼腾空飞脚、旋风脚击拍落空	3	30
跌扑	腾空盘腿 360 度侧扑	▼摆动腿脚未过头	4	40
	鲤鱼打挺直立	▼手撑扶地面		41
	腾空双侧踹	▼踹出腿未并拢▼踹出腿弯曲		42
步型	弓步	▼屈蹲腿未接近半蹲▼后脚跟离地	5	50
	马步	▼上体明显前倾▼屈蹲腿未接近半蹲▼屈蹲腿低于水平 ▼两脚间距过小▼脚跟离地		51
	虚步	▼屈蹲腿脚跟离地▼屈蹲腿未接近半蹲		52
	仆步	▼屈蹲腿未全蹲▼仆腿未伸直▼仆腿全脚掌未内扣着地		53
	蝶步	▼跪地腿小腿内侧未着地▼跪地腿脚跟内侧未着地		55
	跪步	▼下跪腿膝部着地▼臀部未坐在下跪腿小腿上		56
	骑龙步	▼后腿膝部着地▼前腿未接近半蹲		57
器械 方法	缠头裹脑	▼刀背远离身体	6	62
	顶棍	▼把端未柱地▼梢端低于头		67

注：1、在一个动作中出现两个以上动作规格错误，均一次性扣 0.1 分。

2、在一组动作中出现两个以上器械方法错误，均一次性扣 0.1 分。

二、自选项目和无难度要求项目（单项）其他错误内容及扣分标准

（一）其他错误内容及扣分标准（表 1-4）

类别	扣分内容	编码
失去平衡错误	上体晃动、脚移动或跳动	70
	附加支撑（扣 0.2 分）	71
	倒地（扣 0.3 分）	72
器械服饰错误	器械触地、脱把、碰身、变形	73
	器械折断（扣 0.2 分）	74
	器械掉地（扣 0.3 分）	75
	刀彩、剑穗、枪缨、服饰、头饰掉地；刀彩、剑穗、软器械缠手（缠身）；服装开纽或撕裂；鞋脱落	76
其他错误	持久平衡静止时间不足 2 秒	77
	身体任何一部分触及线外地面	78
	遗忘	79

注：1、晃动：是指双脚或单脚支撑时，上体出现的双向位移。

2、移动：是指双脚或单脚或一脚一腿支撑时，任何一脚出现的位移。

3、附加支撑：是指由于失去平衡造成手、肘、膝、头部、上臂、非支撑脚触地或借助器械撑地。

4、倒地：是指双手、肩、躯干、臀部触地。

5、持久平衡静止时间：以首次出现静止状态开始计时。

6、器械接触线外地面或身体某一部分在空间超越了场地，不应判为出界。

7、未标明扣分分值的均为扣 0.1 分。

8、在一个动作中连续出现两个以上其他错误，应累计扣分。

第二节 演练水平的评分

一、自选项目演练水平等级分评分标准和编排错误内容及扣分标准（表 2-1）

档次	级别	分数段	评分依据
好	①级	3.00--2.91	动作规范，方法正确，劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步及身械配合协调，节奏分明，风格突出、动作与音乐和谐一致为“好”。
	②级	2.90--2.71	
	③级	2.70--2.51	
一般	④级	2.50--2.31	动作较规范，方法较正确，劲力较充足，用力较顺达，力点较准确，手眼身法步及身械配合较协调，节奏较分明，风格较突出、动作与音乐较和谐一致为“一般”。
	⑤级	2.30--2.11	
	⑥级	2.10--1.91	
不好	⑦级	1.90--1.61	动作不规范，方法不正确，劲力不充足，用力不顺达，力点不准确，手眼身法步及身械配合不协调，节奏不分明，风格不突出、动作与音乐不和谐一致为“不好”。
	⑧级	1.60--1.31	
	⑨级	1.30--1.01	
编排	编码	扣分内容	
内容	01-08 86-88	自选套路规定内容中的动作每缺少一个（扣 0.2 分）	
结构 布局	81	静止姿势（持久平衡除外）停顿时间超过 3 秒或太极拳、太极剑完成难度前出现停顿	
	82	出现无方法的停顿	
	83	未运用场地四角位和中间位，每缺一方位者	
音乐	84	出现有伴唱配乐（扣 0.3 分）	
	85	规程规定的配乐项目未配乐（扣 0.5 分）	

注：未标明扣分分值的均为扣 0.1 分。

二、自选项目主要动作名称编码对照表（表 2-2）

项目	86	87	88	01	02	03	04	05	06	07	08
长拳	弓步	虚步	仆步	弹腿	踹腿	后扫腿	顶肘	扣腿平衡	拳	掌	勾
剑术	弓步	虚步	仆步	刺剑	挂剑	撩剑	点剑	劈剑	截剑	崩剑	剪腕花
刀术	弓步	虚步	仆步	缠头	裹脑	劈刀	斩刀	挂刀	云刀	扎刀	背花刀
枪术	弓步	虚步	仆步	拦枪	拿枪	扎枪	穿枪	崩枪	点枪	舞花枪	挑把
棍术	弓步	虚步	仆步	劈棍	崩棍	绞棍	平抡棍	云棍	戳棍	舞花棍	提撩花棍
太极拳	弓步	虚步	仆步	揽雀尾	野马分鬃	搂膝拗步	云手	左右穿梭	掩手肱捶	倒卷肱	搬拦捶
太极剑	弓步	虚步	仆步	刺剑	挂剑	撩剑	点剑	劈剑	截剑	抹剑	绞剑
南拳	弓步	虚步	仆步	骑龙步	蝶步	麒麟步	虎爪	挂盖拳	抛拳	滚桥	横钉腿
南刀	弓步	虚步	骑龙步	缠头	裹脑	劈刀	抹刀	格刀	截刀	扫刀	剪腕花刀
南棍	弓步	虚步	骑龙步	劈棍	崩棍	绞棍	滚压棍	格棍	击棍	顶棍	抛棍

第三节 难度的评分

一、自选项目难度编码识别对照表

（一）平衡、腿法动作难度编码识别（表 3-1）

类别	一级编码	状态	二级编码	腿式	三级编码	四级编码	
平衡	1	直立	1	搬	1	A 级	0
		仰身	2	踢	2	B 级	1
腿法	2	俯身	3	控	3	C 级	2
		屈蹲	4	扫	4		

（二）跳跃、跌扑动作难度编码识别（表 3-2）

类别	一级编码	状态	二级编码	腿向	三级编码	四级编码	
跳跃	3	直体	1	无	1	A 级	0
		垂转	2	前上踢	2	B 级	1
		矢转	3	向内、左	3	C 级	2
		额转	4	向外、右	4		
跌扑	4	复转	5	向前	5		
		璇	6	向后	6		
				向下	7		

（三）被连接动作及抛接编码识别（表 3-3）

仆步	马步	蝶步	提膝独立	跌竖叉	雀地龙	坐盘	弓步	+接	单脚落
+0	+1	+2	+3	+4	+5	+6	+7	+8	+9

二 自选项目难度内容及等级与分值确定表

(一) 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度内容及等级与分值确定(表 4-1)

