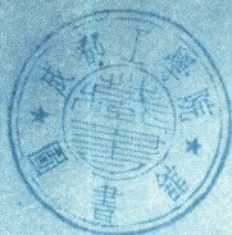


116257



怎样办运动会

蒋旭青 编著

上海文化出版社





第一章 运动競賽的意义

第一節	体育、运动和运动会的基本概念	1
第二節	运动競賽的意义和作用	2
第三節	我國体育运动的成就和努力的方向	4

第二章 运动会的組織工作

第一節	运动会筹委会組織章程举例	6
第二節	競賽規程	7
第三節	运动会的工作計劃	10

第三章 运动会的裁判工作

第一節	裁判員在發展体育运动中的作用	12
第二節	裁判員的分工	13
第三節	領隊、指導和運動員須知	15
第四節	檢查場地設備与跑表	17

第四章 运动会的場地工作

第一節	場地的布置与规划	19
第二節	入場式的指揮	21
第三節	比賽進行中的場地工作	22

第五章 運動會的編排記錄工作

第一節	辦理報名手續	23
第二節	編排運動員姓名號碼對照表	24
第三節	編排各項比賽分組號碼表	25
第四節	編排競賽表演程序表	27
第五節	編印運動會手冊	31
第六節	大會進行中的編排記錄工作	31

第六章 球類競賽的組織工作

第一節	球類競賽規程	33
第二節	球類競賽方法	35
第三節	球隊注意事項及比賽禮節	41
第四節	網球、羽毛球、乒乓球比賽的組織形式	44

第七章 越野賽跑

第一節	越野賽跑簡介	46
第二節	越野賽跑的名次計算方法	47
第三節	裁判員的組織工作	50
第四節	越野賽跑的幾項重要工作	52

第八章 接力跑、行軍、自行車和拔河

第一節	接力跑	53
第二節	行軍	55
第三節	自行車比賽	56
第四節	拔河比賽	60



第一章 运动竞赛的意义

第一节 体育、运动和运动会的基本概念

一、什么叫体育？

体育是一门科学，也是一种艺术，它是社会主义文化的一部分。

体育是向广大人民，首先是青年进行共产主义教育、增进健康、全面发展体能、提高运动技术的重要手段，使他们能够更好的从事劳动和保卫祖国。体育的范围很广，如参加运动，讲究卫生，适当地晒太阳，呼吸新鲜空气，经常进行早操，用冷水擦身或行温水浴等都在其内。体育还包括一些物质财富和精神财富。物质财富是指改善人民的健康状况、增强人民的体质而建立起来的各种体育场所和设备等；精神财富是指体育书刊、体育广播和体育电影等。由于体育是为人民的健康、生活和国防服务的，因而它必须面向青年和工、农、兵。

二、什么叫运动？

运动是体育活动的各种各样的形式，是达到体育目的的重要手段。运动的特点是它的竞赛性。只有具有竞赛性的活动才能被称为“运动”。相反，没有竞赛性的活动，像广播体操，尽管它是一种对身体非常有益的群众性体育活动，但由于它缺乏竞赛性，却不能把它列为一个运动项目。

我國从 1956 年起实施運動員等級制度和競賽制度。实施運動員等級制度的运动項目有：(1)田徑(2)体操(3)籃球(4)排球(5)足球(6)棒球(7)壘球(8)羽毛球(9)網球(10)乒乓球(11)游泳(12)跳水(13)水球(14)速度滑冰(15)花样滑冰(16)冰球(17)滑雪(18)举重(19)拳击(20)摔角(中國摔角与國際摔角)(21)射箭(22)技巧运动(23)棋类(象棋、圍棋和國際象棋)(24)自行車(25)帆船(26)舢舨(27)划船(28)射击(飛盤与实彈射击)(29)摩托(30)滑翔(31)跳傘(32)航空模型。

实施競賽制度的运动項目，除以上 32 項外，还有以下 11 項：(1)手球(2)曲棍球(3)近代五項(4)击劍(5)爬山(6)武術(7)馬術(8)旅行(9)水上摩托(10)汽車(11)飛行。这 11 个項目由于目前条件还比較差，只是組織競賽，暫不授予运动的称号。

