

特殊奧運

游泳



特殊奧運游泳運動規則

(版本：2022 年 10 月)

| | | | |
|----------------------|----|--|----|
| 1. 總則 | 4 | 4. 賽事工作人員 | 11 |
| 2. 正式比賽 | 4 | 4.1 賽會總監／會面總監／賽事總監..... | 11 |
| 2.1 基礎項目..... | 4 | 4.2 技術代表..... | 12 |
| 2.2 個人項目..... | 5 | 4.3 比賽裁判..... | 12 |
| 2.3 接力項目..... | 5 | 4.4 裁判（划水轉身裁判）..... | 12 |
| 3. 比賽規則 | 6 | 4.5 計時長..... | 12 |
| 3.1 所有比賽..... | 6 | 4.6 計時員（參考 3.2.2 計時系統）..... | 12 |
| 3.2 裝備規則..... | 7 | 4.7 發令員..... | 12 |
| 3.3 接力賽..... | 8 | 4.8 播報員..... | 12 |
| 3.4 步行和漂浮項目..... | 8 | 4.9 比賽結果—控制台人員..... | 12 |
| 3.5 獨立游泳..... | 9 | 4.10 終點裁判（如果不能提供每條泳道 3 名計時員和電子計時）..... | 12 |
| 3.6 輔助游泳..... | 9 | 4.11 救生員..... | 12 |
| 3.7 融合運動接力賽..... | 10 | 4.12 總教練..... | 13 |
| 3.8 最大努力..... | 10 | 5. 安全考量 | 13 |
| 3.9 標記..... | 10 | 5.1 基本規則..... | 13 |
| | | 5.2 緊急行動計畫..... | 14 |
| | | 5.3 監管人員要求..... | 14 |



1 總則

正式特奧游泳運動規則適用於所有特奧游泳比賽。針對這項國際運動項目，特奧會根據國際游泳總會（International Swimming Federation, FINA）的游泳規則（詳見 <http://www.fina.org/>）訂定了相關規則。國際游泳總會或全國運動管理機構（NGB）之規則應予以採用，除非該等規則與正式特奧游泳運動規則或特奧通則第 1 條有所牴觸。若有此情形，應以正式特奧游泳運動規則為準。

診斷出有寰樞椎不穩的唐氏症運動員不可參與蝶式項目、個人混泳項目，或跳水比賽。

有關行為準則、訓練標準、醫療與安全規範、分組、獎項、比賽升等條件及融合運動團體賽等資訊，請參閱特奧通則第 1 條：<http://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/general/Sports-Rules-Article-1.pdf>。

2 正式比賽

賽事的多樣性旨在提供比賽機會給各種能力的運動員。相關單位可以確認提供的賽事內容，如有需要，亦可以查看比賽項目的指南。教練負責提供適合每位運動員技能與興趣的訓練和比賽項目選擇。以下是特奧會的正式比賽項目：

2.1 基礎項目

- 15 米步行
- 15 米漂浮
- 15 米浮板
- 25 米漂浮
- 15 米輔助游泳

- 15 米獨立游泳
- 25 米輔助游泳
- 25 米浮板

2.2 個人項目

- 50 米仰式
- 100 米仰式
- 200 米仰式
- 25 米蛙式
- 50 米蛙式
- 100 米蛙式
- 200 米蛙式
- 25 米蝶式
- 50 米蝶式
- 100 米蝶式
- 200 米蝶式
- 100 米個人混合式
- 200 米個人混合式
- 400 米個人混合式

2.3 接力項目

- 4 x 25 米自由式接力
- 4 x 50 米自由式接力
- 4 x 100 米自由式接力
- 4 x 200 米自由式接力
- 4 x 25 米混合式接力
- 4 x 50 米混合式接力
- 4 x 100 米混合式接力



- 4 x 25 米自由式混合接力
- 4 x 50 米自由式混合接力
- 4 x 100 米自由式混合接力
- 4 x 200 米自由式混合接力
- 4 x 25 米混合式混合接力
- 4 x 50 米混合式混合接力
- 4 x 100 米混合式混合接力
- 4 x 25 米自由式融合運動接力
- 4 x 50 米自由式融合運動接力
- 4 x 100 米自由式融合運動接力
- 4 x 200 米自由式融合運動接力
- 4 x 25 米混合式融合運動接力
- 4 x 50 米混合式融合運動接力
- 4 x 100 米混合式融合運動接力

3 比賽規則

國際泳聯規則中註明了比賽的技術規則，網址為 <http://www.fina.org/>。特奧規則可以替代當地的 NGB 規則。國際泳聯規則適用於所有多項目賽事，以下狀況除外：