动作难度					连接难度									
分类	等级	分值	内容	编码	连接类别	等级	分值	内容	编码					
平衡	A 级	0.2	搬腿朝天直立	111A	动静连接	A 级	0.10	旋风脚 360 度 + 马步	323A + 1A					
			侧踢抱脚直立	112A				腾空摆莲 360 度 + 马步	324A + 1A					
			仰身平衡	123A				旋风脚 360 度 + 跌竖叉	323A + 4A					
	B 级	0.3	十字平衡	133B				旋子转体 360 度 + 跌竖叉	353B + 4A					
			后踢抱脚直立	112C				腾空摆莲 360 度 + 跌竖叉	324A + 4A					
腿法	A 级	0.2	直身前扫 540 度	244A				侧空翻 + 跌竖叉	335A + 4A					
	B 级	0.3	直身前扫 900 度	244B				旋风脚 360 度 + 坐盘	323A + 6A					
跳跃	A 级	0.2	旋风脚 360 度	323A				A 级	0.10	腾空摆莲 360 度 + 坐盘	324A + 6A			
			旋子	333A						旋子 + 坐盘	333A + 6A			
			腾空摆莲 360 度	324A						腾空飞脚 + 坐盘	312A + 6A			
			侧空翻	335A						前扫腿 540 度 + 坐盘	244A + 6A			
			腾空飞脚(斜飞脚、双飞脚)	312A						腾空摆莲 360 度 + 弓步	324A + 7A			
			旋风脚 540 度	323B						抛 + 抢背 + 接	445A + 8A			
	B 级	0.3	旋子转体 360 度	353B						动静连接	B 级	0.15	抛 + 腾空飞脚 + 接	312A + 8A
			腾空摆莲 540 度	324B									腾空飞脚 + 侧空翻(1 步内)	312A+335A(B)
			侧空翻转体 360 度	355B	旋风脚 360 度+旋子转体 720 度(4 步内)	323A+353C(B)								
			腾空正踢腿	312B	旋风脚 540 度 + 马步	323B + 1B								
			C 级	0.4	侧空翻转体 720 度	355C	腾空摆莲 540 度 + 马步						324B + 1B	
					旋风脚 720 度	323C	旋风脚 360 度 + 提膝独立						323A + 3B	
	旋子转体 720 度	353C			腾空摆莲 360 度 + 提膝独立	324A + 3B								
	腾空摆莲 720 度	324C			旋风脚 540 度 + 跌竖叉	323B + 4B								
	D 级	0.25	侧空翻转体 720 度	355C	动静连接	C 级	0.20						抛 + 旋风脚 360 度 + 接	323A + 8B
			旋风脚 720 度	323C				抛 + 腾空摆莲 360 度 + 接	324A + 8B					
			旋子转体 720 度	353C				旋子转体 360 度+旋风脚 720 度(4 步内)	353B+323C(C)					
			腾空摆莲 720 度	324C				旋风脚 720 度 + 马步	323C + 1C					
	D 级	0.25	侧空翻转体 720 度	355C	动静连接	D 级	0.25	旋风脚 540 度 + 提膝独立	323B + 3C					
			旋风脚 720 度	323C				腾空摆莲 540 度 + 提膝独立	324B + 3C					
旋子转体 720 度			353C	腾空摆莲 720 度 + 马步				324C + 1D						
腾空摆莲 720 度			324C	旋风脚 720 度 + 跌竖叉				323C + 4D						
D 级	0.25	侧空翻转体 720 度	355C	动静连接	D 级	0.25	旋子转体 720 度 + 跌竖叉	353C + 4D						
		旋风脚 720 度	323C											
		旋子转体 720 度	353C											
		腾空摆莲 720 度	324C											

注: 1、动作难度中, 跳跃动作起跳时只能上四步起跳; 353C 落地必须衔接跌竖叉; 323B 落地必须衔接跌竖叉、马步或提膝独立; 324C 落地必须衔接马步; 323C 落地必须衔接马步或跌竖叉。312B 的踢起腿必须是起跳腿。

2、连接难度中, 动静连接的被连接动作必须呈静止状态。必须选择连接马步、提膝独立、跌竖叉。器械中抛接只能选做一种。

3、凡平衡类动作难度, 均为持久性平衡。

(二) 自选太极拳、太极剑难度内容及等级与分值确定 (表 4-2)

动作难度					连接难度							
分类	等级	分值	内容	编码	连接类别	等级	分值	内容	编码			
平衡	A 级	0.2	前举腿低势平衡	143A	动静连接	A 级	0.10	腾空飞脚 + 腾空摆莲 360 度(无步)	312A+324B(A)			
			低势前蹬踩脚	142A				旋风脚 360 度 + 起跳脚落地	323B + 9A			
			侧踹平衡	132A				腾空摆莲 360 度 + 起跳脚落地	324B + 9A			
	B 级	0.3	后插腿低势平衡	143B	腾空飞脚 + 起跳脚落地			312A + 9A				
	C 级	0.4	侧朝天蹬直立	113C	静静连接			低势前蹬踩脚 + 转体 180 度成提膝独立	142A + 3A			
腿法	A 级	0.2	分脚、蹬脚	212A	静静连接		前举腿低势平衡 + 转体 180 度成提膝独立	143A + 3A				
跳跃	A 级	0.2	腾空飞脚	312A	动静连接	B 级	0.15	腾空飞脚 + 腾空摆莲 540 度(无步)	312A+324C(B)			
	B 级	0.3	腾空正踢腿	312B	动静连接			腾空正踢腿 + 起跳脚落地	312B + 9B			
			腾空飞脚向内转体 180 度	322B				腾空飞脚向内转体 180 度 + 提膝独立	322B + 3B			
			旋风脚 360 度	323B				腾空飞脚 + 提膝独立	312A + 3B			
			腾空摆莲 360 度	324B				腾空摆莲 360 度 + 雀地龙	324B + 5B			
	C 级	0.4						动静连接	C 级	0.20	后插腿低势平衡 + 摆莲脚转体 180 度成提膝独立	143B + 3B
											腾空摆莲 540 度 + 雀地龙	324C + 5C
											旋风脚 360 度 + 提膝独立	324B + 3C
											腾空摆莲 360 度 + 提膝独立	324B + 3C
D 级						0.25						
	腾空摆莲 540 度 + 提膝独立	324C + 3D										

注：1、动作难度中，跳跃动作起跳时只能上一步起跳；322B、323B、323C 落地必须衔接提膝独立；324B、324C 落地衔接雀地龙应左腿在前。312B 的踢起腿必须是起跳腿。

2、连接难度中，单脚落地时，击响（踢起）脚和落地脚应为同一脚。连接雀地龙只能选做一种。必须选择连接雀地龙、提膝独立。

（三）自选南拳、南刀、南棍难度内容及等级与分值确定（表 4-3）

动作难度					连接难度				
分类	等级	分值	内 容	编 码	连接类别	等级	分值	内 容	编 码
腿法	A 级	0.2	直身前扫 540 度	244A	动动连接			旋风脚 360 度 + 腾空飞脚(2 步内)	323A+312A(A)
	B 级	0.3	直身前扫 900 度	244B				旋风脚 360 度 + 单跳后空翻(2 步内)	323A+346B(A)
跳跃	A 级	0.2	旋风脚 360 度	323A	动静连接	A 级	0.10	腾空外摆腿 360 度 + 马步	324A + 1A
			腾空外摆腿 360 度	324A				旋风脚 360 度 + 蝶步	323A + 2A
			腾空飞脚	312A				腾空飞脚 + 提膝独立	312A + 3A
			原地后空翻	346A				动动连接	
	B 级	0.3	旋风脚 540 度	323B	动静连接	B 级	0.15		
			腾空外摆腿 540 度	324B				原地后空翻 + 蝶步	346A + 2B
			单跳后空翻	346B				单跳后空翻 + 蝶步	346B + 2B
			腾空飞脚向内转体 180 度	322B				旋风脚 540 度 + 蝶步	323B + 2B
	C 级	0.4	旋风脚 720 度	323C	动静连接	C 级	0.20	腾空飞脚向内转体 180 度 + 提膝独立	322B + 3B
			腾空外摆腿 720 度	324C				旋风脚 360 度 + 提膝独立	323A + 3C
单跳后璇翻 360 度			366C	腾空外摆腿 360 度 + 提膝独立				324A + 3C	
跌扑	A 级	0.2	腾空双侧踹	415A	动静连接			单跳后璇翻 360 度 + 蝶步	366C + 2C
			腾空盘腿 360 度侧扑	423A				旋风脚 720 度 + 马步	323C + 1D
	C 级	0.4	鲤鱼打挺直立	447C				腾空外摆腿 720 度 + 马步	324A + 1D
								鲤鱼打挺直立 + 提膝独立	447C + 3D

