

DianZiJingJiYunDongGaiLun

# 电子竞技运动概论



李宗浩  
李 柏  
王 健

主编



COUNTER STRIKE



STAR CRAFT

人民体育出版社

# 电子竞技运动概论

李宗浩 李柏 王健 主编

人民体育出版社

**图书在版编目 ( CIP ) 数据**

电子竞技运动概论 / 李宗浩, 李柏, 王健主编. -北京: 人民体育出版社, 2005

ISBN 7-5009-2851-3

I. 电… II. ①李…②李…③王… III. 电子计算机-游戏-运动竞赛-概论 IV.G899

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 075467 号

\*

人民体育出版社出版发行  
北京中科印刷有限公司印刷  
新华书店经销

\*

850×1168 32 开本 6.875 印张 152 千字  
2005 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月第 1 次印刷  
印数: 1—3, 100 册

\*

ISBN 7-5009-2851-3 / G · 2750

定价: 15.00 元

---

---

社址: 北京市崇文区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行部) 邮编: 100061

传真: 67151483 邮购: 67143708

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

## 本书编委会

主编：李宗浩 李柏 王健

成员（按姓氏笔画为序）：

于 涛	王 健	李 军	李 柏
李 相	李文柱	李宗浩	李思民
祁淑云	张立新	张运亮	和 平
金宗强	贾 鹏	曹东宁	阚 侃

# 目 录

<b>第一章 电子竞技运动的概述</b> .....	( 1 )
<b>第一节 电子竞技运动的回顾与展望</b> .....	( 1 )
一、电子竞技运动的起源与演变 .....	( 1 )
二、发展现状与展望 .....	( 2 )
<b>第二节 电子竞技运动的概念、         分类与基本特征</b> .....	( 5 )
一、对电子竞技运动 及其相关概念的理解 .....	( 5 )
二、电子竞技运动的分类 .....	( 10 )
三、电子竞技运动的基本特征 .....	( 13 )
<b>第二章 电子竞技运动的教学         与训练原则</b> .....	( 14 )
<b>第一节 电子竞技运动的教学原则</b> .....	( 14 )
一、运动员主体性原则 .....	( 14 )
(一) 运动员主体的因素分析 .....	( 14 )
(二) 贯彻时应注意的问题 .....	( 15 )
二、操控技能能力与人文精神 共同发展原则 .....	( 16 )
(一) 目标任务要兼顾技术与人文 .....	( 16 )

(二) 运动员在电子竞技运动的学习中 所涉及的社会人文问题 .....	(17)
三、授人以渔原则 .....	(18)
四、启发创造原则 .....	(19)
第二节 电子竞技运动的训练原则 .....	(20)
一、动机激励原则 .....	(20)
(一) 动机激励原则的理论基础 .....	(21)
(二) 贯彻动机激励原则时 应注意的问题 .....	(21)
二、有效控制原则 .....	(22)
(一) 有效控制原则的理论基础 .....	(23)
(二) 贯彻有效控制原则时 应注意的问题 .....	(24)
三、系统训练原则 .....	(25)
(一) 系统训练原则的理论基础 .....	(25)
(二) 贯彻系统训练原则时 应注意的问题 .....	(26)
四、区别对待原则 .....	(27)
(一) 区别对待原则的理论基础 .....	(28)
(二) 贯彻区别对待原则时 应注意的问题 .....	(29)
第三章 电子竞技运动选手的技术、 战术及训练 .....	(30)
第一节 电子竞技运动选手的 基本技术及训练 .....	(30)
一、电子竞技运动的基本技术及构成 .....	(30)