运动競賽的項目不是一成不变的，將随着体育运动的發展而陸續增辟新項目和創造新項目。

三、什么叫运动会？

运动会是一种有組織的运动競賽会；在这种競賽会中能够充分表现出運動員的力量、灵敏、速度和耐久力等身体素質以及良好的运动技巧，是对運動員个人及其所屬單位檢查和評價体育工作的一种形式。

运动会分綜合性运动会和單項运动会兩種。綜合性运动会是以田徑运动为主，同时与其他运动項目联系在一起，如奥林匹克运动大会。單項运动会即單項运动競賽，如全國游泳競賽大会、冰上运动大会和足球競賽大会等。

第二節 运动競賽的意义和作用

中華人民共和國成立以后，全國各地普遍举行了規模大小不等的运动会和各式各样的單項运动競賽；很多厂礦、企

業、机关甚至農村也举办了基層运动会和球类比賽。通过这些运动競賽，在人民群众中广泛宣傳了体育活动对改善人民健康、增强人民體質和为社会主义建設服务的重要意义和作用，从而吸引了职工群众、部隊战士、青年学生、机关干部、農民、里弄居民等广大階層的人民和兄弟民族参加了体育运动。事实証明，凡經常从事体育运动的人，一般都提高了生產、工作和學習的效率。几年來，通过一系列的運動競賽，涌現出大批优秀的運動員和体育積極分子，为广泛建立基層体育协会、普遍推行“劳动与衛國”体育制度及更好地訓練運動員創造了不少条件。这証明运动競賽确是开展群众性体育运动和提高运动技術的好办法。

运动競賽是开展基層單位群众性体育运动的重要手段。运动競賽本身就是基層單位群众性体育运动的一部分。它的作用有以下几点：

一、运动競賽是向广大群众宣傳体育运动和吸引群众参加体育鍛煉的好办法。

二、运动競賽是檢查各項运动發展情况及教学、教練工作質量的有效手段，借此了解体育教师、体育干部、指導員和運動員的創造性。它还能促進指導員和運動員交流先進的工作經驗，推广高度發展的运动技術和最完善的訓練方法。運動員、体育教师、指導員和体育团体的領導者，通过一次运动競賽，好像通过一次嚴肅的測驗。

三、运动競賽能够發現和培养大批优秀運動員和体育積極分子。許多人不了解自己体能方面的特点和天才，通过运动競賽就会被發掘出來。这些人經過訓練，往往就能培养成为卓越的運動員。至于从运动競賽中涌現出來的体育積極分子就更加多了。

四、运动競賽能够檢查和提高運動員的技術水平。運動員經常参加各种运动競賽，爭取優勝，是不断提高自己技術和成績的推动力量；不断地参加競賽，就会促使運動員不断地提高自己的技術水平，不停留在已經達到的成就上。

五、运动競賽能够高度表現和發展運動員的身体素質，如力量、灵敏、速度、耐久力等，同时还能培养運動員的共產主义道德品質，如集体主义、勇敢、坚毅、必勝的信念、沉着、友好合作、同志感情等。

六、运动競賽能够促進兄弟民族之間的友好團結，从而使各族人民在一个大家庭里生活得更加親熱。

七、参加國際运动競賽，还可以增進各國人民之間的友誼和相互了解，加强保衛世界和平的力量。同时，在这样的競賽中可以提高運動員、教師和指導員对参加競賽的責任心及为祖國爭取榮譽的光榮感，从而加强內部的團結，培养愛國主义精神。

运动競賽的意义和作用很多，不再一一列举了。总之，沒有运动競賽，体育工作就不容易進展。事实証明，只要停办某一项运动的競賽，这项运动就会萎縮不前。相反，只要有关單位有計劃地經常地組織和举办这一运动的競賽，尽管它是一项不大开展的或者是过去未曾开展的新項目，也会在群众中逐漸地推动、發展、改進和趋于完善，并逐漸出現良好的成績和高度的运动技巧。

