



中小學校內體育 運動競賽的措施

人民教育出版社

87
32

中小學校內體育運動競賽的措施

俄羅斯蘇維埃聯邦社會主義共和國
教育部批准公佈

中央人民政府教育部 翻譯室 譯
體育指導處校

人民教育出版社出版

中小學校內體育運動競賽的措施

ВНУТРИШКОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ

譯者：中央人民政府教育部翻譯室

校者：中央人民政府教育部體育指導處

責任校對：韓效德

出版者：人民教育出版社

(青京許可圖出字第貳號)

發行者：新華書店

印刷者：（見正文最後頁）

書號：參 0106

1953年12月原 版

字數：29,900

1954年3月北京第一次印刷

1—20,000

定價 1,500 元



這本關於校內體育運動競賽的指示、規程和大綱是由俄羅斯蘇維埃聯邦社會主義共和國教育部體育指導處主任督學巴·格·包格達諾夫和俄羅斯蘇維埃聯邦社會主義共和國教育科學院體育和學校衛生研究所的研究員尤·伊·諾斯考夫合編的。出版前曾由教育部體育指導處學校科的阿·納·石夫倫編校。

本書規定學校在學年開始時舉行體育節和冬、夏兩季舉行運動會的具體辦法，可供我國中小學參考。



УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РСФСР

ВНУТРИШКОЛЬНЫЕ
СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

ПОЛОЖЕНИЯ И ПРОГРАММЫ

УЧПЕДГИЗ

МОСКВА * 1952

本書根據俄羅斯蘇維埃聯邦社會主義共和國教育部教育出版社

一九五二年莫斯科俄文版譯出

中小學校內體育運動競賽的措施

目 次

一般指示	1
一 學年開始時舉行的學校體育節	3
二 冬季學校運動大會	12
三 夏季學校運動大會	19
附 件	28
一 體操大綱	28
二 二年級和三年級的示範的羣衆性自由操練	34
三 ‘少先隊球’ 遊戲	35
四 參加滑雪和滑冰比賽者的衣服和鞋襪	36
五 參加比賽者的權利和義務	37
六 隊代表人或隊長在比賽當中的權利和義務	38
七 田徑賽的比賽地點、設備和器具 (示範一覽表)	38

一般指示

聯共(布)中央委員會在一九四八年十二月二十七日公佈的決議裏曾指出，體育和運動競技有很大的全國性的意義，在居民中間必須廣泛開展羣衆性的體育活動，同時必須提高蘇維埃運動員們的運動技巧水平。

照聯共(布)中央委員會這項指示看來，正確地佈置學校的體育課業(上課)以及對學生們有計劃地進行羣衆性的課外運動，具有特殊的意義。

各項運動競技(校內羣衆性運動競技活動的重要的和有益的形式之一)可以吸引學生基本羣衆系統地從事運動，可以提高學生們的體質，同時也可提高運動技術的成績。

在對學生採取的種種羣衆性運動措施的總的體系中，應當特別注意校內的運動競賽，因為這種競賽可以真正地保證學生羣衆的身體操練和競技。

爲了保證五年級至十年級學生基本羣衆的羣衆性運動的措施，建議各蘇維埃社會主義自治共和國教育部部長、邊區、省和市各級國民教育部門的負責人‘給所有七年制學校和中學規定起碼的羣衆性的運動措施：在學年開始舉行體育節，根據俄羅斯聯邦教育部批准的統一規程和節目舉行冬季和夏季的運動大會(在假日)’(俄羅斯聯邦教育部一九五一年十一月十四日公佈的第九六七號指示第一條第六款)。

