

奥运项目

体育百科
知识
系列丛书

TIYU BAIKEZHISHI
XILIECONGSHU

编著：张生会



内蒙古人民出版社

体育百科知识系列丛书

奥运项目

编 著:张生会



内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

体育百科知识系列丛书/张生会主编. —呼和浩特:

内蒙古人民出版社, 2006. 5

ISBN 7-204-08439-X

I. 体... II. 张... III. 体育—普及读物 IV. G8-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 050900 号

体育百科知识系列丛书

编 著 张 生 会

责任编辑:王继雄

封面设计:邵 然

出版发行:内蒙古人民出版社

地 址:呼和浩特市新城区新华东街祥泰大厦

印 刷:大厂回族自治县圣启印务有限公司

经 销:全国新华书店经销

开 本:787×1092 1/32

印 张:200 印

字 数:3000 千字

版 次:2006 年 5 月第一版

印 次:2006 年 5 月第一次印刷

印 数:1-10000 套

书 号:ISBN:7-204-08439-X/G · 2144

定 价:592.00 元 (全四十册)

如发现印装质量问题,请与我社联系。

联系电话:(0471)4971562 4971659



目 录

冰球	/1
雪车	/2
雪橇	/5
冰橇	/7
花样滑冰	/8
自由式滑雪	/11
滑板滑雪	/13
北欧两项	/14
速度滑冰	/15
短跑道速度滑冰	/16
越野滑雪	/17
速度滑雪	/18
跳台滑雪	/19
高山滑雪	/21
现代冬季两项	/22
美式橄榄球	/23
逆水划船赛	/25
攀岩	/26
汽车运动	/27



国际象棋	/28
高尔夫球	/35
飞镖	/49
台球	/50
泰拳	/51
体育舞蹈	/52
围棋	/60
中国象棋	/70
钓鱼	/81
登山运动	/82
健美运动	/85
技巧	/86
信鸽	/90
高山自行车	/92
定向	/93
田径	/96
游泳	/112
射击	/114
体操	/119
举重	/127
排球	/129
足球	/132
花样游泳	/134
篮球	/135

跳水	/137
射箭	/139
手球	/141
帆板	/143
帆船	/144
水球	/145
艺术体操	/147
柔道	/149
摔跤	/151
棒球	/153



冰球

起源于加拿大，又称冰上曲棍球。19 世纪中叶加拿大安大略省的金斯顿地区流行脚穿冰鞋，手持曲棍，在冰面上追、运、击打圆球的游戏。

1855 年 12 月 25 日在金斯顿举行首次冰球比赛。1858 年传至欧洲。1860 年加拿大开始使用橡胶制成的盘形冰球。1875 年 3 月 3 日在加拿大蒙特利尔的维多利亚冰场举办第一次正式冰球赛。1879 年加拿大麦克吉尔大学的学生 罗伯逊 (W. F. Robertson) 和 史密斯 (R. F. Smith) 教授共同制定了比赛规则，规定每队比赛人数为 9 人。1890 年加拿大成立安大略冰球协会，这是世界上第一个冰球协会组织。1893 年加拿大冰球队首次赴美表演。

1902 年欧洲第一个冰球俱乐部在瑞士的莱萨旺成立。1910 年举行第 1 届欧洲冰球锦标赛。1912 年加拿大国家冰球协会首创六人制打法，并被国际冰联沿用至今。

女子冰球始于 19 世纪 60 年代。1892 年在安大略的多伦多举行首次女子冰球赛。1916





年在美国举行加拿大和美国参加的首次国际女子冰球赛。1990年起举行世界女子冰球锦标赛。

男子冰球于1920年被列为奥运会比赛项目，后将该届奥运会冰球赛追认为首届世界冰球锦标赛。女子冰球于1998年被列为冬奥会比赛项目。

冰球场长61米，宽30米，四周有高1.15~1.22米的界墙。球门高1.22米，宽1.83米。分两队比赛，每队可报20名运动员，比赛时上场6名。全场比赛为60分钟，分三局进行，中间休息15分钟，以进球数多者为胜。



