

中国学生

徒步定向竞赛规则

中国大学生体育协会定向分会 审定



北京体育大学出版社
BEIJING SPORT UNIVERSITY PRESS

中国学生徒步定向 竞赛规则

中国大学生体育协会定向分会 审定



北京体育大学出版社
BEIJING SPORT UNIVERSITY PRESS

策划编辑 高云智
责任编辑 周学政
责任校对 崔荣彩
审稿编辑 李 飞
版式设计 马红欣
封面设计 张 勃
责任印制 陈 莎

图书在版编目 (CIP) 数据

中国学生徒步定向竞赛规则 / 中国大学生体育协会
定向分会审定. — 北京: 北京体育大学出版社, 2015.6
ISBN 978-7-5644-1990-5

I. ①中… II. ①中… III. ①大学生-定向运动-竞赛规则
IV. ①G826.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第 151234 号

中国学生徒步定向竞赛规则

出版发行 北京体育大学出版社
地 址 北京市海淀区信息路 48 号
邮 编 100084
电 话 010-62963531 62963530
印 刷 北京市凯鑫彩色印刷有限公司
规 格 114mm×170mm 32 开本
印 张 6
字 数 86 千字

2015 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-5644-1990-5

定 价 25.00 元

序

定向不仅是一项集智力与体力为一体的体育项目，更是一项在培养基本生存技能、社交能力和个人品德等方面具有很高育人价值的体育项目。

中国大学生体育协会定向分会自 2003 年成立以来始终坚持“团结、奋进、文明、育人”的竞赛宗旨，不断探索和创新学生定向赛事的组赛模式，逐步建立了以育人为中心、适合我国学生特点和兴趣、特色鲜明的赛事体系，对促进我国学校定向的发展发挥了重要作用，已成为推动中国定向发展的重要力量。

但是，我国定向竞赛规则的建设却落后于定向的发展，已明显制约了定向竞赛育人价值的实现。鉴于此，为了进一步促进我国学生定向的健康发展，更好地体现定向的育人价值，在中国大学生体育协会和中学生体育协会的支持下，中国大学生体育协会定向分会于 2014 年 3 月成立了《中国学生定向竞赛规则研制》项目组。项目组在总结近十多年来全国各级各类学生定向赛事组赛经验的基础上，吸收国内外定向赛事发展的经验，经过充分调研、论证和试行，于 2014

年7月完成了《中国学生徒步定向竞赛规则》的编写工作，并通过了中国大学生体育协会定向分会组织的审定，由分会交由北京体育大学出版社出版。

《中国学生徒步定向竞赛规则》是目前国内正式颁布并出版的第一部定向竞赛规则。尽管其适用范围仅限于学生定向赛事，但可以预期，这部规则的颁布和出版将有力地加快中国定向竞赛规范化发展的进程。从项目立项到完成编写和审定只用了短短的一年多时间，但是课题组部分成员早在2006年就开始追踪研究国际定向竞赛规则发展趋势和各国学生定向竞赛规则的特点和规律，近十年的前期研究为《中国学生徒步定向竞赛规则》顺利完成奠定了坚实的基础。

我希望中国大学生体育协会和中学生体育协会及其会员协会、中国大学生体育协会定向分会及其会员单位，以及社会相关组织和机构大力推行本规则，让规则在比赛中落到实处，进一步促进学校定向的健康发展，展现定向的育人魅力。我也希望项目组再接再厉，以规则为基础展开定向赛事组织和裁判方法的研究，将学生定向赛事的水平和质量推进到更高水平，让广大学生更好地享受定向，更好地实现校园定向的培养目标。

中国大学生体育协会定向分会主席

刘志方

2015年7月20日

前言

定向是一项新兴的体育项目。自 2002 年举办首届全国学生定向锦标赛以来，各级各类学生定向竞赛在全国各地迅速展开，并成为推动中国定向发展的重要力量。近十多年来，中国学生定向赛事在不断吸收国内外定向赛事发展经验的基础上，坚持“团结、奋进、文明、育人”的竞赛宗旨，结合中国学生体育竞赛的特点不断探索和创新，逐步形成了特色鲜明的赛事体系。

为了巩固和推广中国学生定向竞赛的发展成果，进一步规范中国学生定向赛事，促进中国学生定向的健康发展，在中国大学生体育协会和中学生体育协会的支持下，中国大学生体育协会定向分会于 2014 年 3 月启动了《中国学生定向竞赛规则研制》项目。6 月 24 日，分会颁布《中国学生定向