由一九五二至一九五三學年度起，所有七年制學校和中學都必須執行羣衆性運動競賽的措施。在規定的期間舉行主要種類的運動競賽：

(1) 學年開始時的體育節(體育表演，田徑賽)——九月間。

(2) 冬季運動大會(滑雪運動、滑冰運動及體操等競賽)——一月、二月、三月。

(3) 夏季運動大會(田徑比賽和運動遊戲比賽)——六月間。

按照既定的運動競賽措施一覽表及其進行日期，訂出校內運動競賽日程表。

學校所有運動競賽措施的組織和進行，都是在校長領導下，由體育教員、學校青年團、少年先鋒隊組織以及班主任和教員等方面積極參加的全校體育委員會負責辦理。

對每一項運動競賽的措施，必須保證做到周密準備，並以高度的組織水平保證其進行。因此，必須事先訂出有關運動大會及其他運動競賽措施的規程、進行節目和計劃、準備裁判員、成立比賽組織委員會，必須保證作到醫務上的監督、準備比賽地點、準備運動器械等等。

每一學校，要根據本地的具體情況及本書附件中的標準節目來擬定羣衆運動競賽措施的規程和節目，呈請校長批准，然後懸掛在特製的揭示牌上或體育角裏。此外，班主任務必使學生了解即將舉行的比賽會的規程和節目。

在運動大會(體育節)之前成立組織委員會，直接領導大會的一切組織和進行的工作。組織委員會的主席一般由校長擔任；組織委員會的成員包括體育教員、其他各科教員、學生家長、青年團和少年先鋒隊組織的代表以及全校體育委員會的委員。

所有比賽的總裁判，一般是由體育教員擔任，最好由教員內請一位作總幹事。但是在個別情況下，也可以指定高年級裏受過很好訓練的並能勝利完成這項工作的學生來作總裁判或總幹事。爲達到這一目的，每一學校應當由過去受過相當訓練並且具有裁判資格的學生中挑選裁判人材。

在學生準備參加比賽以及在舉行比賽的時候，應當特別注意組織有關醫務上的檢查。經醫師認可的學生，才得參加比賽。

醫師（不得已時由護士代替）必須出席比賽會，觀察學生們的健康情況，注意比賽地點要適合於衛生的要求，並會同體育教員注意防止可能發生的任何創傷和不幸事件。因此，舉行比賽的時候，必須在操場裏（如果是滑雪比賽，要在離起點不遠的地方）設置醫療站。

體育節或運動大會組織委員會要經常特殊注意給比賽會準備地點，給比賽會準備必要的運動器械。運動大會的成就以及參加比賽的學生們的運動技巧的成績，多半是與圓滿地解決上面這一問題以及周密地和及時地準備比賽操場、體育館、滑冰場、比賽區（滑雪地區）有關係的。必須及時地用標語、招貼畫、旗子、花木等把舉行比賽的地點點綴起來，同時也要佈置看台。

學年開始時的體育節、冬季和夏季的運動大會是很重要的措施，必須誘導基本學生羣衆參加大會；在個別情況下，這種運動措施也可以用較長的時間（如冬季運動大會）或分幾個階段來舉行。課外運動競賽的措施如果組織得適當，是有極大的教育意義的，同時這種措施可以使學校的紀律獲得保障。因此，俄羅斯聯邦教育部建議各級國民教育部門，所有七年制學校和中學的校長和教員，要充分注意在學校組織並實行這裏所規定的各項措施，要以高度的文化和組織水平保證其進行。