注：1、动作难度中，跳跃和跌扑动作起跳时只能上四步起跳；346A、346B、366C 和 323B 落地必须衔接蝶步；312A、322B、447C 落地必须衔接提膝独立；324B、323C、324C 落地必须衔接马步；324A、324B、324C 可以不击响。

2、连接难度中，单脚落地时，击响（踢起）脚和落地脚应为同一脚；动静连接的被连接动作必须呈静止状态；必须选择连接马步、蝶步、提膝独立。

三 自选项目难度完成不符合规定的确认

(一) 自选长拳、剑术、刀术、枪术、棍术难度完成不符合规定的确认(表 4-4)

难度	类别	内容	不符合规定的确认	
动作难度	平衡	搬腿朝天直立; 侧踢抱脚直立; 十字平衡	▲上举腿未达垂直	
		后踢抱脚直立	▲上举腿未达垂直▲未从肩后抓抱踢起脚	
		仰身平衡	▲上身高于水平 45 度	
	腿法	直身前扫 540 度; 直身前扫 900 度	▲扫转度数不足	
	跳跃	旋风脚 360 度; 旋风脚 540 度; 旋风脚 720 度	▲起跳前助跑超过四步▲转体度数不足 ▲里合腿的腿高未达水平	
		旋子、侧空翻	▲起跳超过四步▲未腾空	
		腾空摆莲 360 度; 腾空摆莲 540 度; 腾空摆莲 720 度	▲起跳前助跑超过四步▲转体度数不足 ▲外摆腿的腿高未达水平	
		旋子转体 360 度; 旋子转体 720 度; 侧空翻转体 360 度; 侧空翻转体 720 度	▲起跳前助跑超过四步▲转体度数不足	
		腾空飞脚(斜飞脚、双飞脚)	▲起跳前助跑超过四步▲未腾空 ▲击响腿的腿高未达水平	
		腾空正踢腿	▲起跳前助跑超过四步▲未腾空 ▲上踢腿脚尖未触及前额	
连接难度	动静连接	腾空飞脚 + 侧空翻(1 步内)	▲跳跃动作之间的助跑步数超出一步或四步 ▲动作难度未完成	
		旋风脚 360 度 + 旋子转体 720 度(4 步内)		
		旋子转体 360 度 + 旋风脚 720 度(4 步内)		
	动静连接	直身前扫腿 540 度 + 坐盘; 旋风脚 360 度 + 坐盘 旋子 + 坐盘; 腾空摆莲 360 度 + 坐盘; 腾空飞脚 + 坐盘	▲两大腿未交叉	
		旋风脚 360 度 + 马步; 旋风脚 540 度 + 马步 旋风脚 720 度 + 马步; 腾空摆莲 360 度 + 马步 腾空摆莲 540 度 + 马步; 腾空摆莲 720 度 + 马步 腾空摆莲 360 度 + 弓步	▲两脚依次落地 ▲脚移动、跳动、附加支撑、倒地	
		旋风脚 360 度 + 跌竖叉; 旋风脚 540 度 + 跌竖叉 旋风脚 720 度 + 跌竖叉; 旋子转体 360 度 + 跌竖叉 旋子转体 720 度 + 跌竖叉; 腾空摆莲 360 度 + 跌竖叉 侧空翻 + 跌竖叉	▲两腿依次落地 ▲附加支撑、倒地	
		旋风脚 360 度 + 提膝独立; 旋风脚 540 度 + 提膝独立 腾空摆莲 360 度 + 提膝独立; 腾空摆莲 540 度 + 提膝独立	▲击响脚未单脚落地▲落地时脚移动、跳动 ▲提膝腿脚触地	
		套嵌连接	抛 + 抢背 + 接; 抛 + 腾空飞脚 + 接	▲跳跃动作未腾空▲旋风脚、腾空摆莲度数不足 ▲抢背一手或后臀、膝未离地 ▲未接握住器械或接抓刀彩、剑穗
			抛 + 旋风脚 360 度 + 接; 抛 + 腾空摆莲 360 度 + 接	

注: 1、跳跃动作转体双脚落地或跳跃动作转体落地接马步、跌竖叉, 均以起跳时两脚之间连线和落地时两脚之间连线的夹角来计算转体度数。

2、跳跃动作转体单脚落地, 均以该脚起跳时和落地时脚尖与脚跟连线的延长线的夹角来计算转体度数。

3、扫转性腿法的扫转度数, 均以扫转腿的脚的起止转动度数来计算扫转度数。

4、动静连接中, 323A + 353C、353B + 323C 的步数, 以前一个跳跃动作两脚落地后的任何一脚上步开始计算; 312A + 335A 的步数, 以前一个跳跃动作一脚落地后的任何一脚上步开始计算。

5、借助器械撑地完成平衡动作难度, 其动作难度不确认。

6、平衡动作难度和动静连接的被连接动作必须呈静止状态。

(二) 自选太极拳、太极剑难度完成不符合规定的确认 (表 4-5)

难度	类别	内容	不符合规定的确认
动作 难度	平衡	前举腿低势平衡；后插腿低势平衡	▲支撑腿大腿高于水平▲手扶按支撑腿
		低势前蹬踩脚平衡	▲支撑腿大腿高于水平▲前蹬踩脚触地
		侧踹平衡	▲侧踹腿脚内侧低于肩▲上体侧倾超过 45 度
		侧朝天蹬直立	▲上蹬腿未达垂直▲上体侧倾超过 45 度
	腿法	分脚、蹬脚	▲上举腿脚跟低于肩
	跳跃	旋风脚 360 度；旋风脚 540 度	▲起跳前助跑超过一步▲转体度数不足 ▲里合腿的腿高未达水平
		腾空摆莲 360 度；腾空摆莲 540 度	▲起跳前助跑超过一步▲转体度数不足 ▲外摆腿的腿高未达水平
		腾空飞脚	▲起跳前助跑超过一步▲未腾空
		腾空正踢腿	▲起跳前助跑超过一步 ▲腾空上踢腿脚尖未触及前额
		腾空飞脚向内转体 180 度	▲起跳前助跑超过一步▲转体度数不足
连接 难度	动动 连接	腾空飞脚 + 腾空摆莲 360 度(无步) 腾空飞脚 + 腾空摆莲 540 度(无步)	▲跳跃动作之间出现助跑步数 ▲动作难度未完成
	动静 连接	腾空飞脚 + 起跳脚落地；旋风脚 360 度 + 起跳脚落地 腾空摆莲 360 度+起跳脚落地；腾空正踢腿 + 起跳脚落地	▲击响(踢起)脚未单脚落地 ▲脚移动、跳动
		腾空飞脚+提膝独立；腾空飞脚向内转体 180 度+提膝独立 旋风脚 360 度 + 提膝独立；旋风脚 540 度 + 提膝独立 腾空摆莲 360 度 + 提膝独立；腾空摆莲 540 度 + 提膝独立	▲击响脚未单脚落地▲落地时脚移动、跳动 ▲提膝腿脚触地
		腾空摆莲 360 度 + 雀地龙；腾空摆莲 540 度 + 雀地龙	▲两腿依次落地▲附加支撑、倒地
		静静 连接	低势前蹬踩脚 + 转体 180 度成提膝独立 前举腿低势平衡 + 转体 180 度成提膝独立 后插腿低势平衡 + 摆莲脚转体 180 度成提膝独立

