

Sports of Beijing 2008 Olympic Games General Information
第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书



柔道

Judo



第29届奥林匹克运动会组织委员会
Beijing Organizing Committee for the Games of the XXIX Olympiad

Sports of Beijing 2008 Olympic Games General Information
第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书



柔道

Judo

沈志坤 赵琳琳 编
高岚杰 审

北京体育大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

柔道 / 第29届奥林匹克运动会组织委员会编. ——北京:
北京体育大学出版社, 2008.1

(第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书)

ISBN 978-7-81100-863-0

I.柔... II.第... III.柔道——基本知识

IV.G886.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第164524号

柔 道

编 者: 第29届奥林匹克运动会组织委员会
出 版: 北京体育大学出版社

策划编辑: 董英双 李 飞
责任编辑: 董英双 刘润芝
审稿编辑: 李 飞 青 山
责任校对: 刘润芝 董英全 罗珍霞
图片提供: 中体在线图库
责任印制: 陈 莎

开 本: 889×1194毫米 48开 印张: 1

2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

社 址: 北京市海淀区中关村北大街
北京体育大学院内

邮 编: 100084

服务热线: (010)62989571

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与本社联系)

指导委员会

主任：李炳华 杨树安
委员：（按姓氏笔画排序）

池建 刘文斌 李鸿江 杨桦
吴润彪 张志伟 张秋平 金华省

编委会

主编：杨桦 李鸿江
执行主编：吴润彪 夏伦好 王文生
编委：王琴 辛沂 张辉
李飞 董英双 吕春花
审稿：李颖川 葛春林 熊西北
李相如 谭朕斌 袁守龙



同一个世界 同一个梦想
One World One Dream



出版说明

掌握奥运会、残奥会竞赛通用知识，是奥运培训工作的重要内容，是我们成功举办一届“有特色、高水平”奥运会的基础工作。为了便于组委会工作人员、志愿服务人员以及社会各界人士学习奥运竞赛知识，我们编辑出版了《第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识读本》和《第13届残疾人奥林匹克运动会竞赛项目通用知识读本》及《第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书》。

作为培训教材，本套读物包括第29届奥运会和第13届残奥会竞赛项目通用知识中、英文读本和第29届奥运会28个竞赛项目通用知识单行本。主要介绍奥运会、残奥会各竞赛项目的起源沿革、比赛设项、比赛设施、比赛规则和观赛礼仪等知识，是2008年第29届奥运会和第13届残奥会竞赛类的普及性、知识性读物。

在编辑这套培训教材的过程中，组委会领导同志非常重视。人事部、体育部和残奥会部等有关部门做了大量组织协调工作，特别是体育项目代表对书稿进行了认真的审核。北京体育大学和首都体育学院在教学任务十分繁重的情况下，组织了得力的作者和编审人员队伍。在此谨向所有关心和支持本套读物编辑出版的同志致以深深的谢意。

