



國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過

決議 1：

能夠給予得分的技術是中間沒有停頓的連續技術。

如果施技的過程中有所停頓則不給予得分。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/112pVf81i9UF8LRpTSZdr4m7os4AKW7D3/view?usp=sharing>

決議 2：

半勝得分的條件包含以背部為基準以身體側邊呈 90 度或以上的角度著地，或是以單邊肩部以及上背部著地。如果整個身體側邊著地了，即使著地邊的手肘部分朝外，也要給予得分。判決的時候必須考慮臀部和肩部的位置。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/1HU7ywwFejBbXPgAqonIh5CH0BPkfgb11/view?usp=sharing>



範例 2-1：即使著地面的手肘在外側並沒有被控制，只要著地角度大於 90 度即給予半勝得分。圖片來源：IJF。



中華民國柔道總會



國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過



範例 2-2：藍方選手以大內刈摔倒白方選手，即使白方選手著地面的手肘在外側並沒有被控制，只要著地角度大於 90 度即給予半勝得分。圖片來源：IJF。



範例 2-2：藍方選手以拋摔摔倒白方選手，即使白方選手著地面的手肘在外側並沒有被控制，只要著地角度大於 90 度即給予半勝得分。圖片來源：IJF。



中華民國柔道總會



國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過

決議 3：

半勝得分的條件包含以背部為基準以身體側邊呈 90 度或以上的角度著地，或是以單邊肩部以及上背部著地。如果整個身體側邊著地了，即使著地邊的手肘部分朝外，也要給予得分。

影片連結：

https://drive.google.com/file/d/1_RkAj6k3BsA27W04_M4vMvISYC8ulruR/view?usp=sharing



範例 3-1：受者以單邊肩部以及上背部著地則施技者給予半勝得分。圖片來源：IJF。



範例 3-2：白方選手以肩車將藍方選手摔倒並以單邊肩部以及上背部著地，給予半勝得分。圖片來源：IJF。



中華民國柔道總會



國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過

決議 4：

若被施技者同時以兩肘部或手部來撐地避免背部著地，給予施技者半勝得分並給予被施技者指導處罰。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/1j4zpCtzQsPOKnPSaXyCbZmvvdqg-5ud3/view?usp=sharing>



範例 4-1：藍方選手以裏投將白方選手摔倒，白方選手以雙手撐地避免背部著地，藍方選手給予半勝得分，白方選手需給予指導處罰。圖片來源：IJF。

決議 5：

若防守方施以反摔技將發動攻擊的選手以背部在地面滾動的方式反摔，不給予得分。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/1CjaCIED6g0zv27Lfp69Dk3BzYpaC-3ww/view?usp=sharing>



中華民國柔道總會



國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過



範例 5-1：白方選手將發動內腿的藍方選手壓倒並在地板上滾動，不被視為有效技術不給予得分。圖片來源：IJF。



範例 5-2：白方選手將發動掃腰的藍方選手壓倒並在地板上滾動，不被視為有效技術不給予得分。圖片來源：IJF。



範例 5-3：藍方選手將發動內腿的白方選手壓倒並在地板上滾動，不被視為有效技術不給予得分。圖片來源：IJF。





國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過

決議 6：

施以逆過肩摔不給予得分，並給予施技者指導處罰。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/1e8TeeVZHOxhAFqACm20TQVyj0yepF3Vx/view?usp=sharing>



範例 6-1：逆過肩摔。圖片來源：IJF。



範例 6-2：藍方選手對白方選手施以逆過肩摔，不給予得分且需給予指導處罰。圖片來源：IJF。



中華民國柔道總會



國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過

決議 7：

如果對手已經處於寢技狀態，則在摔技的最後階段抓握對手腰帶以下的部位是允許並給分的。如果摔技中斷了，抓握腰帶以下的部分則視為是寢技動作。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/13a-3oWzH6eVQpGVQhtdwXdxzi4kwLgD1/view?usp=sharing>



範例 7-1：藍方選手在對白方選手施技並在白方選手著地後抓握其褲子，此狀況必需給予得分。圖片來源：IJF。

決議 8：

在積極進攻的情況下，一手抓握對手前襟一手抓握對手後領的抓握方式是允許的。

影片連結：

https://drive.google.com/file/d/1tJrwnNnQa01PFs-m5wDP6T_uEITzWFOm/view?usp=sharing



範例 8-1：藍方選手雖一手抓前襟一手抓後領，在積極進攻的情況下是可以允許的。圖片來源：IJF。



中華民國柔道總會



國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過

決議 9：

腰帶抓握、單襟抓握、交叉抓握、手槍抓握、口袋抓握均屬於非正常抓握。如果選手採取非正常抓握，允許給予選手有準備攻擊的時間。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/1CZKzgzQ0B8TF4W0eu6B2F5y39xPxqEbT/view?usp=sharing>

決議 10：

以單手或雙手將對手的抓握切開後立刻抓握回去的情況是允許的。

以單手或雙手將對手的抓握切開後但沒有立刻抓握回去的情況要給予指導處罰。

影片連結：

https://drive.google.com/file/d/1-jGlr_I5-KRHJJwzJLedtZqB1rL8-4RN/view?usp=sharing

決議 11：

重新整理柔道衣並綁腰帶以及整理頭髮，每位選手在每場比賽第一次是允許的，第二次以後要給予指導處罰。

影片連結：

<https://drive.google.com/file/d/1aaLEDcuwj0ZXb9B4wU6bPjR1I-0KcvKs/view?usp=sharing>

決議 12：

以頭部頂地來施技是非常危險的，必須要給予犯規輸處罰。

影片連結：

https://drive.google.com/file/d/1AYX30dwr9VX9B4yNhxMIQPdtVw_sU3C2/view?usp=sharing





國際柔道總會裁判規則更新

適用於 2022 年至 2024 年奧運週期

自 2022 年 1 月 28-30 日之葡萄牙奧迪韋拉什大獎賽起適用

翻譯暨範例編輯：廖偉舜

111 年 2 月 10 日中華民國柔道總會裁判委員會審定通過



範例 12-1：藍方選手以頭頂地的方式來施技內腿技術，必需給予犯規輸處罰。圖片來源：IJF。