注：1、凡跳跃动作转体接跌雀地龙叉落地，均以起跳时转体方向同侧腿脚尖与脚跟连线的延长线和落地时异侧腿的轴线的延长线的夹角来计算转体度数。

2、凡跳跃动作转体单脚落地，均以该脚起跳时和落地时脚尖与脚跟连线的延长线的夹角来计算转体度数。

3、动动连接中 312A + 324B、312A + 324C 必须在前一个跳跃动作两脚同时落地后直接起跳。

4、静静连接中不得上步，以支撑脚转体前和转体后脚尖与脚跟连线的延长线的夹角来计算转体度数。

5、单脚落地时，击响（踢起）脚和落地脚应为同一腿。

(三) 自选南拳、南刀、南棍难度完成不符合规定的确认 (表 4-6)

难度	类别	内容	不符合规定的确认	
动作 难度	腿法	直身前扫 540 度；直身前扫 900 度	▲扫转度数不足	
	跳跃	旋风脚 360 度；旋风脚 540 度；旋风脚 720 度	▲起跳前助跑超过四步▲转体度数不足 ▲里合腿的腿高未达水平	
		腾空外摆腿 360 度；腾空外摆腿 540 度；腾空外摆腿 720 度	▲起跳前助跑超过四步▲转体度数不足 ▲外摆腿的腿高未达水平	
		原地后空翻	▲起跳前脚移步	
		单跳后空翻	▲起跳前助跑超过二步	
		单跳后璇翻 360 度	▲起跳前助跑超过二步	
		腾空飞脚向内转体 180 度	▲起跳前助跑超过一步▲转体度数不足	
	跌扑	腾空双侧踹	▲起跳前助跑超过四步▲踹出腿低于水平	
		腾空盘腿 360 度侧扑	▲起跳前助跑超过四步▲转体度数不足	
		鲤鱼打挺直立	▲打挺起身未成直立状态	
	连接 难度	动动 连接	旋风脚 360 度 + 腾空飞脚(2 步内) 旋风脚 360 度 + 单跳后空翻(2 步内) 旋风脚 360 度 + 单跳后璇翻 360 度(2 步内)	▲跳跃动作之间的助跑步数超过二步 ▲动作难度未完成
			动静 连接	旋风脚 360 度 + 蝶步；旋风脚 540 度 + 蝶步 单跳后璇翻 360 度 + 蝶步
旋风脚 720 度 + 马步；腾空外摆腿 360 度 + 马步 腾空外摆腿 540 度 + 马步；腾空外摆腿 720 度 + 马步				
原地后空翻 + 蝶步；单跳后空翻 + 蝶步		▲空翻落地时手撑地		
			腾空飞脚+提膝独立；腾空飞脚向内转体 180 度 + 提膝独立 旋风脚 360 度 + 提膝独立；腾空外摆腿 360 度 + 提膝独立 鲤鱼打挺直立 + 提膝独立	▲击响脚未单脚落地▲落地时脚移动、跳动 ▲提膝腿脚触地

注：1、跳跃动作转体双脚落地或跳跃动作转体落地接做步型，均以起跳时两脚之间连线和落地时两脚之间连线的夹角来计算转体度数。

2、凡跳跃动作转体单脚落地，均以该脚起跳时和落地时脚尖与脚跟连线的延长线的夹角来计算转体度数。

3、扫转性腿法的扫转度数，均以扫转腿的脚的起止转动度数来计算扫转度数。

4、动动连接中 323A + 346B、323A + 312A、323A + 366C 的步数，以前一个跳跃动作一脚落地后的任何一脚上步开始计算。

5、单脚落地时，击响（踢摆）脚与落地脚应为同一脚。

6、动静连接的被连接动作必须呈静止状态。

第二章 无难度要求项目的评判

第一节 动作质量的评分

单练项目按照自选项目动作规格错误内容及扣分标准（表 1-1、表 1-2、表 1-3）和自选项目及无难度要求项目（单项）其他错误内容及扣分标准（表 1-4）执行。

第二节 演练水平的评分

一、无难度要求项目演练水平等级分评分标准和编排错误扣分标准（表 5）

等级分评分标准			编排		
档次	级别	分数段		扣分内容	编码
好	①级	5.00--4.81	内容	各项目规定套路中漏做或增加一个完整动作（扣 0.2 分）	80
	②级	4.80--4.51		规定南拳、南刀、南棍套路中未按规定发声	81
	③级	4.50--4.21	结构 布局	各项目规定套路中跳跃动作的助跑步数或行进动作的步数缺少或增加	82
一般	④级	4.20--3.81			
	⑤级	3.80--3.41		太极拳、太极剑动作路线和方向超过 45 度；长拳、南拳及器械超过 90 度	83
⑥级	3.40--3.01				
不好	⑦级	3.00--2.51	音乐	出现有伴唱配乐（扣 0.3 分）	84
	⑧级	2.50--2.01			
	⑨级	2.00--1.51		规程规定配乐的项目无配乐（扣 0.5 分）	85

注：编排错误扣分内容中，未标明扣分值均为扣 0.1 分。

第三节 对练项目的评分

一、对练项目动作质量和其他错误内容及扣分标准（表 6）

类别	扣分内容	编码
其他 错误	定势时上体晃动、脚移动或跳动	70
	附加支撑（扣 0.2 分）	71
	动作失误的倒地（扣 0.3 分）	72
	器械脱把、碰身	73
	器械折断（扣 0.2 分）	74
	器械、枪头掉地（扣 0.3 分）	75
	刀彩、剑穗、枪缨、服饰、头饰掉地；刀彩、剑穗、软器械缠手（缠身）；服装开纽或撕裂；鞋脱落	76
	器械变形（扣 0.2 分）	77
	身体任一部位触及线外地面	78
	遗忘	79
方法 配合	远离进攻部位	90
	静止姿势时间超出	91
	无攻防演练时间超出	92
	击打落空或防守落空	93
	等待	94
	误中对方	95