3.1 所有比賽

3.1.1 比賽裁判與賽事總監合作，有權根據具體情況調整這些規則，以保障運動員的安全和權益。比賽裁判可在任何階段干涉比賽，以確保遵守適當的規定，並應裁決比賽中的所有抗議。

3.1.2 比賽裁判對所有比賽工作人員擁有完全的控制權和權力，批准他們的任務，並且給予與比賽相關的所有特奧會規定指示。他／她應執行正式特奧運動規則和國際泳聯規則的所有規定，並決定與實際進

行的比賽有關的所有問題，以及為這些規則未列出的問題做最終決斷。

3.1.3 最好在所有項目中採用經過認證的工作人員（包括裁判、計時員和審判員）。

3.1.4 有聽力或視力障礙的運動員可以在註冊時申請「A」特例代碼，這允許他們在開始時有一名助手在泳池邊平台。視力受損的運動員也可以在註冊時申請「T」特例代碼讓他們能有拍擊員協助。

3.1.5 任何參賽者不得在比賽中使用或佩戴任何可能有助於他／她的速度、浮力或耐力的裝置（漂浮項目除外），例如帶蹼的手套、腳蹼等。運動員可以戴護目鏡。

3.1.6 運動員可應要求在水中得到協助。

3.1.7 起跑可以從起跑台、起跑台旁邊或水中開始。水中起跑時，運動員應將一隻手放在水池的盡頭或用一隻手握住起跑器。仰式開始時應使用兩隻手。

3.2 裝備規則

3.2.1 泳裝必須符合現行的國際泳聯規則。出於醫療、文化、宗教或儀容端莊之原因，技術代表／比賽裁判／比賽主任可以准予例外。這些例外情況應允許男性和女性運動員覆蓋身體的大部分／多個部位，但所有泳裝必須由紡織材料製成。比賽中，所有國際泳聯泳裝規則例外申請必須與游泳運動員比賽註冊一起提交，並建議按照國際泳聯規定在泳池底部標示泳道線。

3.2.2 計時系統：馬錶、電子計時系統、觸摸板。在電子計時系統不可用，且每條泳道分配了三名計時員的情況下，則不需要終點線裁判。在這種情況下，游泳運動員的官方時間和名次將取自記錄的時間。如果國際泳聯批准的電子計時系統不可用，則建議採用國際泳聯有關比賽和計時員管理的規則。

3.2.3 旗幟應位於距離泳池兩端 5 米的位置，以指示到終點的距離，



尤其是在仰式項目。比賽或訓練期間不可移除旗幟。

3.2.4 400 米以上項目皆應使用趟牌。

3.3 接力賽

3.3.1 每支混合接力隊包含兩名男子和兩名女子游泳運動員。

3.3.2 如果一支接力隊無法滿足混合接力的條件，則應以男子接力隊的形式參賽。

3.3.3 接力游泳運動員應在完成接力賽段後儘快離開游泳池。不能立即離開水面的接力游泳運動員可以被允許留在泳道中，直到所有接力比賽結束，只要他們不干擾其他游泳運動員或計時設備。

3.3.4 留在水中的游泳員應離泳池盡頭一小段距離，可以靠近分道繩，但不得阻礙另一泳道的運動員。阻礙另一條泳道的其他游泳運動員將導致該隊被取消資格。

3.4 步行和漂浮項目

3.4.1 設置

3.4.1.1 比賽期間每兩名游泳運動員至少應有一名觀察員。

3.4.1.2 起跑線應標示到終點的適當距離。

3.4.1.3 步行項目中，游泳池的深度不應超過 1 米。

3.4.1.4 患有癲癇症的運動員可佩戴一件警示設備，以便在癲癇發作時謹慎地提醒救生員。

3.4.2 規則

3.4.2.1 步行項目中，運動員必須至少有一隻腳接觸池底。

3.4.2.2 參賽者以休息為目的站立於賽道上，在漂浮項目是被允許的，但在泳池底部行走或跳動，則取消參賽資格。

3.4.2.3 漂浮項目中，每位運動員必須為自己的漂浮設備負責。該設備必須是環繞身體式的裝備，即使運動員無法抓住該設備，該設備仍能支撐運動員的臉，使他／她的臉露出水面。（任何時候都不允許使用內胎或纏繞在手臂上的漂浮裝置）。