第三節 我國体育运动的成就和努力的方向

在中國共產党和人民政府的关怀、重視和領導下，体育工作者和广大人民一道，从中華人民共和國成立以來，已經建立了一个新的人民的体育体系。由于我國社会制度的优越，社会

主義建設和社會主義改造的迅速發展，以及人民的物質和文化生活的不斷改善，人民的體育事業得到了蓬勃的發展，並且取得了很大的成就。如國家為了領導全國體育運動的開展而建立了各級體育運動委員會；為了大力培養體育幹部，在全國範圍內成立了六所體育學院、一所軍事體育學院和十一所中等體育專業學校；在各省市師範學院中普遍地設立了體育系科。同時為了更好地領導和開展群眾性體育運動，又廣泛建立了體育協會，普遍推行了“勞動與衛國”體育制度。此外，在開展群眾性體育運動方面所需要的物質基礎，國家也根據可能給予必要的保證。在短短的七年中，不但學校和部隊中的體育有了很大的發展和提高，即在工廠、礦山、機關中也都開展了體育運動，推行了“勞衛制”；在農村中，體育運動也有了發展。在運動技術方面，光是1955年，就打破全國最高紀錄達384次之多；1956年提高得更多了。游泳、舉重、射擊和田徑運動中的個別項目已經趕上國際水平；最輕級的舉重運動員陳鏡開雙手挺舉還打破了世界紀錄；乒乓球和籃、排球已能在國際競賽中爭取到名位，足球也接近國際水平了。總的說，體育運動方面已經出現了一個新的面貌，根本改變了國民黨反動統治時期的那種落後狀態。

但是，一般地講，我國體育運動技術的水平還很低，極大多數運動項目的成績還遠遠地落在國際水平的後面。這和我國日益提高的國際聲譽是不相適應的。

1956年全國體育工作會議批判了過去體育工作中的右傾保守思想，確定了當前體育運動的方針為：“加速開展群眾性的體育運動，在廣泛的群眾運動基礎上，努力提高運動技術。”這是根據我國社會主義建設事業的迅速發展對體育工作者、運動員和全國青年提出的要求。這個方針意味着，我們應該

爭取在几年內在若干运动項目上分別赶上或接近國際水平。这是党和政府交給全國青年和体育工作者的一个光荣任务。1957年又确定了“在原有基礎上，加強領導，提高質量，進一步开展群众性体育运动和提高运动技術水平”的方針。为了很好貫徹这个方針，就應該普遍地推行勞衛制，更多地举办各項运动競賽。

第二章 运动会的組織工作

要开好一个运动会是一件深入細致的工作，必須在事前很好地加以考慮和规划。規模較大的运动会需要組織筹备委員會負責領導；基層运动会可以由体育协会理事会負責筹备，不必另組機構。●