注：1、器械碰身：是指持械碰及自身。

2、远离进攻部位：是指攻方的身体进攻部位或器械进攻部位未及或偏离攻击部位。

3、静止姿势时间超出：是指定势动作和倒地动作停顿时间超过 3 秒。

4、无攻防演练时间超出：是指非攻防动作演练时间超过 3 秒。

5、击打落空或防守落空：是指攻守双方未击中或未防中对方。

6、等待：是指攻守双方在配合上动作抢先出现的停顿或中断。

7、器械变形：是指器械弯曲角度超过 45 度。

8、器械接触线外地面或身体任一部位在空间超越了场地，不应判为出界。

9、未标明扣分分值的均为扣 0.1 分。

10、以上错误均按出现的人次累计扣分。

第四节 集体项目的评分

（一）集体项目动作质量和其他错误内容及扣分标准（表 7）

类别	扣分内容	编码
其他 错误	定势时上体晃动、脚移动或跳动	70
	附加支撑（扣 0.2 分）	71
	倒地（扣 0.3 分）	72
	器械脱把、碰身、触地、弯曲变形	73
	器械折断（扣 0.2 分）	74
	掉地（扣 0.3 分）	75
	刀彩、剑穗、枪缨、服饰、头饰掉地；刀彩、剑穗、软器械缠手（缠身）；服装开纽或撕裂；鞋脱落	76
	持久平衡静止时间不足 2 秒	77
	身体任一部位触及线外地面	78
	遗忘	79
方法	步型、腿法动作规格与要求不符	96
	跳跃、跌扑动作规格与要求不符	97
	各种器械方法规格与要求不符	98
配合	同一动作不整齐或队形不整齐	99
	对练时击打或防守落空	93
	对练时等待对方进攻	94
	对练时误中、误伤对方（扣 0.2 分）	95

注：1、未标明扣分分值的均为扣 0.1 分。

2、以上错误均按出现的人次累计扣分。

第三章 自选项目主要动作技术要求

第一节 自选长拳类项目

一、长拳主要动作技术要求

- （一）拳：五指卷紧，拳面要平，拇指压于食指、中指第二指节上。
- （二）掌：拇指外展或屈曲，其余四指伸直并拢向后伸张。
- （三）勾：屈腕五指撮拢。
- （四）弓步：弓出腿屈膝半蹲，大腿成水平；另一腿挺膝蹬直，脚跟不得离地。
- （五）仆步：全蹲腿大腿接近脚跟，另一腿接近地面仆直，两脚脚跟不得离地。
- （六）虚步：屈蹲腿大腿成水平，脚跟不得离地，另一腿脚尖点地。
- （七）弹腿：支撑腿直立或微屈，另一腿绷足由屈到伸向前挺膝弹出，力达脚尖。
- （八）踹腿：支撑腿直立或微屈，另一腿勾脚内扣由屈到伸向侧挺膝踹出，脚高过腰，力达脚底。
- （九）后扫腿：支撑腿脚跟提起全蹲旋转，扫转腿挺膝扫转一周或以上，脚掌不得离地。
- （十）顶肘：屈肘握拳，手心向下，肘尖前顶或侧顶，力达肘尖。
- （十一）扣腿平衡：支撑腿屈膝半蹲，大腿接近水平，另一腿屈膝，脚尖勾起并紧扣于支撑腿的膝后。

二、剑术主要动作技术要求

- （一）刺剑：剑直向刺出，力达剑尖，臂与剑身成一直线。
- （二）挂剑：立剑由前向上、向后或向下、向后贴身立圆环绕，力达剑身前部。
- （三）撩剑：立剑由下向前上方弧形撩击，力达剑身前段。
- （四）点剑：立剑提腕，使剑尖猛然向前下点击，力达剑尖。
- （五）劈剑：立剑由上向下劈击，力达剑身。
- （六）截剑：剑身斜向上或下摆击，力达剑身前部。
- （七）崩剑：立剑坐腕，使剑尖猛然向前上方崩击，力达剑尖。
- （八）剪腕花：以腕为轴，立剑在臂两侧向前下贴身立圆环绕，力达剑尖。
- （九）步型：弓步、仆步、虚步。

三、刀术主要动作技术要求

- （一）缠头：刀尖下垂，刀背沿左肩贴背绕过右肩。
- （二）裹脑：刀尖下垂，刀背沿右肩贴背绕过左肩。
- （三）劈刀：立刀由上向下劈击，力达刀刃。
- （四）斩刀：平刀向左右横砍，高不过头，低不过肩，力达刀刃。
- （五）挂刀：立刀由前向上、向后或向下、向后贴身立圆环绕，力达刀背中部。
- （六）云刀：刀身在头顶或头前上方平圆环绕，力达刀背。
- （七）扎刀：刀直向扎出，力达刀尖，臂与刀身成一直线。
- （八）背花刀：以腕为轴，刀在身前、背后向下贴身立圆环绕，力达刀身。
- （九）步型：弓步、仆步、虚步。

四、枪术主要动作技术要求

- （一）拦枪：枪尖向外划弧，高不过头，低不过胯，力达枪身前段。
- （二）拿枪：枪尖向内划弧，高不过头，低不过胯，力达枪身前段。
- （三）扎枪：枪直线扎出，力达枪尖，后手必须触及前手。
- （四）穿枪：枪身必须贴近喉或腰或臂快速穿出，枪身要直。
- （五）崩枪：枪尖向上或向左右短促用力弹抖，力达枪尖。
- （六）点枪：枪尖向上、向前、向下短促用力击出，力达枪尖。
- （七）舞花枪：枪身要贴近身体连续快速立圆绕行。
- （八）挑把：枪把由下向上挑，力达把端。
- （九）步型：弓步、仆步、虚步。

五、棍术主要动作技术要求

- （一）劈棍：棍梢由上向下击出，力达棍前段。
- （二）崩棍：棍梢向上或向左右短促用力抖弹，力达棍梢。
- （三）绞棍：棍梢或棍把向内或向外立圆绕动，高不过肩，低不过膝，力达梢端或把端。
- （四）平抡棍：棍梢在胸部以上向左或向右平抡半周以上，力达棍前段。
- （五）云棍：棍在头前上方或上方平圆绕环一周，力达棍前段。
- （六）戳棍：棍梢或棍把直线向前击出，力达梢端或把端。
- （七）舞花棍：棍身要贴近身体连续快速立圆绕行。
- （八）提撩花棍：棍要贴近身体左右立圆绕动，速度要快。
- （九）步型：弓步、仆步、虚步。

第二节 自选太极类项目

一、太极拳主要动作技术要求

（一）揽雀尾：拥出臂必须呈弧形，低不过胸，弓步前腿膝不可超过脚尖；“捋”两手必须沿弧形运行，重心后移时两腿要虚实分明，上体保持中正；“挤”两臂向前须撑圆，前臂高不过口；“按”两臂必须弧形运行。

（二）野马分鬃：分手时两臂要保持弧形，前手高不过头，低不过肩，弓步前腿膝不可超过脚尖。

（三）搂膝拗步：搂手不可直臂，推掌须经耳旁向前推出，上步时后脚不可拖地、支撑腿不可跪膝，弓步前腿膝不可超过脚尖。

（四）云手：以腰为轴带动两手在体前翻转拧裹立圆云拨，手高不过眉，重心不可忽高忽低。

（五）左右穿梭：两手上托和前推要协调一致，两臂成弧形，前推之手高不过眉，低不过腰，沉肩垂肘，松腰敛臀。

（六）掩手肱捶：臂内旋使拳由肋间向前发劲冲抖，高不过胸，低不过腰，力达拳面。

（七）倒卷肱：退步轻灵，身体平稳，不可左右歪斜，前推手指高不过眉，低不过肩。

（八）搬拦捶：手臂不可伸直，搬（压）拳和拦掌动作要有明显的弧度，不可直来直往，身体转动与两臂动作要配合恰当。

（九）步型：弓步、仆步、虚步。

二、太极剑主要动作技术要求

- （一）刺剑：剑直向刺出，力达剑尖，臂与剑身成一直线。
- （二）挂剑：立剑由前向上、向后或向下、向后贴身立圆环绕，力达剑身前部。
- （三）撩剑：立剑由下向前上方弧形撩击，力达剑身前段。
- （四）点剑：立剑提腕，使剑尖向前下点击，力达剑尖。
- （五）劈剑：立剑由上向下劈击，力达剑身。
- （六）截剑：剑身斜向上或下摆击，力达剑身前部。
- （七）抹剑：平剑由右（左）向前向左（右）弧形抽回，高度在胸腹之间，力达剑身。
- （八）绞剑：平剑，剑尖向左（右）小立圆绕环，力达剑身前部，肘部微屈。
- （九）步型：弓步、仆步、虚步。