(一) 键盘 .....	(30)
(二) 鼠标 .....	(34)
(三) 鼠标与键盘的配合技术 .....	(36)
二、影响电子竞技运动	
基本技术的因素分析 .....	(37)
(一) 外部因素 .....	(37)
(二) 内部因素 .....	(38)
三、电子竞技运动基本技术	
的训练方法 .....	(40)
(一) 重复训练方法 .....	(40)
(二) 直观法 .....	(42)
(三) 完整法与分解法 .....	(43)
(四) 减难法与加难法 .....	(44)
四、基本技术训练的要求 .....	(45)
(一) 掌握相关的理论知识 .....	(45)
(二) 培养技战术的运用能力 .....	(47)
(三) 重视技术组合的训练 .....	(48)
第二节 电子竞技运动选手的	
基本战术及训练 .....	(48)
一、电子竞技运动基本战术	
的特点与分类 .....	(49)
(一) 电子竞技运动基本战术的特点 .....	(49)
(二) 电子竞技运动基本战术的分类 .....	(49)
二、影响电子竞技运动员基本战术	
运用能力的因素分析 .....	(53)
(一) 内部因素 .....	(53)

(二) 外部因素 ..... (54)

### 三、电子竞技运动基本战术的

训练方法 ..... (55)

(一) 个人战术训练 ..... (55)

(二) 团体战术训练 ..... (57)

## 第四章 电子竞技运动选手的体能、

心智能力及训练 ..... (61)

### 第一节 电子竞技运动选手的

体能及其训练 ..... (61)

#### 一、电子竞技运动选手

体能训练的功能 ..... (61)

(一) 保证选手有机体适应现代运动训练

及比赛的大负荷大强度要求 ..... (61)

(二) 促使选手更好地掌握复杂的、先进的、

合理的技术和战术 ..... (62)

(三) 培养选手良好的心理素质

和顽强的意志品质 ..... (62)

(四) 延长选手的运动寿命 ..... (63)

#### 二、电子竞技运动选手身体形态

与机能的特点 ..... (63)

(一) 电子竞技运动选手的

身体形态特点 ..... (63)

(二) 电子竞技运动选手的机能特点 ..... (64)

#### 三、电子竞技运动选手

运动素质的特点 ..... (65)

(一) 反应快、动作快 ..... (65)



(二) 上肢 (主要是手指末端)	
动作的高度灵活性 .....	(66)
(三) 较好的耐力素质, 尤其是速度耐力	
和视觉抗疲劳能力 .....	(66)
四、电子竞技运动选手	
运动素质的训练 .....	(66)
(一) 反应速度的训练 .....	(67)
(二) 灵敏素质的训练 .....	(70)
(三) 注意力的训练 .....	(73)
第二节 电子竞技运动选手的	
心理能力及其训练 .....	(78)
一、电子竞技运动选手	
心理能力的特点 .....	(78)
(一) 电子竞技运动选手的注意品质 .....	(78)
(二) 电子竞技运动选手的动机因素 .....	(79)
(三) 电子竞技运动选手的自信心 .....	(80)
(四) 电子竞技运动选手的心理准备 .....	(80)
(五) 电子竞技运动选手的团队意识 .....	(80)
(六) 电子竞技运动选手的意志品质 .....	(81)
(七) 电子竞技运动选手的性格特征 .....	(82)
二、电子竞技运动选手的	
心理能力训练 .....	(82)
(一) 快速注意集中法 .....	(82)
(二) 放松训练法 .....	(82)
第三节 电子竞技运动选手的	
智力能力及其训练 .....	(85)

- 一、电子竞技运动选手的智能特点…………… (85)
  - (一) 智能结构要求的多元性 …………… (87)
  - (二) 自我意识的充分拓展性 …………… (88)
  - (三) 运动信息模式识别的复杂性 …………… (90)
  - (四) 脑信息加工效率的迅捷性 …………… (91)
  - (五) 直感思维决策的精确性 …………… (92)
- 二、电子竞技运动选手的智能训练…………… (94)
  - (一) 多种信息渠道并用,  
提高选手的感受、判断能力 …………… (94)
  - (二) “粗”与“细”结合,  
培养选手快速反应能力 …………… (94)
  - (三) 借助先进科学手段,  
提高选手的感知精确性 …………… (95)
  - (四) 通过不同手段强化思维能力 …………… (95)
  - (五) 加强专项推理能力的训练 …………… (96)
  - (六) 虚拟与实际相结合,  
提高选手对抗的竞赛意识 …………… (96)