一 學年開始時舉行的學校體育節

學年開始時舉行的學校體育節，在開始上課以後第一或第二個星期日舉行。這個節日，對學生來講，是全年所要進行的體育和運動的各式各樣活動的開端。

學年開始時舉行的學校體育節，大致按照下面的節目進行：

1. 羣衆表演部分：檢閱，節日隆重開幕，致祝詞，各少年先鋒隊中隊表演及自由操練等等。

2. 運動競技表演部分：五至七年級的迎面接力賽跑，拔河（八至十年級的男生），學生運用體操器械的各項表演，田徑賽表演，排球、籃球的友誼賽等等。

3. 羣衆娛樂部分：羣衆性遊戲，運動競技性的娛樂，精采節目，放飛機模型、風箏、汽球等。

每一學校對於這個體育節的節目可作補充，可加修改。

那些要求多方面和周密準備的措施和表演，不必列入體育節的節目內。例如，不應當表演複雜的圖形的步法以及在同一時間內有絕大部分學生參加的羣衆性的自由操練。也不應當把學生們需要有較多準備和訓練的運動節目的比賽列入體育節的進行節目之內。應當只限於各少年先鋒隊中隊表演自由操練，用領巾表演，表演小旗子，跳繩等等。應當限於示範性的體操和田徑運動的表演，運動遊戲的友誼比賽等等。也可以利用少先隊員們和學生們在夏季少年先鋒隊露營時以及在學校操場等地所受到的那種訓練作為羣衆性的表演節目。小組的表演——飛機模型、輪船模型和業餘文娛表演等——可以列入羣衆性表演節目之內。

可以利用重大的政治事件紀念日或其他有重要意義的日子來舉行學校體育節。例如，一九五二年的體育節就是用來紀念冠以列寧的名字的少年先鋒隊組織三十週年紀念的，這一節日的羣衆性表演部分及其他各部分的內容，都得到了很好的反映。

節日以後，九月間進行田徑運動和運動遊戲性質的級內的和全校的比賽（也含有迎接開始上課的意思），藉此展開學生全學年的運動活動。

準備田徑運動和運動遊戲性質的比賽（擬定與批准計劃、規

程和進行的節目，成立組織委員會等等），是與準備體育節同時開始的。

現在，舉出田徑比賽的示範規程和節目以及舉行這些比賽的準備計劃。

田徑比賽的示範規程

（一）目的和任務

學年開始時舉行的校內田徑比賽的目的，在於普及運動，吸收學生羣衆系統地從事田徑運動，提高他們的運動成績。

各項比賽可以檢查學校教學工作和運動活動的效果，它有下列各種任務：

（1）盡力吸引學生參加各項比賽。

（2）考查學生是否合於準備勞動與衛國制度的綜合標準以及全蘇聯競技運動統一分級標準。

（3）評定優秀的級隊和優秀的全校代表運動員以及年級的代表運動員。

（二）領導

各項比賽的準備和進行的總領導由組織委員會擔任。

比賽的直接領導由裁判組負責。

（三）舉行比賽的時間和地點

（1）九月七日至二十日舉行級內比賽（利用休息日或下課後）。

（2）各級隊之間的校內比賽（決賽）——九月二十日至十月五日（利用休息日）。

比賽地點——學校運動場。

(四) 參加比賽人

所有五至十年級的學生，根據醫師檢查的材料，被列在基本健康組之內的，都能成爲級內冠軍賽的參加人。

各年級級隊參加各年級組之間的決賽(五——六年級，七——八年級，九——十年級)。

(五) 比賽節目

級內比賽和決賽(校內)按照下列節目進行：

五年級——六年級(男生和女生)

60 公尺跑。

急行跳遠。

500 公分(或 250 公分)的手榴彈擲遠。

10 × 40 公尺的迎面接力賽跑和圓形接力賽跑(只適用於決賽)。

七年級——八年級(男生和女生)

60 公尺跑。

急行跳遠。

急行跳高。

手榴彈擲遠(500 公分)。

5 × 60 公尺的圓形接力賽跑(只適用於決賽)。

九年級——十年級(男生和女生)

100 公尺跑。

500 公尺跑(女生)，1000 公尺跑(男生)。

急行跳遠。

急行跳高。

700 公分手榴彈擲遠。

推鐵球：5 公斤——男生，4 公斤——女生。

(六) 比賽的進行條件和計分方法

級內比賽是參加決賽前的選拔比賽，是以年級(或少年先鋒隊中隊)內的個人冠軍賽或中隊裏的小隊的個人或隊的冠軍賽來進行的。各項決賽由個人和隊參加。

注：如果學校中有幾個平行班時，級內比賽可用各班之間的個人冠軍或隊冠軍賽來進行。

田徑賽的決賽把各年級分為三個年級組進行(五——六年級，七——八年級，九——十年級)，按每一組計分。

進行節目內每一節目的個人冠軍賽是按每一年級組進行的。每一年級組(五——六年級，七——八年級，九——十年級)的級隊冠軍，決定於級的比賽員在所有進行節目上所得計分的最低分數的總和(第一名——1 分，第二名——2 分，第三名——3 分，依此類推)。在決定級隊冠軍時，接力賽跑的成績以二分制計算。