第三节 自选南拳类项目

一、南拳主要动作技术要求

- （一）骑龙步：一腿屈膝下蹲，另一腿脚跟提起，屈膝外撑接近地面，两腿间距保持在两脚半长，后小腿成水平。
- （二）蝶步：单蝶步必须一腿屈膝下蹲，另一腿跪地，小腿及脚内侧贴地；双蝶步必须两膝靠拢，两小腿及脚的内侧均贴地。
- （三）麒麟步：连续左右斜向横脚交叉迈步，盖步要短促，落步要沉实，两脚不可躁震。
- （四）虎爪：虎爪要求五指分开，第二、三指骨弯曲，除拇指外，其余四指第一节指骨尽力向手背一面伸展，使掌心凸出。
- （五）挂盖拳：挂拳必须自上向下快速扣击，力经拳棱滚至拳背；盖拳必须自上向下成弧形挥击，臂微屈，力达拳面。
- （六）抛拳：臂微屈使拳自下向上环形挥摆，力达拳眼。
- （七）滚桥：前臂向前下伸出，同时向内滚转，力达前臂内侧。
- （八）横钉腿：脚尖勾起，腿由屈到伸，由一侧向异侧前方横踢，力达脚掌外沿。
- （九）步型：弓步、仆步、虚步。

二、南刀主要动作技术要求

- （一）缠头：刀尖下垂，刀背沿左肩贴背绕过右肩，头部正直。
- （二）裹脑：刀尖下垂，刀背沿右肩贴背绕过左肩，头部正直。
- （三）劈刀：立刀由上向下劈击，力达刀刃，臂与刀成一直线。
- （四）抹刀：刀刃朝左（右）向前向左（右）弧形抽回，高度在胸腹之间，力达刀刃。
- （五）格刀：刀尖向上（下），向左（右）摆动，力达刀身。
- （六）截刀：刀刃斜向上或斜向下为截，力达刀刃前部。
- （七）扫刀：刀刃朝左（右），向前向左（右）横砍，与踝关节同高，力达刀刃。
- （八）剪腕花刀：以腕为轴，刀在臂两侧贴身立圆绕环，刃背分明。
- （九）步型：弓步、虚步、骑龙步。

三、南棍主要动作技术要求

- （一）劈棍：两手握棍，使棍由上向下用力劈出，力达棍前段。
- （二）崩棍：两手握棍，前手屈肘回拉，后手前推，使棍梢向上或向左右短促用力，力达棍梢。
- （三）绞棍：棍梢或棍把向内或向外立圆绕动，高不过肩，低不过膝，力达梢端或把端。
- （四）滚压棍：两手握棍同时回拉，前手臂外旋，沉压于大腿上方，手心朝上，力达棍前端。
- （五）格棍：棍身竖直在身前向左（右）横格，力达棍身。
- （六）击棍：两手握棍，使棍的梢端或把端向左右横向击出，力达棍端。
- （七）顶棍：两手握棍，使棍梢向前上顶撞，棍把柱地，力达棍尖。
- （八）抛棍：两手握棍，由下向上合力抛击，力达棍梢。
- （九）步型：弓步、虚步、骑龙步。

第四章 其他

第一节 武术套路竞赛礼仪

一、抱拳礼

并步站立，左掌右拳在胸前相抱（左指根线与右拳棱相齐），高与胸齐，拳、掌与胸间距离为 20—30 厘米。

二、抱刀礼

并步站立，左手抱刀，屈臂抬起使刀横于胸前，刀刃向上；右手成掌，以掌心附于左手拇指第一指节上，高与胸齐，两手与胸间距离为 20—30 厘米。

三、持剑礼

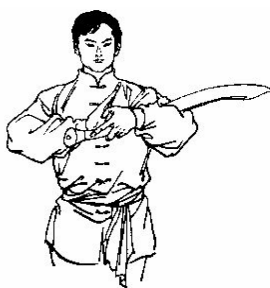
并步站立，左手持剑，屈臂抬起使剑身贴前臂外侧斜横于胸前；右手成掌，以掌外沿附于左手食指根节，高与胸齐，两手与胸间距离为 20—30 厘米。

四、持枪（棍）礼

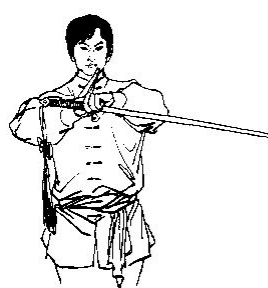
并步站立，右手持枪（棍）靠把端三分之一处，屈臂置于胸前，枪（棍）身直立；左手成掌，附于右手拇指第二指节上，两手与胸间距离为 20-30 厘米。



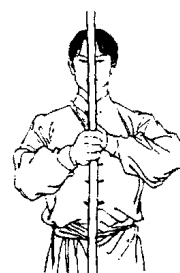
抱拳礼



抱刀礼



持剑礼



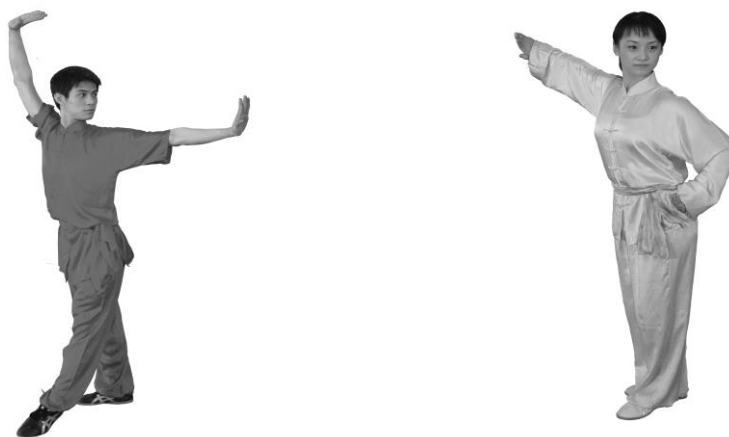
持枪（棍）礼

注：1、运动员若持双器械，应将器械交一手执握，行抱刀礼或持剑礼、持枪（棍）礼；若不适合行礼时，则应两手持械面向裁判长立正行注目礼。其他器械参照以上各种礼仪执行。

2、当检录员检查器械或裁判长要求检查器械时，若是短器械，运动员应使器械尖朝下，将器械竖直，送给裁判人员；若是长器械，运动员则应使梢（尖）朝上，将器械竖直，递给裁判人员。