第一節 运动会筹委会組織章程举例

一、××运动会筹委会（以下簡稱本会）設委員若干人。

二、本会由正、副主任委員負責主持会务。

三、本会設正、副秘書長，由筹委会聘任之，办理本会日常事务，并直接掌理下列各組工作：

1. 秘書組：掌理文書、宣傳、預算、決算、事务、獎品、环境衛生、医务及不屬於其他各組的工作。

2. 組織組：掌理調配工作人員，組織观众，邀請首長和來賓等。

3. 糾察組：掌理場內外的秩序，包括警衛、收票、檢查

- 本書敘述的組織工作、裁判工作、場地工作、編排和記錄工作都是指中型以上的运动会而言。基層体育协会在举办小型运动会时，可以根据具体情况酌量降低标准。

証章符号等。

四、本会設裁判委員會，直接对筹委会負責，在总裁判的領導下，研究競賽規程，选拔全体裁判工作人員并進行分工，以及定出工作計劃。裁判委員會設下列各組：

1. 編排記錄組：辦理運動員注册報名，編排程序，記錄成績，計算分数等。（規模較大的运动会分設秩序編排組和成績記錄組）

2. 裁判組：提出裁判員名單，召开裁判會議，組織裁判學習等。

3. 場地組：规划与整理大会場地，准备各項运动器材設備，指揮入場式等。（規模較大的运动会分設場地布置組和器材保管組）

裁判委員會各組負責人、工作人員和全体裁判員，由大会筹委会聘任。

五、本会全体委員會會議由主任委員定期召集，各組联席會議由秘書長或总裁判定期分別召集或联合召集。

六、本章程由本会筹委会通过施行，修正时间。

第二節 競賽規程

运动会競賽規程是一种組織性文件，对運動員、指導員和參加單位的領導人都具有教育意义。

競賽規程首先應該提出运动会的名称和目的，目的要提得明确而具体。競賽規程包括競賽表演內容、競賽办法、參加办法和獎勵等，是每个運動員和指導員所必須了解的，更是參加單位的領導人应預先熟悉的，因而需要早些制訂，并予以公布。競賽規程公布得越早，越能使參加單位在事前作好訓練、选拔和其他一切准备工作；否則，就会使有些單位抱着任务觀

点來參加，甚至使某些單位來不及參加。下面是一个工人运动会競賽規程的例子：

××市第×屆工人運動大會競賽規程

第一條 定名——××市第×屆工人運動大會。

第二條 目的——貫徹“在原有基礎上，加強領導，提高質量，進一步開展群眾性體育運動和提高運動技術水平”的體育運動方針，檢閱一年來本市各工廠開展職工體育運動的成績，並選拔優秀運動員，組織市代表隊，參加195×年全省（或全國）工人運動大會。

第三條 日期和地點——195×年×月×日在××體育場舉行。

第四條 競賽單位——競賽單位為××廠、××廠……每一單位分男女兩組（如果是中學運動會，就應該按學生的年齡分兒童、少年、青年等男女組）。

第五條 運動員資格——必須是中華人民共和國公民，並是各廠的在職職工，經醫生證明其身體健康者。

第六條 報名期限——各單位應將本會所發的報名單在×月×日×午×時前派人送到本會裁判委員會編排記錄組。

第七條 預選方式——各單位應在大會前的適當時期，舉行選拔比賽，測驗成績，產生運動員，並抓緊時間，進行訓練，作好參加競賽的一切準備工作。

第八條 競賽項目——本會設下列競賽項目：

1. 男子田徑運動：（1）跳高（2）跳遠（3）撐竿跳高（4）三級跳遠（5）推鉛球（6）擲標槍（7）擲鐵餅（8）手榴彈擲遠（700公分）（9）100公尺（10）200公尺（11）400公尺（12）800公尺

(13)1,500公尺(14)5,000公尺(15)10,000公尺(16)110公尺高欄(17)200公尺低欄(18)400公尺中欄(19)4×100公尺接力(20)4×400公尺接力(21)五項全能(22)十項全能(可根據實際情況,酌量增減項目)。

2. 女子田徑運動:(1)跳高(2)跳遠(3)推鉛球(4公斤)(4)手榴彈擲遠(500公分)(5)擲標槍(6)擲鐵餅(7)100公尺(8)200公尺(9)400公尺(10)800公尺(11)80公尺低欄(12)4×100公尺接力(13)女子五項全能(可根據實際情況,酌量增減項目)。

3. 男子拔河運動:每單位以參加一隊為限。

4. 女子拔河運動:每單位以參加一隊為限。

5. 男子自行車運動:(1)1,500公尺(2)5,000公尺(3)10,000公尺(可根據實際情況,酌量增減項目)。

6. 女子自行車運動:(1)1,500公尺(2)3,000公尺(3)5,000公尺(可根據實際情況,酌量增減項目)。

第九條 競賽辦法——本會競賽辦法規定如下:

1. 田徑運動每單位每項至多參加3人。接力跑每單位每項以參加一隊為限,隊員可報6人,其中2人為候補。每一運動員至多參加3項,接力跑在外。每項錄取6名,按7、5、4、3、2、1計分,即第1名給7分,第2名給5分,第3名給4分,其餘以此類推。接力跑加倍給分。