竞赛规则（试行）》，并在2014年全国学生定向锦标赛中试行。试行前，分会组织裁判员对规则进行了学习和研讨；试行后，对规则执行情况进行了总结，并向各参赛队进行了调研。在充分调研和论证的基础上，分会组织对规则进行修订，进而将其在2014年首都高校学生定向越野锦标赛和浙江省第十三届学生定向锦标赛中试行，并在2014年全国学校定向裁判员培训班上进行了解读和调研。12月2日，分会颁布《中国学生定向竞赛规则（试行）》（2014年12月版），并先后在广东省中学生定向锦标赛和2014年全国学生定向精英赛暨广东省大学生定向锦标赛中试行。2015年6月，规则在浙江省第十四届大学生运动会定向比赛和广东省第九届大学生运动会定向比赛试行后，分会再次组织对规则进行修订和审定，定稿为《中国学生徒步定向竞赛规则》。

本规则供中国大学生体育协会、中国中学生体育协会及其会员协会、中国大学生体育协会定向分会及其会员单位举办各级各类学生定向比赛使用，其有效期自发行之日起至新规则出版之日止。希望

各单位把在规则执行过程中发现的问题、形成的意见和建议反馈给我们，以便在今后予以修订完善。

本规则研制项目组成员有王翔（韩山师范学院）、朱建清（浙江树人大学）、杨绛梅（中国地质大学·北京）、陈津梁（中国地质大学·北京）和李明（西安体育学院）。本规则由王翔、朱建清、杨绛梅、陈津梁主编，参加编写的还有李明、邓维（四川大学）和梁秋平（分会教学与推广委员会）。

参加本规则审定工作的有郭飞（中国学生体育协会联合秘书处）、杨绛梅、陈津梁、朱建清、王翔、李明、邓维、侯德明（贵州大学）、李飞龙（湖南大学）、杨辛财（湖南省学生定向协会）和辛延军（中国大学生体育协会定向分会器材委员会）。北京体育大学出版社对本书的出版、发行给予了大力支持和帮助，在此一并致谢。

中国大学生体育协会定向分会

2015年7月10日

目 录

第一章	定 义	1
第二章	总 则	11
第三章	运动员	15
第四章	官员和专业技术人员	18
第五章	比赛通则	40
第一节	赛事信息	40
第二节	报名与报到	44
第三节	行程和交通	47

第四节	训练和模拟赛·····	48
第五节	场地与器材·····	50
第六节	运动员装备与号码·····	59
第七节	比 赛·····	61

第六章 项目规则····· 76

第一节	短距离赛·····	76
第二节	中距离赛·····	79
第三节	长距离赛·····	82
第四节	百米赛·····	85
第五节	积分赛·····	90
第六节	接力赛·····	95
第七节	团队赛·····	104

第七章 罚 则····· 109

第一节	处 罚·····	109
第二节	抗议和上诉·····	114

第八章	广 告	118
附录一	安全指南	126
附录二	环保指南	155
附录三	路线设计原则	168

第一章 定 义

1 徒步定向

徒步定向是运动员独自徒步导航通过竞赛区的一项运动。在只能借助地图和指北针的条件下，运动员尽可能在最短的时间内到访若干个在地图上和竞赛区中标明的检查点。在所有运动员出发前，由检查点定义的比赛路线必须保密。

通常用“定向”表示徒步定向，只有在需要强调时才使用“徒步定向”。

定向比赛包括以下类型。

中国学生徒步定向竞赛规则

1.1 按比赛规格

1.1.1 短距离赛：通常在可跑性非常好的公园、校园、城镇或村落中举行。按顺序到访检查点。强调速度，要求在高速奔跑中快速读图、选择路线和高效决策。胜出时间为 12 ~ 15 分钟。观众可以沿途观看比赛。

1.1.2 中距离赛：通常在森林中举行。按顺序到访检查点。强调技术。胜出时间为 25 ~ 35 分钟，具体时间随组别变化。

1.1.3 长距离赛：通常在森林中举行，按顺序到访检查点。强调耐力和路线选择。胜出时间为 35 ~ 80 分钟，具体时间随组别变化。

1.1.4 百米赛：通常在开阔、可跑性和通视度非常好的天然或人工设置的小型或微型场地中举行。按顺序到访检查点。强调速度和节奏，要求在复杂环境中保持集中，在不断改变速度和方向中调控节奏、选择路线和高效决策。比赛胜出时间为 2 ~ 4 分钟。观众能够观赏整个比赛过程。