第二节 武术套路竞赛服装

一、长拳类项目比赛服装图示



二、太极拳类项目比赛服装图示



三、南拳类项目比赛服装图示



四、服装要求

（一）长拳、太极拳、刀、剑、枪、棍、对练等项目服装款式及规格要求

1、对襟小褂，中式立领，七对中式直绊（长、短袖自定），太极拳、太极剑上衣长度不得超过本人直臂下垂时拇指指尖；

2、长袖均为灯笼袖，袖口为紧口；

3、中式灯笼裤、西式腰，横、立裆要适宜；

4、面料任选，颜色任选，必须是单色；

5、周身 3 分边，可用不同单色面料；

6、软腰巾（太极拳、太极剑不配软腰巾），可用不同单色面料。

（二）南拳类项目服装款式及规格要求

1、对襟、无领，七对中式直绊，女子为短袖上衣，男子为无袖背心；

2、中式灯笼裤、西式腰，横、立裆要适宜；

3、面料任选，颜色任选，必须是单色；

4、周身 3 分边，可用不同单色面料；

5、软腰巾，可用不同单色面料。

（三）各款式比赛服装颜色可任选，可在规定的服装款式上增加各种图案。

第三节 常用表格

一、武术套路比赛报名表（表 8）

武术套路比赛报名表

协会：_____ 男（女）队
 领队：_____ 性别_____
 教练：_____ 性别_____
 医生：_____ 性别_____

编号	姓名	出生年月	参 赛 项 目											
			长拳类					南拳类			太极拳类		对 练	
			长拳	刀术	剑术	棍术	枪术	南拳	南刀	南棍	太极拳	太极剑	项目	运动员姓名
1														
2														
3														
4														
5														
6														
集体项目								备注						

国际武术联合会技术委员会制

- 说明：1、凡参赛项目均在该项目栏中画“○”；对练项目陪练者应在姓名后注明（陪）字。
 2、各参赛协会须按此表格式电脑打印填报一式两份，分别报比赛主办方和承办方。
 3、规格要求：A4/宋体/五号。
 4、表中项目设置栏，可根据不同竞赛性质，按每次比赛竞赛规程的规定作自行调整。

协 会：（盖章）
 负责人：（签名）

填报时间： 年 月 日

二、自选套路难度登记及评分表（表 9）

自选套路难度登记及评分表

协会 _____ 姓名 _____ 性别 _____ 身高 _____ cm

动作难度和连接难度及创新难度登记										项目： _____							
第一段																	
第二段																	
第三段																	
第四段																	
分值合计					动作难度					连接难度					创新难度		
教练员签名										联系办法							

国际武术联合会技术委员会制

说明：按照套路中出现的动作难度、连接难度及创新难度的内容，按先后顺序计算好难度分值，分段落由左至右填入表中。每一段落中，第一栏填写难度编码，第二栏填写相应的分值，第三栏为无电脑评分系统时裁判员临场评定记录栏。

三、自选套路必选动作登记及评分表（表 10）

自选套路必选动作登记及评分表

协会 _____ 姓名 _____ 性别 _____ 身高 _____ cm

必选动作登记		项目：											
第一段	必选动作												
	完成评定												
第二段	必选动作												
	完成评定												
第三段	必选动作												
	完成评定												
第四段	必选动作												
	完成评定												
合计编排应扣分													
教练员签名							联系办法						

国际武术联合会技术委员会制

说明：按照套路中出现必选动作的先后顺序，分段落由左至右填入表中。

四、自选套路创新难度申报审批表（表 11）

自选套路创新难度申报审批表

协会		姓名		性别	
项目			教练		
动作内容					
动作图示	（可另附动作连续性的照片或图片）				
难点说明					
影像资料	已报送：		未报送：		
审核结果	动作名称		总票数	票	
	难度等级		同意	票	
	难度分值	（含动作难度和连接难度）	反对	票	
	难度编码	（含动作难度和连接难度）	弃权	票	
	不予确认标准				
评审专家签名					
主任签字					

国际武术联合会技术委员会制

申报协会：（盖章）
报送日期： 年 月 日

五、无电脑计分系统评分表
 （一）动作质量评分表（表 12-1）

动作质量评分表

项目：_____

第__场/第__场地/第__组/第__号裁判员

序号	错误扣分编码													应扣分	应得分		

国际武术联合会技术委员会制

说明：1、根据运动员比赛中出现的动作规格错误和其他错误，按先后顺序依次记录在上栏中，其错误扣分分值记录在下栏中。

2、每名裁判一份大表，并按其格式制作小表（每名运动员一张，见下表），待每名运动员演练结束后，迅速将大表的记录结果填入小表中，交记录员按规则规定的办法统计结果。

项目：_____

第__场/第__场地/第__组/第__号裁判员

序号	错误扣分编码													应扣分	应得分		

(二) 演练水平评分表（表 12-2）

演练水平评分表

项目：_____ 第__场/第__场地/第__组/第__号裁判员

序号	等级分	编排错误扣分编码											应扣分	应得分

国际武术联合会技术委员会制

说明：1、根据运动员比赛中的表现，将等级分填入相应栏中；若出现编排错误，按先后顺序依次记录在上栏中，其错误扣分分值记录在下栏中。
 2、每名裁判一份大表，并按其格式制作小表（每名运动员一张，见下表），待每名运动员演练结束后，迅速将大表的记录结果填入小表中，交记录员按规则规定的办法统计结果。

项目：_____ 第__场/第__场地/第__组/第__号裁判员

序号	等级分	编排错误扣分编码											应扣分	应得分

(三) 难度评分表 (表 12-3)

难度评分表

项目：_____ 第__场/第__场地/第__组/第__号裁判员

序号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	应得分

国际武术联合会技术委员会制

说明：1、此表须与运动员提交的自选套路难度登记表配合使用。表中的阿拉伯数字表示须进行确认的难度点数。

2、根据运动员比赛中完成难度的情况，按运动员提交的自选套路难度登记表依先后顺序进行确认，并将确认符号或不予确认符号记录在上栏中，其确认分值或不予确认分值记录在下栏中。确认或不予确认符号可自行选择并统一。

3、每名裁判一份大表，并按其格式制作小表（每名运动员一张，见下表），待每名运动员演练结束后，迅速将大表的记录结果填入小表中，交记录员按规则规定的办法统计结果。

项目：_____ 第__场/第__场地/第__组/第__号裁判员

序号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	应得分

（四）自选项目检录（评分记录）表（表 12-4）

武术套路比赛自选项目检录（评分记录）表

项目：一、 （ 项） 第 场地 月 日 第 场第 组

序号	协会	姓名	完成 时间	动作质量	应得 分	难度	应得 分	演练水平		应得 分	合计 应得	裁判 长	最后 得分
				扣分编码		确认记录		等级	编排扣分编码				
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													

国际武术联合会技术委员会制

检录长： _____ 记录员： _____ 裁判长： _____

说明：1、记录员将各组裁判员上交的评分小表汇总后，应根据规则规定的各组应得分计算办法，记录动作质量（A组）应扣编码、演练水平（B组）等级平均分和编排应扣编码、难度（C组）确认或不予确认点数。

2、在记录动作质量扣分编码、难度确认和编排扣分编码时，可用分隔符“/”表示，即“10/30”或“√/×”或“80/82”。

（五）无难度要求项目检录（评分记录）表（表 12-5）

武术套路比赛无难度要求项目检录（评分记录）表

项目：一、 （ 项） 第 场地 月 日第 场第 组

序号	协会	姓名/项目	完成时间	动作质量	应得分	演练水平		应得分	合计应得	裁判长扣	最后得分
				扣分编码		等级	编排扣分编码				
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											

