

第22回（2021年度）「水泳」競技会 実施要項

1. 競技規則

開催年度の（公財）日本障がい者スポーツ協会制定「全国障害者スポーツ大会競技規則」及び（公財）日本水泳連盟制定競泳競技規則、並びに本大会申し合わせ事項を適用する。

2. 参加区分

（1）身体障がい者は、障がい区分別、男女別、年齢区分別とする。

（2）知的障がい者は、男女別、年齢区分別とする。

（3）精神障がい者は、男女別、年齢区分別とする。

※詳細は「水泳競技種目・障がい区分表」を参照すること。なお、定める区分に該当しない競技に参加を希望する場合、オープン参加（記録は公式記録とならず、順位をつけない）を認める。

3. 服 装

水着を着用する。FINAの公認した水着が望ましい。

4. 招 集 等

（1）招集

①招集は競技会場内で行うので競技役員の指示に従うこと。

②招集開始時間は競技開始の20分前、招集完了時間は競技開始10分前とする。

③招集に遅れた者は、棄権したものとみなす。

（2）誘導

競技場内での誘導は、競技役員が行う。

（3）選手紹介

競技前の選手紹介の際は、いすから立つものとする。ただし、車いす使用者については、片手をあげるものとする。

5. 練習時間

開会式終了後から20分間とする。

6. 競技方法

（1）全ての競技種目は、各組ごとの決勝とする。

（2）競技順序は、プログラム記載の順序とする。

（3）出発合図はイングリッシュコールで行う。

（4）出発について

①自由形、平泳ぎ、バタフライ、200mリレーのスタートは、台上、台の横からの飛び込み、または水中スタートを選択できる。

（令和2年度からの改正点）水泳競技における飛び込みスタートについて

スタートにおいて「水中スタートしなければならない障害区分」が存在するが、令和3年度（三重大会）より、スタート方法は、選手が水中スタートまたは飛び込みスタートを選択できる。

- ②自由形、平泳ぎ、バタフライの水中スタートは、少なくとも片手でスターティンググリップを含むプールの壁をつかんだ状態からスタートしなければならない。身体的理由により壁をつかめない場合は、水面上の身体の一部がプールの壁についていればよい。また、審判長の判断により安全な用具の使用も認められる。
- ③背泳ぎのスタートにおいて身体的理由により両方の手でスターティンググリップをつかめない者は、少なくとも片手でスターティンググリップを含むプールの壁をつかみ、壁側を向いた状態からスタートしなければならない。壁をつかめない場合は、水面上の身体の一部がプールの壁についていればよい。また、審判長の判断により安全な用具の使用も認められる。
- ④身体的理由により壁をつかむことができず、かつ、身体の一部を壁につけることができない場合には、スタートの合図がなされるまで足をプールの壁につけて保持してもらってもよい。ただし、スタートの際に競技者を支えている者は競技者に勢いを与えてはならず、その場合はフォルススタートとなる。
- ⑤次の障がい区分の者は、スタートの際、必要であれば競技役員または許可された者が、身体を支えるだけのために補助をしてもよい。この場合、競技者を支えている者はスタートの勢いを与えてはならない。

【障がい区分…11、13、17、19、22】

(5) 競技について

- ①義肢、装具、足ひれや手につけるパドルなどの使用は認めない。
- ②障がい区分23の者および同等の障がい重複する者のゴールとターンでは、競技役員または許可された者が安全な棒などを使って身体をたたいて合図(タッピング)しなければならない。障がい区分24の者に行う場合は許可を得なければならない。
- ③自由形競技に限り、プールの底に立つことは失格とならないが歩くことは許されない。競技中にロープを引っ張ってはならない。
- ④競技中は、いかなる速力・浮力または耐久力を助けるような仕掛けもしくは水着を使用したり、着用してはならない。ただし、障がい区分22は、浮力を助けるものは認める。
- ⑤救護を要する競技者について、とくに申し出があり審判長が認めた場合のみ、競技役員は競技者に有利となる動作をしない限り、同じレーンに入水してもよい。
- ⑥身体障がい者は、規定を適用できない場合もあり、規定を緩和せざるをえないことがある。しかし競技者は、この規定を十分理解し、規定に沿う努力が必要である。

(6) 自由形

- ①自由形は、どのような泳ぎ方で泳いでもよい。
- ②折り返しおよびゴールタッチでは、泳者の体の一部が壁に触れなければならない。
- ③スタートおよび折り返しの後、体が完全に水没してもよい距離15mを除き、競技中は泳者の体の一部が水面上に出なければならぬ。ただし重度身体障害者の場合、1ストロークサイクルに1回、泳者の体の一部が水面上に出ることとする。