1.1.5 积分赛：预先规定比赛用时和检查点

分值, 运动员根据规定的比赛用时和检查点分值选择到访的检查点和到访顺序。强调规划, 让时间和距离与其导航能力协调一致。规定用时为 3 ~ 5 分钟、12 ~ 20 分钟或 25 ~ 45 分钟, 具体时间随场地、组别变化。

1.1.6 接力赛: 队际竞争。3 ~ 4 名运动员组成接力队, 依次独立按顺序到访检查点完成自己的赛段。比赛有 5 种主要规格:

1.1.6.1 经典接力赛 (接力赛)。由类似中距离赛规格的 3 个赛段组成的比赛, 总的胜出时间为 65 ~ 110 分钟, 每棒胜出时间为 20 ~ 35 分钟, 具体时间随组别变化。

1.1.6.2 短距离接力赛。由符合短距离规格的 3 ~ 4 个赛段组成的比赛, 总的胜出时间为 40 ~ 50 分钟或 55 ~ 65 分钟。

1.1.6.3 百米接力赛。由符合百米赛规格的 3 ~ 4 个赛段组成的比赛, 总的胜出时间为 10 ~ 15 分钟或 14 ~ 20 分钟。

1.1.6.4 短距离混合接力赛。由符合短距离规格的 4 个赛段组成的男女混合比赛, 胜出时间为

中国学生徒步定向竞赛规则

55 ~ 65 分钟。

1.1.6.5 百米混合接力赛。由符合百米规格的 4 个赛段组成的男女混合比赛,胜出时间为 14 ~ 20 分钟。

1.1.7 团队赛:队际竞争,队内协作。3 ~ 4 名运动员组成团队或男女混合团队分工协作完成比赛。检查点分为两类:一类是要求所有团队成员按规定顺序到访的必经点,另一类是只要求团队中任一成员按自己规划的顺序到访的自由点。比赛中各成员独立或合作到访必经点和自由点,以最后一名到达终点的队员的成绩作为整个团队的成绩。胜出时间为 3 ~ 6 分钟、12 ~ 20 分钟或 25 ~ 40 分钟,具体时间随场地、组别变化。

1.2 按地形

1.2.1 野外定向赛:在野外森林或野外森林、树林、绿地和荒野的混合体中举行。

1.2.2 郊野定向赛:在郊野或村落、林地、田野的混合体中举行。

1.2.3 城镇定向赛:在城镇公共休闲场所、街

道、居民区及其混合体中举行。

1.2.4 公园定向赛：在城镇公园、公园式森林及公园式郊野村落中举行。

1.2.5 校园定向赛：在校园中举行。

1.2.6 室内定向赛：在体育馆、教学楼、商业大厦等单层或多层建筑中举行。

1.3 按比赛时间

1.3.1 日赛：比赛在白天举行。

1.3.2 夜赛：比赛在夜间举行。

1.4 按比赛性质

1.4.1 个人赛：1 名运动员独立完成比赛。

1.4.2 接力赛：3 ~ 4 名运动员组成接力队，依次独立完成各自的赛段。

1.4.3 团队赛：3 ~ 4 名运动员组成团队，分工协作完成比赛。

1.4.4 混合赛：3 ~ 4 名男、女子运动员组成男女混合接力队或团队完成比赛。

中国学生徒步定向竞赛规则

1.5 按决定最终比赛成绩的方式

1.5.1 单程赛：最终成绩由一场比赛的成绩决定。

1.5.2 多程赛：最终成绩由两场或两场以上的比赛成绩决定。

1.5.3 资格赛：运动员通过资格赛获得决赛资格，最终成绩为决赛成绩。

1.6 按到访检查点的顺序

1.6.1 规定顺序：按规定顺序到访检查点。

1.6.2 任选顺序：按自己规划的顺序到访检查点。

1.6.3 混合顺序：按规定顺序到访一部分检查点，按自己规划的顺序到访另一部分检查点。

注 1：本规则中，运动员既适用于女性，也适用于男性；既适用于个人，也适用于由 2 名以上运动员组成的队。

注 2：团队赛虽然要求分工协作，但其核心仍然是要求充分发挥运动员的独立导航能力。