## 第五章 电子竞技运动的竞赛管理

### 与裁判法 …………… (98)

#### 第一节 电子竞技运动竞赛的

##### 意义与种类…………… (98)

- 一、电子竞技运动竞赛的意义…………… (98)
- 二、电子竞技运动竞赛的种类…………… (98)
  - (一) 俱乐部联赛…………… (99)
  - (二) 邀请赛…………… (99)
  - (三) 选拔赛…………… (99)

- (四) 锦标赛或杯赛····· ( 99 )
- (五) 表演赛或友谊赛····· ( 100 )
- (六) 冠军赛····· ( 100 )
- 第二节 电子竞技运动的竞赛组织 ····· ( 100 )
  - 一、赛前筹备工作 ····· ( 100 )
    - (一) 组织方案····· ( 101 )
    - (二) 成立组织机构····· ( 101 )
    - (三) 制定竞赛规程····· ( 105 )
    - (四) 制定工作计划····· ( 105 )
    - (五) 纪律委员会的工作····· ( 105 )
  - 二、竞赛期间工作 ····· ( 106 )
  - 三、竞赛结束工作 ····· ( 106 )
- 第三节 电子竞技运动竞赛赛制、编排  
与成绩计算 ····· ( 112 )
  - 一、循环制····· ( 113 )
    - (一) 循环制的基本概念····· ( 113 )
    - (二) 循环制的特点····· ( 113 )
    - (三) 循环制的编排方法····· ( 114 )
    - (四) 循环制比赛的计分方法····· ( 119 )
  - 二、淘汰制····· ( 121 )
    - (一) 淘汰制的基本概念····· ( 121 )
    - (二) 淘汰制的特点····· ( 121 )
    - (三) 淘汰制的编排方法····· ( 122 )
  - 三、混合制····· ( 129 )
    - (一) 混合制的基本概念····· ( 129 )
    - (二) 混合制的特点····· ( 129 )

(三) 混合制竞赛中进行 淘汰赛的一般方法·····	(130)
第四节 电子竞技运动的竞赛规则 与裁判法简析·····	(131)
一、修改电子竞技竞赛规则应遵循的 几条基本原则·····	(132)
二、电子竞技运动的竞赛规则 与裁判法·····	(132)
第五节 重大赛事介绍·····	(148)
一、世界电子竞技大赛 (英文缩写 WCG)·····	(148)
(一) 简介·····	(148)
(二) 中国选手参赛及成绩·····	(149)
二、电子竞技世界杯 (英文缩写 ESWC)·····	(150)
(一) 简介·····	(150)
(二) ESWC2004 年总决赛·····	(150)
三、电子竞技职业联盟 (英文缩写 CPL)·····	(151)
(一) 简介·····	(151)
(二) CPL2004 年中国预选赛·····	(153)
四、中国电子竞技运动会 (英文缩写 CEG)·····	(154)
(一) 简介·····	(154)
(二) 比赛种类与竞赛方法·····	(155)
(三) 比赛项目·····	(156)

五、中国电子竞技大会	
(英文缩写 CIG)·····	(156)
(一)简介·····	(156)
(二)比赛项目·····	(157)
<b>第六章 电子竞技运动常设项目的</b>	
<b>主要战略战术</b> ·····	(160)
<b>第一节 CS 的主要战略战术</b> ·····	(160)
一、战略原则·····	(160)
二、战术原则·····	(162)
三、CS 比赛战术·····	(165)
(一)进攻战术·····	(165)
(二)防守战术·····	(168)
(三)骚扰战术·····	(170)
四、多人战术配合·····	(171)
(一)站位配合·····	(171)
(二)武器配合·····	(172)
(三)游击战配合·····	(173)
(四)闪电战配合·····	(173)
(五)防守战配合·····	(174)
<b>第二节 FIFA 比赛的主要战略战术</b> ·····	(174)
一、进攻战术·····	(174)
(一)4-4-2 阵形·····	(175)
(二)4-3-3 阵形·····	(176)
(三)4-5-1 阵形·····	(176)
(四)5-3-2 阵形·····	(177)
(五)5-4-1 阵形·····	(178)