雪车

目前冬奥会比赛项目雪车 (Bobsleigh and Tobogganing)，即指原来的有舵雪橇 (bobsleigh) 与平底雪橇 (Tobogganing) 项目。原来的国际有舵雪橇与平底雪橇联合会 (International Bobsleigh and Tobogganing Federation)，现称为国际雪车联合会。以下沿用雪橇旧称介绍。



有舵雪橇也称“长雪橇”，为雪橇运动项目之一，是一种集体乘坐雪橇，利用舵和方向盘控制在人工冰道上滑行的运动。1924年在第一届冬季奥运会中被列为正式比赛项目。雪橇用金属制成，形如小舟，橇首覆有流线型罩。橇底前部是一对舵板；上与方向盘相接，橇底后部为一对固定平行滑板。橇尾装有制动器。

1883年英国人把平底雪橇装上了橇板。第二年举行了公开比赛，吸引了许多人参加。1890年，爱好者们又制成装有金属舵板和制动闸的雪橇，称有舵雪橇。1898年1月在克雷斯特朗又有4人座有舵雪橇问世。克雷斯特朗的滑道是自然雪道，因雪橇下滑速度不断增大，常常发生出辙、翻车等事故，因此人们逐渐想出在陡坡上多修转弯道的办法，以求减速，并把雪道表面冻成冰面，雪道两侧加护墙。在这样的雪道上滑降，平均时速可达90~100公里，最高可达120公里。1903年第一条人工有舵雪橇线路在圣莫里茨建成。最初的雪橇乘员为5人，其中男子3人，女子2人，到20世纪初规则规定只允许男子参加，乘员人数由5人减到4人。

国际有舵雪橇和平底雪橇联合会成立于



1923年11月。初期还包括无舵雪橇运动，直至1957年无舵雪橇运动才单独分出，另成立国际无舵雪橇联合会。



比赛规则规定：2人座有舵雪橇长不得超过2.70米，宽0.67米，滑橇板宽度8毫米；4人座有舵雪橇最长3.80米，宽0.67米，滑橇板最小宽度为12毫米。2人座有舵雪橇比赛时，总重量不得超过375公斤，4人座有舵雪橇总重量不得超过630公斤，不足重量可携带其他加重物补足。滑道全长1500米，平均坡度为 $4^{\circ}30'$ ，最大坡度为 $8^{\circ}30'$ 。弯道部分的半径必须在20米以上，滑道的护墙最少不得低于50厘米。比赛分双人座和四人座两项。每赛次滑行4次，以4次比赛的累计时间计算成绩，时间少者名次列前。遇两队时间总和相等时，以任何一次最少时间的队为胜。

赛期两天，每天进行两次。首轮出发顺序由抽签决定。从第二轮起，出发顺序由前一轮的最后一名先出发，接着顺次下排。出发前，雪橇距起点线15米。出发信号发出后，均由运动员在起点处手推雪橇奔跑起动的，然后跃入座位，前座的人掌舵，最后座的人负责制动。到达终点时运动员均须在座位上，否则成绩无效。有舵雪橇起源于瑞士，是由无舵雪橇发展



而成。

有舵雪橇服装、运动员穿戴用具：包括比赛服，护肩、护肘、头盔和专用钉靴。靴钉为刷型并均匀分布于靴底。靴钉的长度不超过14毫米，间隔不超过3厘米。

有舵雪橇滑道、有舵雪橇比赛设施：是用混凝土或木材建造的，具有一定坡度的凹型滑道。宽1.40米，两侧为护墙。护墙的内侧高1.40米，外侧高2~7米。滑道及两侧的护墙均需浇冰。比赛线路长度为1300~2000米，全程设有15~20个弯道，弯道的半径不得小于20米。滑道的平均坡度为 4° ~ 8° 。起点与终点的高度差为米。