2. 拔河每單位限報14人,其中4人為候補(男、女隊一樣)。

3. 自行車每單位每項限報2人。每項錄取4名,按5、3、2、1計分。

第十條 錦標計算方法——各項錦標男女均分別計算,田徑運動和自行車運動均以得分最多的單位為冠軍,得分次

多的單位為亞軍，第3、第4名。如遇2个或2个以上單位的总分相等時，以得第1名的多少解決之。接力跑的第1、2、3、4名均作兩個第1、2、3、4名計算。

拔河採用淘汰制比賽，只取冠軍和亞軍。

第十一條 表演項目——為了使運動會開得豐富多采，得設團體操、競技體操、技巧運動、球類運動、舉重、武術等表演項目，由本會邀請參加。

第十二條 競賽及表演程序——本會各種競賽和表演程序，由本會編排記錄組編排之。

第十三條 比賽規則——採用國家審定本，沒有國家審定本者，由本會另訂公布之。

第十四條 獎勵——男女田徑各項的前6名和自行車各項的前4名，均發個人獎章；獲得男女田徑、自行車、拔河比賽的冠軍、亞軍、第3名、第4名單位，均發團體獎；參加本會競賽的運動員均贈紀念品。

第十五條 附則——本規程由××市第×屆工人運動大會籌備委員會制定公布施行，修正時間。

第三節 運動會的工作計劃

運動會的工作計劃主要是指定各項工作的日程、負責人及會議地點等。它的主要內容是：

1. 成立籌委會，召開籌委會會議，通過工作計劃、競賽規程、預算和籌委會的組織章程等。

2. 發布競賽規程，進行廣泛深入的宣傳動員。

3. 召開正副主任委員、正副秘書長和裁判委員會總裁判、副總裁判的會議，決定各部門的負責人人選。

4. 召開各部門負責人會議，討論各部門具體的工作和

任务,决定开幕式和闭幕式的程序。

5. 印制比赛、裁判、记录、注册和报名用的各种表格以及请柬、参观券和工作证等。

6. 办理报名注册手续。

7. 编排竞赛表演程序。

8. 提出裁判员名单,请筹备会批准聘请。

9. 召开裁判会议,组织裁判学习,订定领队、指导和运动员须知。

10. 召开领队、指导和运动员会议,说明订定的“须知”。

11. 修建和整理运动场地,配备各项运动器材设备和用具,征调和核对跑表。

12. 准备奖品和纪念品。

13. 邀请首长和来宾,组织观众,配备纠察力量。

14. 布置会场,联系医师和护士。

15. 总裁判检查场地。

16. 决定开幕式的入场和退场办法,以及给奖和闭幕的办法。

17. 各部门作最后一次工作彙报,检查总的情况,并作必要的改进。

18. 临场掌握具体措施。

19. 布置总结提纲,总结经验教训。

第三章 运动会的裁判工作

目前我国裁判员的人数既少,技术水平也较低,因而需要鼓励现有的裁判员积极学习,努力提高他们的政治和业务水平,同时还要团结更多的体育积极分子来学会裁判工作,扩大

裁判員的隊伍，以滿足日益增多的運動競賽活動的要求。訓練培養裁判的新生力量，是當前和今後體育工作中一件十分重要的事情。

第一節 裁判員在發展體育運動中的作用

裁判員是運動會和運動競賽的組織者、領導者和教育者；是為提高該項運動技術的水平而鬥爭的戰士，而且他自己也是這個運動項目的代表。

裁判是一項建築在自願原則上的社會工作。每個體育運動愛好者應該把當裁判員看作是一項光榮而重要的事情。裁判員的隊伍中有教師、工程師、醫生，有機關幹部和工人，有青年和老人，也有年輕的姑娘和頭髮花白的婦女，其中極大部分曾經參加過運動並熱愛運動，現在把自己的業餘時間繼續貢獻於自己所喜愛的一項運動並為發展這項運動而努力，應該受到運動員和廣大觀眾的尊敬和愛戴。