(7) 背泳ぎ

- ①出発合図がなされる前、競技者はスタート台に向き、両手でスターティンググリップを持っていなければならない。排水溝に足を掛けたり、排水溝の縁に足の指をかけたりにしてはならない（プールの縁、タッチ板の上端についても同様とする）。バックストロークレッジを使用する場合は、つま先はタッチ板に接していなければならない。ただし、身体的理由により両手でスターティンググリップを持つことができない場合およびつま先を接することができない場合はこの限りではない。
- ②折り返し動作中を除き、競技中は常にあおむけの姿勢で泳がなければならない。あおむけの姿勢とは、頭部を除き、肩の回転角度が水面に対し90度であることをいう。
- ③競技中は、泳者の体の一部が常に水面上に出ていなければならない。折り返しの間およびスタート後、折り返し後の壁から15m以内の距離では体が完全に水没していてもよいが、壁から15m地点までに、頭は水面上に出ていなければならない。ただし、重度身体障がい者の場合、1ストロークサイクルに1回、泳者の体の一部が水面上に出ることとする。
- ④折り返しを行っている間に、泳者の体の一部が自レーンの壁に触れなければならない。折り返し動作中は、肩が胸の位置に対して垂直以上に裏返しになってもよく、その後はターンを始めるために、速やかに一連の動作として、片腕あるいは同時の両腕のかきを使用することができる。足が壁から離れた時には、あおむけの姿勢に戻っていなければならない。
- ⑤ゴールタッチの際、泳者はあおむけの姿勢で自レーンの壁に触れなければならない。

(8) 平泳ぎ

- ①スタートおよび折り返し後の一かき目は完全に脚のところまで持って行くことができる。その間泳者は水没状態であってもよい。スタート後、折り返し後に、最初の平泳ぎの蹴りの前にバタフライキックが1回許される。
- ②スタートと折り返しの後の最初の一かきの始まりから、体はうつぶせでなければならない。いかなる時でもあおむけになってはならないが、折り返し動作中は、壁に手がついた後、うつぶせ状態でなくてもよい。ただし足が壁から離れた時には、うつぶせ状態でなければならない。競技開始から、競技を通して泳ぎのサイクルは、1回の腕のかきと1回の脚の蹴りをこの順序で行う組み合わせでなければならない。両腕の動作は、同時に、左右対称で行わなければならない、交互に動かしてはならない。ただし、下肢障がいで一蹴りの動作ができない者は一かきが、上肢障がいで一かきの動作ができない者は一蹴りが、一連の動作とみなされる。
- ③両手は腕より一緒に胸より水面、水中または水上から前方へ揃えて伸ばし、水面または水面下をかかねばならない。肘は、折り返し前の最後の一かき、折り返しの動作中およびゴールにおける最後の一かきを除き、水中に入っていないなければならない。両手は、スタートおよび折り返しの後の一かきを除き、ヒップラインより後ろに戻してはならない。

④泳ぎの各サイクルの間に頭が水面に出なければならない。二かき目の両腕が最も幅の広い部分で、かつ両手が内側に向かう前まで、頭の一部が水面上に出ているなければならない。両脚の動作は、同時に、左右対称でなければならない、交互に動かしてはならない。

⑤両脚は推進力を得る際は外側に向かわなければならない。交互に動かすこと、下方へのバタフライキックは①を除いて許されない。足が水面から出ることは、下方へのバタフライキックとならない限り許される。

⑥折り返しおよびゴールタッチは、両手が同時にかつ離れた状態で行わなければならない。タッチは水面の上下どちらでもよい。折り返しおよびゴールタッチ直前は足の蹴りに続かない腕のかきだけになってもよい。最後のサイクルの間に頭が水面上に出れば、タッチの最後の一かきの後は頭が水没してもよい。

※①～⑥は、身体的理由により不可能な動作についてはこの限りではない。

(9) バタフライ

①スタートおよび折り返し後、最初の腕のかき始めからは身体はうつぶせでなければならない。水中でのサイドキックは許される。折り返し動作中は、壁に手がついた後、うつぶせ状態でなくてもよい。ただし、足が壁から離れた時には、うつぶせ状態でなければならない。

②競技中、両腕は水面の上を同時に前方に運び、水中を同時に後方へ運ばなければならない、

③全ての足の上下動作は同時に行わなければならない。両脚・両足は同じ高さになる必要はないが、交互に動かしてはならない。平泳ぎの足蹴りは許されない。

④折り返しおよびゴールタッチは、水面の上もしくは下で、両手が同時に、かつ離れた状態で行わなければならない。

⑤泳者はスタートおよび折り返し後は、水面に浮き上がるため、水中での数回のキックと一かきが許される。スタートおよび折り返しの後、体は完全に水没してもよいが、壁から15m地点までに、頭は水面上に出ているなければならない。

※②～④は、身体的理由により不可能な動作についてはこの限りではない。

(10) リレー

①リレーは男女混成で編成する。

②途中計時は行わない。

7. その他

(1) プールサイドでの事故に十分注意する。

(2) プール内は土足厳禁とする。

(3) 選手は必ずシャワーに入ることとする。