雪橇

乘坐不装设舵板的木质雪橇沿专设的冰雪线路滑降的一项冬季运动。现今冬奥会比赛项目雪橇称为 *luge*，即指原来的无舵雪橇，又名运动雪橇 (*luge*)。

无舵雪橇也称“运动雪橇”或“单雪橇”。雪橇运动项目之一。一种乘坐（卧）在雪橇上，通过变换身体姿势来操纵雪橇高速回转滑





降的运动。雪橇全长为 70~140 厘米，宽为 34~38 厘米，高为 8~20 厘米。雪橇为木制，底面有一对平行的金属滑板，宽不超过 45 厘米。雪橇前部没有舵板，后部也没有制动闸。滑板上部为支架。滑板前面翘起部分可有一定柔软性，以利转弯，但不准装置能操纵滑板的舵和制动器。单座重量不准超过 20 公斤，双座不准超过 22 公斤。比赛分男子单座、男子双座、女子单座三项。比赛时运动员坐在雪橇上，双手借助起点助栏用力向后推，使雪橇向前启动，滑行中仰卧在雪橇上，单手拉住雪橇皮带利用身体起卧，变换肩、腿姿势操纵雪橇，使之沿着冰道快速滑降。到达终点时，运动员须坐在雪橇上，否则不予计算成绩。单座滑 4 次，赛期为两天；双座滑 2 次，赛期为一天。均以时间少者为胜。成绩相等时，以各次滑降中成绩最好者为胜。出发顺序由抽签决定。



1957 年国际无舵雪橇联合会 (*International Luge Federation*) 正式成立，决定从第 9 届冬奥会开始进行无舵雪橇比赛，在非冬奥会年份，每年举行世界锦标赛、欧洲锦标赛及各种杯赛。无舵雪橇有男子单人、双人及女子单人 3 个比赛项目。男子线路长 1000 米左右，女子线路长 800 米左右。1964 年在第九届冬季





奥运会中被列为正式比赛项目。

无舵雪橇滑道 无舵雪橇比赛设施。以混凝土或木材为基础砌成槽状的滑道。道宽 1.30~1.50 米，滑道两侧的护墙均需浇冰。比赛线路长度男子 1000~1400 米，女子 800~1200 米。全程设 11~18 个弯道，弯道的半径为 8 米。滑道的平均坡度男女相同，为 4° ~ 10° 。起点与终点的高度差为 70~130 米。

冰橇

起源于北欧，又称北欧冰橇。19 世纪兴起于瑞士、奥地利、德国、意大利以及美国等国家。1887 年瑞士圣莫里茨地区的机械专家马蒂斯 (Mattis) 设计制作了世界上的第一个比赛冰橇。自 20 世纪 50 年代始，随着无舵雪橇的兴起，冰橇逐渐被淘汰。冰橇滑降时，运动员头在前，俯卧在冰橇上，利用安装在专用皮靴前部的防滑钉控制冰橇的运动方向或制动。仅在 1928 年和 1948 年被列为冬奥会比赛项目。



花样滑冰



起源于 18 世纪的英国，后相继在德国、美国、加拿大等欧美国家迅速开展。1772 年英国皇家炮兵中尉约翰逊（Robert Johnson）撰写的《论滑冰》在伦敦出版，这是世界上出版的第一部涉及花样滑冰的书籍。1863 年美国芭蕾舞表演艺术家海因斯（Jackson Haines）将滑冰运动与舞蹈艺术融为一体，在欧洲巡回表演，丰富了花样滑冰的内容和形式。1868 年美国的丹尼尔·梅伊（Daniel Mey）和乔治·梅伊（George Mey）首次表演双人滑，这是世界上有记载的最早的花样滑冰表演。1872 年奥地利首次举办花样滑冰比赛。1896 年在俄国彼得堡举行首次世界男子单人花样滑冰锦标赛，1906 年在瑞士达沃斯举行首届世界女子单人花样滑冰锦标赛，1952 年在法国巴黎举行第一次世界冰上舞蹈锦标赛。花样滑冰的冰场长 56~61 米，宽 26~30 米，冰的厚度不少于 3~5 厘米。1924 年被列为首届冬奥会比赛项目。有男、女单人滑（1924 年列入），男女双人滑（1924 年列入）和冰上舞蹈（1976 年