3.5 獨立游泳

3.5.1 運動員必須在未接受身體上的幫助的情況下游完全程。

3.5.2 比賽經理可以允許教練在泳池邊平台為這些項目選手提供口頭鼓勵和／或指導。

3.5.3 參賽者以休息為目的站立於泳道上是被允許的，但在泳池底部行走或跳動，則取消參賽資格。

3.5.4 15 米、25 米浮板

3.5.4.1 活動規則：

- 3.5.4.1.1 開始一運動員必須在水中，一隻手接觸泳池邊平台，或者雙手握住浮板，背靠泳池邊緣。

- 3.5.4.1.2 比賽一雙手應始終放在浮板上。運動員可以俯臥或仰臥姿勢游泳，手臂划水是不被允許的，可以站在池底休息，但不允許行走或跳躍。

- 3.5.4.1.3 完成一當浮板在終點線觸及泳池邊緣時，或當運動員身體的某些部分在終點處觸及泳池邊緣時，即為完成。游泳運動員必須在終點時將一隻手放在浮板上。

- 3.5.4.1.4 允許的浮板類型：

- 長度—最大長度為 470 公釐。

- 寬度—最大寬度為 330 公釐。

- 厚度—最大厚度為 45 公釐。

- 材料—提供適當浮力的材料。

3.6 輔助游泳

3.6.1 每位運動員都有責任讓他／她自己的教練／助理在水中陪同。助手可以觸摸、引導或指揮運動員，但不得支持或協助運動員向前移動。

3.6.2 助手可能在泳池裡或泳池邊平台上。

3.6.3 運動員可以使用漂浮裝置（參見第 3.4.2.3 節中列出的規格）。



3.6.4 參賽者以休息為目的站立於泳道上是被允許的，但在泳池底部行走或跳動，則取消參賽資格。

3.7 融合運動接力

3.7.1 每支融合運動接力隊由兩名運動員和兩名融合運動夥伴組成。

3.7.2 融合運動接力隊的游泳運動員可以任意分配游泳順序。

3.8 最大努力

3.8.1 個人成績超過分組成績或報告成績 15% 的運動員將被取消比賽資格。這僅適用於 25 米及更長的項目，25 米自由式和 25 米漂浮賽除外。

3.8.2 個人成績超過分區記錄時間或報告時間 25% 的運動員將被取消資格。這適用於 25 米自由式比賽、25 米漂浮比賽、4 x 25 米自由式接力和短距離項目。

3.8.3 如果分組比賽中記錄的時間不能真實反映運動員的能力，則教練有責任提交改進的成績時間。

3.8.4 因違反最大努力規則而被取消資格的運動員將被贈送一條參賽緞帶。

3.8.5 如果賽事不舉辦分組賽，教練必須有機會更新游泳運動員在比賽前提交的時間。教練負責確保提交的所有時間都是游泳運動員記錄的最快時間。競賽管理部門負責設定所有更新時間的截止日期。

3.9 標記

3.9.1 比賽期間，所有游泳運動員均應使用個人號碼布進行識別。數字將垂直寫在雙臂的上部，並保持可看見的狀態。所有號碼布的高度應為 40 公釐，並用油性麥克筆書寫。

3.9.2 比賽期間，應在游泳運動員的手臂上標明例外代碼。代碼將垂直寫在雙臂上部於號碼布的下方，並始終可見。例外代碼的高度應為 40 公釐，可以用油性麥克筆書寫。如果運動員出於種族、文化、健

康或安全原因無法遵守正確的游泳規則，則使用例外代碼。

4 賽事工作人員

在可能的情況下，所有工作人員（包括裁判、計時員和審判員）都應獲得各自管理機構的認證。如果不可能，所有工作人員都必須接受適當的培訓。

4.1 賽會總監／會面總監／賽事總監

4.1.1 賽會總監職責

4.1.1.1 賽會總監應對特奧會游泳練習賽或賽事全面負責。

4.1.1.2 在特奧會或賽事之前為所有游泳人員提供指導。

4.1.1.3 在抵達前與主辦機構協調設施。

4.1.1.4 確保配備必要的監督人員。

4.1.1.5 準備或確保緊急行動計畫，如第 5 節安全注意事項中所述。

4.1.1.6 檢查設施以確保每個活動的以下區域都符合最低標準：

- 4.1.1.6.1 安全設備

- 4.1.1.6.2 場館人流

- 4.1.1.6.3 衛生用水條件

- 4.1.1.6.4 安全環境因素

- 4.1.1.6.5 當海灘或湖泊用於特奧會賽事時，賽會總監應採取額外的預防措施，以確保遵循安全的游泳運動。注意：所有參與者，包括參加任何划船活動的運動員、教練和志工，無論是在游泳池還是在開放水域，都必須在船內始終佩戴經過認證的個人漂浮裝置（PFD）。

- 4.1.1.6.6 確保救生員了解可能有癲癇病史的特奧會運動員。

- 4.1.1.6.7 有些運動員有醫療限制（例如，被診斷患有寰樞椎不穩的唐氏綜合症運動員參加蝶式、個人混合式和跳水比賽），



在允許運動員參加這些項目之前，賽事總監應審查有關該運動員資格的賽事規則。

4.2 技術代表

4.2.1 技術代表應代表國際特殊奧林匹克擔任特定運動的主要運動顧問，並負責確保運動會的 GOC 正確解釋、實施和執行，包含特奧運動規則和修改、相關 IF 的規則和當前規則變更。