编辑出版本套读物是一项严肃的工作，也是一项艰巨的任务。由于我们经验和水平有限，书中难免存在一些不足之处，敬请读者给予指正和谅解。

编委会

2006年3月31日

目 录

渊源篇

- 1. 起源 / 2
- 1.1 柔道的起源、沿革 / 2
- 2. 奥运会柔道发展史 / 9

竞赛篇

- 奥运会柔道设项 / 12

设施篇

- 1. 比赛场地 / 16
- 2. 比赛设施、器材 / 18
- 2.1 柔道比赛的服装 / 18
- 2.2 柔道比赛的仪器设备 / 21

规则篇

- 1. 竞赛规则要点 / 24
- 1.1 技术及行动的评定标准 / 24
- 1.2 一场比赛胜负的评定标准 / 32
- 1.3 禁止事项 / 35

观赛篇

- 1. 观赛礼仪 / 38
- 2. 比赛时间、地点、场馆 / 40

Judo
Information



土台

淵源篇

1 . 起 源



1.1 柔道的起源、沿革

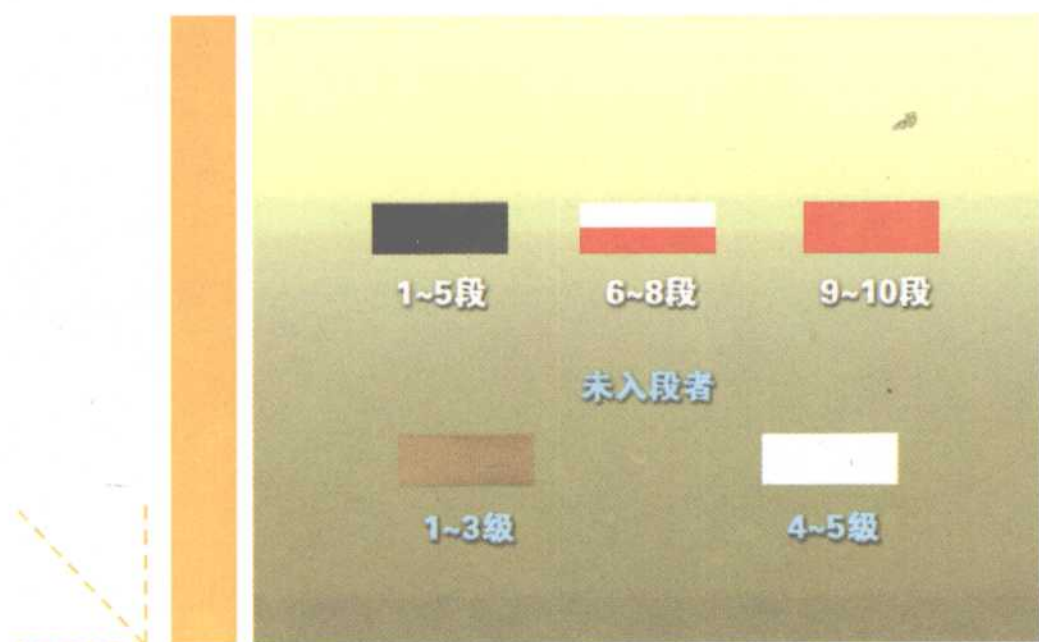
柔道起源于日本古代的柔术。日本明治10年，日本青年嘉纳治五郎汲取众多柔术流派的长处，始创了一套适合青少年锻炼身体，便于防身自卫的技术体系，为区别于其他柔术，称为“柔道”。

经过嘉纳治五郎先生的辛勤努力和大力提倡，1882年在日本的东京下谷北稻荷街的永昌寺，建立了日本最早的“讲道馆”，用以训练和传授柔道。很快柔道便在日本全国普遍开展起来。



1895年,日本成立了“大日本武德会”,大力宣传和推广柔道,并制订了柔道比赛的统一规则。从1930年起,柔道在日本学校中成了青少年的必修课。在军队、警察部队以及其他各种场所也开始教授柔道,并在全国各地通过各种柔道比赛,使柔道逐渐成为日本普及的运动。1948年,日本举行了柔道锦标赛。1949年,成立了全日本柔道联盟。

为鼓励柔道运动员积极向上、刻苦训练,嘉纳治五郎设立了柔道的段位制:一、二、三、四、五段腰带颜色为黑色;六、七、八段腰带颜色为红白相间的腰带;九、十段腰带颜色为红色带。未入段者又分为五个等级:一、二、三级系茶色腰带;四、五级系白色腰带。



1949年，欧洲成立了柔道联合会。1951年7月，由英国、法国、德国、意大利、荷兰、瑞士、日本等12个国家发起成立了国际柔道联合会。本部设在日本东京，会长为嘉纳履正（嘉纳治五郎之子）。

1956年，在日本东京举办了第一届世界柔道比赛。1964年5月，在日本东京举行的第18届奥运会上，男子柔道被列为奥运会正式比赛项目。





Judo... ..



女子柔道也始于日本。早在1893年，嘉纳治五郎就在日本讲道馆开始招收女生，传授柔道。20世纪70年代，女子柔道在全世界范围内开展起来。1978年，国际柔道联合会正式决定举办世界柔道比赛，并对女子柔道比赛的体重级别作出了具体的规定，这一决定在很大程度上推进了女子柔道运动在世界范围内的迅猛发展。1980年11月29日，在美国纽约举办了第一次女子柔道比赛，当时有27个国家和地区的150多名运动员参赛。

1979年，我国举办了第1届“柔道技术训练班”。为我国培养了第一批柔道教练员和运动员，从此柔道逐渐在我国各地开展起来。

1980年9月16日，在秦皇岛举办了第1届全国柔道比赛。1983年，在全国第5届运动会上，柔道被列为正式比赛项目。1981年，在山西省举办了首届全国女子柔道比赛。1984年，在河北省石家庄市举办第1届全国女子柔道锦标赛。

1986年12月，在荷兰举行的第4届世界女子柔道锦标赛上，我国女子柔道选手高凤莲夺取72公斤以上级金牌，这是我国柔道运动员获得的第一个世界冠军。

Judo... ..

在1992年奥运会上，我国女子柔道选手庄晓严获得72公斤以上级冠军；在1996年奥运会上，我国女子柔道选手孙福明也获得了78公斤以上级冠军；在2000年奥运会上，我国女子柔道选手袁华获得了女子78公斤以上级冠军，实现了奥运会柔道大级别的三连冠。此外，唐琳获得了78公斤级冠军。在2004年第28届奥运会上，我国女子柔道选手冼东妹获得了52公斤级冠军，这是我国在奥运会女子柔道小级别比赛上的首次突破。



Judo... ..



2 . 奥 运 会 柔 道 发 展 史

1964年5月,在日本东京举行的第18届奥运会上,男子柔道被列为奥运会正式比赛项目。在1968年奥运会上,柔道项目被取消。1972年,男子柔道再次成为奥运会正式比赛项目。

1984年,国际奥委会同意将女子柔道列入1988年奥运会表演项目。1992年第25届奥运会上,女子柔道被列为奥运会正式比赛项目。

貳

竞赛篇