蘇聯對裁判員的職責有4項規定，這對我們是有參考價值的，特介紹如下：

1. 精通某一運動項目的比賽規則，並在比賽中正確地應用它。在作出決定時要忠實、客觀、有原則性。

2. 堅決與參加比賽的運動員的粗暴行為、不尊重對方、使用犯規動作、故意犯規等現象作鬥爭，並加以阻止。

3. 在執行裁判時，既要嚴格又要精確，行動要有紀律、有組織，以自己的共產主義道德品質來教育運動員。

4. 不斷地為提高自己的裁判水平而努力，把自己的知識和經驗傳授給年輕的裁判員，積極地在基層體育組織中進行裁判工作。

裁判員還要不斷地提高自己的政治思想水平和理論水

平,否則就不能成為一個組織者和教育者。

參加比賽者要無條件地執行裁判員的決定。裁判員所作的決定對參加比賽者來說就是法律。因此裁判員對自己所作的每一決定負有重大的責任。裁判員只有對自己的工作認真負責,對比賽規則和工作方法虛心鑽研,正確地體會規則的精神,熟練地掌握裁判的技術,才能順利地完成任務。

第二節 裁判員的分工

一個運動會所需的裁判員人數和裁判員的職責如下:

1. 總裁判 1 人,負責檢查場地,解決競賽中的一切問題,處理犯規事件,審核競賽成績,檢查裁判工作。

2. 副總裁判 2 人或 2 人以上,協助總裁判領導裁判工作,並在總裁判缺席時代理其職務。

3. 田賽裁判長 1 人,負責分配田賽裁判員的職務,監督丈量成績,檢查決賽成績,根據規劃解決一切田賽問題。

4. 田賽裁判員、記錄員 7—14 人。裁判員負責丈量每一有效的試擲或試跳(長度或高度)。當增加高度時,特別是在計算試跳成績時,須精確地丈量。記錄員應召集運動員点名,帶領他們進場,記載比賽的高度或長度,並在比賽完畢後將記錄交裁判長審核簽字,然後送交總裁判。

5. 徑賽裁判長 1 人,負責分配終點裁判員的職務,自己要到終點掌握全部運動員的名次(指短距離決賽)。遇判決不一致時,提出決定性意見(規模較大的運動會另設終點裁判長)。

6. 終點裁判員 6 人以上,按照徑賽裁判長的分配,看取名次。

7. 終點助理員 2 人,負責管理終點柱上的彩帶。

8. 檢錄員 2—4 人，負責徑賽点名，帶領運動員進場，在起點分配或抽籤決定起跑的位置。

9. 徑賽檢察長 1 人，檢察員 4 人，分段負責視察徑賽過程中有無犯規情況，如果有，應立即提出報告。報告越具體越好。在進行 400 公尺接力賽跑時，檢察員擔任接力區的裁判員。

10. 計時長 1 人，計時員 3—10 人以上（如採用計時取名次，至少要 8 人），負責計取運動員在跑程中所費的時間。

11. 發令員 1—2 人，在舉行徑賽項目時發令起跑，並處理起跑時的犯規。最好採用“雙裁判制”，使兩個發令員同時都有宣判犯規的職權。

12. 記錄長 1 人，負責分配記錄員的工作，根據總裁判簽名的成績，交付登記，公布和計算運動員個人的分數和各單位的團體分數。總記錄 2 人以上，負責登記記錄長所核定的各項成績，按名次、時間、高度或距離記入記錄表中，計算得分。徑賽記錄員 1 人，負責記錄各項徑賽每組錄取的名次和時間，經徑賽裁判長和計時長簽字後，交聯絡員送總裁判。

13. 起終點聯絡員 2 人，1 人負責起終點之間的傳遞工作（騎自行車），一人遞送比賽結果。

14. 宣告員 2 人，負責報告“準備”、“点名”和進場，報告比賽結果和成績，根據大會制定的宣傳材料進行宣傳鼓動等。

15. 記圈員 3 人以上，由徑賽裁判長分配長距離賽跑和自行車比賽的記圈任務，每人負責記 2—4 個運動員。過了一半距離，運動員每跑完一圈，記圈員要向運動員報告“某某號還有幾圈”，並在進入最後一圈後通知裁判長。記圈員當自己所記的那個運動員到達終點時，要高聲地喊“某某號到”。

16. 糾查長 1 人，糾查員若干人，負責掌握競賽場地的秩序。