4.2.2 技術代表應就特定運動的技術要求向組委會提出建議，以確保安全、優質和有尊嚴的運動環境。

4.2.3 技術代表應有這些事項的最終決定權。

4.3 比賽裁判

4.4 裁判（划水轉身裁判）

4.5 計時長

4.6 計時員（參考 3.2.2 計時系統）

4.7 發令員

4.8 播報員

4.9 比賽結果—控制台人員

4.10 終點裁判（如果不能提供每條泳道 3 名計時員和電子計時）

4.11 救生員

4.11.1 救生員資格

4.11.1.1 時效內的救生員證書。

4.11.1.2 時效內的心肺復甦術證書。

4.11.1.3 時效內的標準急救證書（或同等學歷）。

4.12 總教練

4.12.1 總教練資格

4.12.1.1 建議總教練獲得特奧會認證。

4.12.1.2 總教練應持有時效內的心肺復甦術和標準急救（或同等學歷）認證。

4.12.1.3 建議總教練擁有一定程度的基本救生證書。

4.12.1.4 如果總教練或任何教練應擔任救生員，則他們必須符合上述規定的資格。

5 安全考量

所有特奧會游泳訓練、娛樂活動和比賽項目均應按照以下慣例、規則和程序進行，以確保所有特奧會運動員、教練和志工的安全和福祉：

5.1 基本規則

5.1.1 水中每 25 名運動員應至少配備一名經過認證的救生員值班。

5.1.2 救生員的唯一職責是保護運動員。當救生員必須離開泳池邊時，如果沒有替補救生員可用，即使是很短的時間，也必須清空泳池。

5.1.3 賽會總監將在每次活動前審查緊急行動計畫。根據 FINA 或 NGB 指南，應有足夠的教練。

5.1.4 現場應備有運動員病歷表，相關訊息應在水上活動前與救生員或值班醫務人員商定。

5.1.5 水池深度必須有標記，並且容易被看到。

5.1.6 比賽池的最小深度應符合國際泳聯或國家標準委員會的規定。

5.1.7 建議所有起跑器都符合 FINA 或 NGB 規範。

5.1.8 在休閒水上活動期間，必須設置安全線以分隔淺水區和深水區。



5.1.9 除非在特奧會參賽者下水之前收到令人滿意的檢查評級，否則皆不得使用泳池設施。

5.1.10 被診斷患有寰樞椎不穩症的唐氏綜合症運動員不得參加蝶式項目、個人混合式項目、跳水開始或跳水比賽。更多相關訊息和放棄此限制的規定，請參閱特奧通則第 1 條的附錄 F。

5.1.11 如果裁判或賽事管理部門判斷運動員的游泳能力不能完成比賽距離，甚至可能危及生命，經技術代表同意，裁判可以要求進行游泳能力測試。本測試需在運動員被允許參加任何進一步的游泳比賽或決賽之前舉行。

5.2 緊急行動計畫

5.2.1 任何特奧運動員出於任何原因（無論是訓練、比賽還是娛樂）下水之前，都應制定應急行動計畫。原始計畫應由現場的工作人員編寫和審查。該計畫應包括以下內容：

5.2.2 在沒有醫生、專業人員或醫療支持的情況下，獲得緊急醫療支持的程序。

5.2.3 各救生員的崗位和職責範圍。

5.2.4 獲取天氣資訊或天氣監視資訊的程序，尤其是在戶外活動的情況下。

5.2.5 報告事故的程序。

5.2.6 發生嚴重事故時的指揮程序，包括指定誰與媒體談話。

5.2.7 獲取天氣資訊的程序，特別是開放水域游泳資訊。

5.2.8 當地機關可能要求的其他項目。

5.3 監管人員要求

5.3.1 所有游泳活動、項目或休閒活動都應有足夠數量的監管人員在場。人員類型將根據以下要求而有所不同：

5.3.1.1 休閒項目

●5.3.1.1.1 需有足夠的經過認證的救生員。以提供每 25 名運動員配置 1 名救生員的最低比例為標準。

5.3.1.2 培訓項目

●5.3.1.2.1 需有足夠的經過認證的救生員。以提供每 25 名運動員配置 1 名救生員的最低比例為標準。

●5.3.1.2.2 足夠的教練（最好是經過特奧會認證的）為每位運動員提供充分的監督和訓練。

5.3.1.3 比賽

●5.3.1.3.1 需有足夠的經過認證的救生員。以提供每 25 名運動員配置 1 名救生員的最低比例為標準。

●5.3.1.3.2 為那些容易癲癇發作的運動員提供足夠的監督，觀察員與運動員的最低比例為每 2 名運動員配置 1 名觀察員。