列入) 4 个比赛项目。每个国家和地区每项限报 3 人(队)。

单人滑 分男子单人滑和女子单人滑。比赛按短节目和自由滑的顺序进行, 第一天短节目, 第二天自由滑。①短节目: 运动员必须在 2 分 40 秒的规定时间内完成一套由跳跃、旋转、联合跳跃、联合旋转共 8 个动作和连接步编排而成的节目。裁判员首先根据运动员完成动作的质量、难度评定规定动作分, 然后根据内容编排的均衡性、音乐的一致性, 以及速度、姿势、音乐特点表达等评定表演分。每项满分均为 6 分, 两项分数相加之和为运动员得分。得分多者名次列前。②自由滑: 运动员自选音乐, 男子在规定的 4 分 30 秒, 女子在规定的 4 分钟内完成一套编排均衡, 由跳跃、旋转、步法以及各种姿势组成的滑行动作。裁判员根据运动员动作的难度、数量、质量以及内容编排、音乐配合、姿态、表情、独创性、场地利用等评定技术水平分和表演分。其评分和确定名次的方法同短节目。

双人滑 由一男一女配对参赛。比赛按双人短节目和双人自由滑的顺序进行, 第一天双人短节目, 第二天双人自由滑。①双人短节目: 运动员自选音乐, 在 2 分 40 秒的规定时



间内完成一套双人短节目规定动作，每个动作只允许做一次，附加动作扣分。裁判员根据运动员完成动作的质量、完成情况以及内容的编排、音乐的配合等评定规定动作分和表演分。

②双人自由滑：运动员自选音乐，在规定的4分30秒钟内完成一套自编动作。裁判员根据运动员完成动作的难度、质量、动作编排、音乐配合，以及姿态、表情、独创性、场地利用等评定技术水平分和表演分。其评分和确定名次的方法同单人滑。



冰上舞蹈起源于花样滑冰，始于20世纪30年代的英国。偏重舞步，强调用动作表达音乐。1937年英国举办首届冰上舞蹈锦标赛，1949年起被列为单独比赛项目。由一男一女配对参赛。比赛按规定舞、创编舞和自由舞的顺序进行，第一天规定舞，第二天创编舞，第三天自由舞。

①规定舞：根据规定的音乐、图案、步法和重复次数完成动作。规定舞共有22套，国际滑冰联盟用抽签方法确定两套作为下年度的比赛项目。裁判员根据运动员完成动作的质量和姿势评定技术分和表演分。

②创编舞：又称定型舞。运动员按规定的韵律自选音乐，在规定的时间内完成一套自编的舞蹈步法和图案。裁判员根据运动员完成的动作情况评



定编排分和表演分。③自由舞：运动员自选音乐，在规定的4分钟内完成由各种步法、托举、小跳、姿势、握法等动作组成的自编舞蹈，裁判员根据运动员完成动作的质量、风格和创新等评定技术分和艺术印象分。冰上舞蹈的评分和确定名次的方法同单人滑。

自由式滑雪

始于20世纪60年代，在高山滑雪基础上发展而成。1971年在美国新罕布什尔州举行世界上第一次正式的自由式滑雪比赛。1975年起举办世界杯自由式滑雪赛。1986年在法国阿尔卑斯山的蒂恩镇举行了首届自由式滑雪锦标赛。1992年起被列为冬奥会比赛项目，设男、女空中技巧（1994年列入）和男、女雪上技巧（1992年列入），男、女雪上芭蕾于1988年、1992年被列为冬奥会表演项目。

空中技巧始于20世纪初。1928年美国卡尔顿（John Carleton）成为世界上第一个穿着滑雪板完成雪上空翻动作的运动员。1958年瑞士滑雪教练费尤雷尔（Art Fyurrer）在滑跳中完成空翻和转体动作。空中技巧运动员使用