国际武术联合会技术委员会制

检录长：_____ 记录员：_____ 裁判长：_____

说明：1、记录员将各组裁判员上交的评分小表汇总后，应根据规则规定的各组应得分计算办法，记录动作质量（A组）应扣编码、演练水平（B组）等级平均分和编排应扣编码。

2、在记录动作质量扣分编码和编排扣分编码时，可用分隔符“/”表示，即“10/30”或“80/82”。

六、武术套路比赛总成绩记录表（表 13）

武术套路比赛总成绩记录表

协 会	编 号	姓 名	比赛成绩														
			长拳类					南拳类			太极拳类		对 练	个人 全能	集体 项目	团体 总分	团体 名次
			长 拳	刀 术	剑 术	棍 术	枪 术	南 拳	南 刀	南 棍	太 极 拳	太 极 剑					
	1																
	2																
	3																
	4																
	5																
	6																
	1																
	2																
	3																
	4																
	5																
	6																

国际武术联合会技术委员会制

编排记录长：_____ 记录员：_____

- 说明：1、记录成绩可在空格内同时记录得分和名次，用分隔符“/”表示，即“得分/名次”。
- 2、表中项目设置栏和参加人数栏，可根据不同竞赛性质，按每次比赛竞赛规程的规定作自行调整。

七、单项（对练、全能）录取名次表（表 14）

武术套路比赛单项（对练、全能）录取名次表

项目				备注
名次	姓名	协会	成绩	
第一名				
第二名				
第三名				
第四名				
第五名				
第六名				
第七名				
第八名				

国际武术联合会技术委员会制

编排记录长：_____ 记录员：_____

说明：录取名次数量可按照竞赛规程规定进行增加或减少。

八、团体（集体）录取名次表（表 15）

武术套路比赛团体（集体）录取名次表

名次	协会	成绩	备注
第一名			
第二名			
第三名			
第四名			
第五名			
第六名			
第七名			
第八名			

国际武术联合会技术委员会制

编排记录长：_____ 记录员：_____

说明：录取名次数量可按照竞赛规程规定进行增加或减少。

九、比赛项目数统计表（表 16）

武术套路比赛项目数统计表

序号	协会	男子项目（女子项目）											对 练	集 体 项 目	合 计	总 计
		长拳类					南拳类			太极拳类						
		长 拳	剑 术	刀 术	枪 术	棍 术	南 拳	南 刀	南 棍	太 极 拳	太 极 剑					
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
总计																

国际武术联合会技术委员会制

说明：表中项目设置栏，可根据不同竞赛性质，按每次比赛竞赛规程的规定作自行调整。

十、参加人数统计表（表 17）

参加人数统计表

序号	协会	运动员			教练员			领队			工作人员			合计
		男	女	合计	男	女	合计	男	女	合计	男	女	合计	
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
10														

国际武术联合会技术委员会制

说明：表中各栏，可根据不同竞赛性质，按每次比赛竞赛规程的规定作自行调整。

第四节 成绩公布栏示意图

(项目名称)

(运动员上场) 序号

(运动员姓名)

(代表协会)

动作质量扣分编码:

动作质量应得分:

演练水平等级分:

编排错误扣分编码:

演练水平应得分:

难度确认:

难度应得分:

最后得分:

说明: 1、此公布栏适用于无电脑计分系统时使用, 由增设的成绩公布员负责填写。

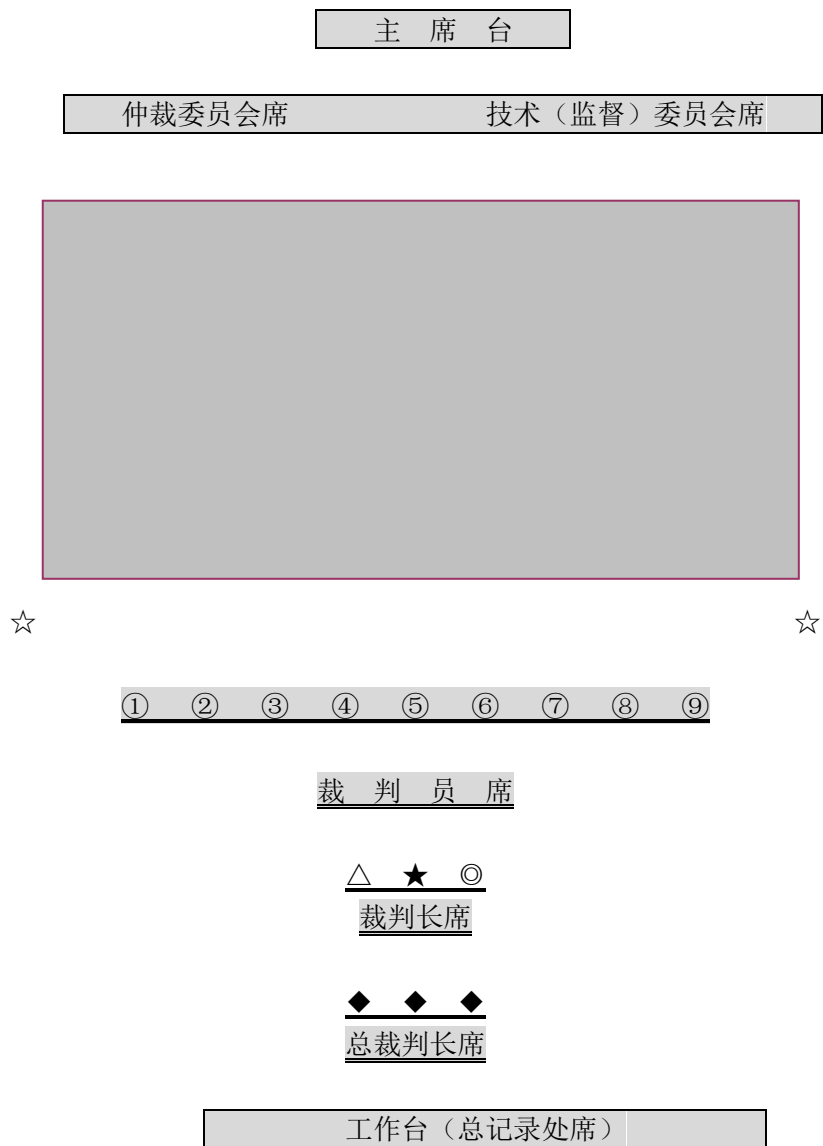
2、公布栏可使用书写白板, 可挂在墙上或以三角架支撑设于检录处, 方便教练员和运动员观看并监督。

3、动作质量和编排错误扣分编码可书写; 亦可在比赛前制做成小卡片, 放置于书写白板上。

4、难度确认点可书写; 亦可使用直径为 3 厘米的圆型磁性扣, 直接放置于书写白板上, 确认点用红色表示, 不予确认点用蓝色表示。

第五节 场地示意图

比赛场地裁判席位图



说明：1、裁判员席在主席台对面，分两排，后排座位高出前排 40 厘米，裁判员之间要有 50 厘米的间距。

2、裁判员席中，①、④、⑦为动作质量（A 组）裁判员；③、⑥、⑨为演练水平（B 组）裁判员；②、⑤、⑧为难度（C 组）裁判员。

3、☆为仲裁摄像；★为裁判长；◆总裁判长、副裁判长；△为计算机操作员或无电脑计分系统时的计录员；◎为无电脑计分系统时的计时员。