決賽節目中的每一節目，一個年級可提出六名比賽員(按四名計分)和一個接力賽跑隊。

級內比賽(五——七年級)，每一少年先鋒隊小隊可提出四名比賽員(按三名計分)和一個接力賽跑隊(4 × 40 公尺)。

如果一個年級(或一個少年先鋒隊小隊)的比賽員，在任一個進行節目中沒有獲得計分，這時，一個級隊(或一個少年先鋒隊小隊)所得的每一未得到計分的比賽員的分數，等於所有參加該項節目的比賽員最後一名的分數再加上一個罰分。每名比賽員參加的節目不能超過兩項，接力賽跑不計算在內。

注：在男女合校的學校內，級隊中的男女人數按各該年級的人數比例確定。

(七) 發獎

級隊在本組(五——六年級, 七——八年級, 九——十年級)比賽中爭得第一名時, 獎以獎狀和錦旗。取得第二名或第三名的級隊獎以獎狀。

在本年級組內每一進行節目上獲得個人冠軍的人, 可得獎狀和書籍。

(八) 申請報名

在開始比賽前兩天, 把參加田徑賽決賽報名申請書提交組織委員會。申請書應由班主任、體育幹事、體育教員和醫師簽字。

注: 在決賽時年級的正式代表人爲班主任。

下面是七年級報名參加田徑決賽的報名申請書的簡化格式。

號 數	姓 名	少先隊員 或 青年團員	將準備勞動 與衛國 或 準備勞動 與衛國	比 賽 項 目				
				60公 尺跑	急行 跳高	急行 跳遠	擲遠	接力 賽跑
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	伊萬諾夫·瓦西里	少先隊員	準備勞動 與衛國	+				+
2	齊爾赫夫·阿列克 謝	青年團員	準備勞動 與衛國		+		+	+
3	波哥丹諾夫·尤里	少先隊員	將準備勞 動與衛國	+		+		+
4	列平·符拉基米爾	少先隊員	將準備勞 動與衛國		+		+	

5	席多洛夫·尼古拉	非團、隊員	將準備勞動與衛國	+		+		+
6	列林·米哈伊爾	少先隊員	準備勞動與衛國	+		+		+
7	納烏莫夫·弗多爾	少先隊員	將準備勞動與衛國				+	
8	尼古拉也夫·尤里	少先隊員	將準備勞動與衛國	+		+		+
9	葉哥洛夫·瓦西里	非團、隊員	未達標準	+				+
10	皮突赫夫·尼古拉	少先隊員	將準備勞動與衛國			+	+	+
11	瓦西里也夫·弗多爾	少先隊員	將準備勞動與衛國		+		+	+
12	斯維特蘭諾夫·阿列克謝	少先隊員	將準備勞動與衛國			+	+	+
13	瓦維洛夫·吉奧爾吉伊	非團、隊員	將準備勞動與衛國		+			
14	伊萬尼茨基·瓦列里伊	少先隊員	將準備勞動與衛國		+			
15	突里巴查夫·尤里	少先隊員	將準備勞動與衛國		+			

上面名單內十五名比賽員准予參加比賽。

醫師(簽字)

班主任(簽字)

體育教員(簽字)

體育幹事(簽字)

級內和校內田徑比賽與運動遊戲比賽的 準備與進行的示範計劃

號數	工 作 內 容	執 行 人	執行日期	附 注
1	擬定計劃、規程和比賽節目	體育教員	8月25日	
2	在校務會議上討論進行比賽的問題	校長	8月28日— 8月30日	
3	批准關於進行比賽的組織委員會，確定委員會各委員的職責	校長	9月3日	
4	在團委會和少先隊大隊委員會上討論進行比賽的問題	團委會書記	9月4日	
5	在體育團體委員會上討論進行比賽的問題	委員會主席	9月5日	
6	對學生進行有關即將舉行比賽事項的談話	班主任	9月1日— 5日	
7	選出各年級積極分子輔導員，輔導進行教練的作業	團委會書記 和體育教員	9月5日	
8	擬定教練作業時間表	體育教員	9月5日	
9	準備作業和舉行級內比賽的地點	體育教員和 總務主任	9月5日	
10	擬定級內比賽進程表	班主任和體 育教員	9月7日	
11	舉行級內比賽	班主任和體 育教員	9月7日— 20日	
12	佈置舉行決賽的地點和準備器械	總務主任和 體育教員	9月17日	
13	準備計時錶(跑錶)、比賽	總務主任、	9月17日	

	人用的號碼標誌、擴聲筒、記分冊等	體育團體委員會主席	
14	準備掛像、標語、招貼畫、標示比賽地點的小旗	少先隊總輔導員	9月17日
15	製備參觀券並分送給家長和贊助者	少先隊輔導員	9月16日
16	組織裁判幹事組，討論並分配各裁判員的職務	體育教員，體育委員會	9月17日
17	組織值日生在操場上和更衣室裏值班	教導主任，家長委員會主席	9月17日
18	購買文藝書籍作獎品	團委會	9月17日
19	出版有關比賽的牆報	出版委員會	9月10日—20日
20	製備優勝旗和優勝獎狀	製圖教員和繪畫教員	9月17日
21	製作個人和隊冠軍比賽表	製圖教員	9月17日
22	製作比賽通告	製圖教員	9月17日
23	組織委員會舉行會議，檢查準備比賽的進程，將準備的進程通知負責人	校長	9月13日—18日
24	舉行校內比賽	組織委員會	9月20日—10月5日
25	批准準備晚會的節目	校長	9月7日
26	準備在總結晚會上表演的運動和體操	體育教員	9月5日—10月7日
27	在組織委員會上批准比賽的結果	校長	10月7日
28	宣佈比賽結果	校長	10月7日
29	舉行晚會	體育教員	10月7日

二 冬季學校運動大會

冬季學校運動大會，包括三項主要的運動比賽——滑雪、滑冰和體操，它是一學年中主要的運動競賽措施。

冬季學校運動大會可以吸引學生參加系統的滑雪運動、滑冰運動和體操運動，使學生達到準備勞動與衛國制度的綜合標準，並培養冬季各種運動和體操的各級運動選手。

冬季運動大會在下列規定的期間內分幾個階段進行：

運動的種類	級內(小隊和中級)比賽	校內比賽
滑雪運動	一月	二月
滑冰運動	一月	二月
體操	一月——二月	三月

舉行滑雪比賽時，必須注意選擇滑雪地段的地點、斜坡以及高低不平的雪道。

斜坡、高低勻稱地方的滑雪地段以及高低不平的雪道，不可過於複雜，免得學生在比賽時發生危險。

比賽場地的起點和終點，應當設在靠近比賽員集合和更換衣服的地方。舉行任何滑雪比賽時，應當給比賽員準備一個房間，以便在那裏休息、烤火取暖並等待出發比賽。在這個房間裏，最好設置一個小食堂，最低限度也要給比賽員準備熱茶。在農村地方，起點和終點要靠近學校。

爲了進行滑冰比賽(以及滑冰練習)，學校行政當局、全體教育工作人員、社團和學生組織應當設置一個學校自用滑冰場，同時，要經常不斷地保護它。這個滑冰場可能是設在學校操場上的人工滑冰場，也可能是設在離學校不遠的湖泊、水池、河流上的學校自用滑冰場。