(六) 3-5-2 阵形·····	(178)
二、进攻手段·····	(179)
三、防守战术·····	(179)
第三节 星际争霸比赛的	
主要战略战术·····	(180)
一、比赛战略·····	(180)
二、战术构成的基本要素·····	(183)
(一) 操作·····	(183)
(二) 资源控制·····	(184)
(三) 侦察·····	(186)
(四) 兵种的了解与选择·····	(188)
三、实战战术·····	(189)
(一) 欲擒故纵战术·····	(189)
(二) 打草惊蛇战术·····	(189)
(三) 藏头露尾·····	(189)
第四节 魔兽争霸 SC (3)	
比赛的主要战略战术·····	(190)
一、战略的方针原则·····	(190)
二、战略手段·····	(190)
(一) 战术协同·····	(191)
(二) 强攻和袭击·····	(191)
(三) 战斗部署和战斗队形·····	(192)
三、战术特点·····	(193)
(一) 月夜精灵的特点·····	(194)
(二) 不死亡灵的特点·····	(195)
(三) 兽族部落的特点·····	(196)

(四) 人族联盟的特点·····	(197)
四、基本战术·····	(198)
(一) 出其不意类·····	(199)
(二) 阵形和队形类·····	(199)
(三) 侦察与反侦察类·····	(201)
(四) 平衡与发展类·····	(202)

# 第一章 电子竞技运动的概述

## 第一节 电子竞技运动的回顾与展望

### 一、电子竞技运动的起源与演变

体育源于游戏，电子游戏（E-games）的发展与演变也如出一辙，是体育发展的新形式、新阶段。电子游戏作为新兴的事物，作为一种娱乐方式，越来越多地进入了普通百姓的生活之中。电子游戏已经超越了简单的娱乐层面，上升到一种遵循某种规则的人与机器、人与人之间智力上的对抗，具备了作为一个竞技体育项目的基本要素和本质属性（可定量、可重复、精确比较）。电子竞技运动起源于单机版游戏，最早以人机对战为娱乐手段。随着人们对游戏娱乐需求的提高以及信息技术（数字技术和网络游戏）的不断发展，电子游戏已不再是简单的人机对抗，也不再是传统的娱乐方式，而是具有现代竞技体育内涵与精神的一种人与人之间的网上博弈。由此，现代竞技体育的词条谱中又出现了一个新的名词，称为“电子竞技运动”。

衍生于电子游戏的电子竞技运动（E-athletics 或 E-sports），经过近十年的发展演变，凭借其虚拟、互动、更新快等独特的魅力征服了成千上万的爱好者和职业电子玩家，并已经成为当今社会一个影响巨大的产业和一个不可忽视的重要体育文化现象。与此同时，人们也有着种种的困惑、疑虑和担



心，比如究竟什么是电子竞技运动？电子竞技运动跟网络游戏有什么区别？国家体育总局为何正式批准电子竞技运动为中国开展的第 99 个体育竞赛项目，而不把网络游戏列为体育项目？开展这个项目对广大青少年身心健康会有什么样的影响？电子竞技运动的产业链和商业模式怎样？电子竞技运动项目的发展前景如何？等等。

## 二、发展现状与展望

随着 Internet 技术的飞速发展，依靠网络平台的电子竞技运动在人类社会跨入 21 世纪后的 3~5 年内已经在全球范围如火如荼的发展起来，其影响力正在发生着日新月异的变化。从电子竞技运动在世界上以及中国开展的情况看，这个项目受到广大民众尤其是青少年群体的广泛关注和喜爱，在许多国家和地区已成为最有发展前景的竞技体育项目之一。以韩国的 WCG (World Cyber Games)、美国的 CPL (Cyber Profession League) 和法国的 ESWC (E-Sports World Cyber) 为代表的世界三大赛事，已经越来越受到世界各国的关注，其中世界电子竞技大赛 (WCG) 被称为电子竞技运动的“奥运会”，参赛国家和地区已经达到近百个之多。电子竞技运动作为一项跨体育、娱乐、数字技术三大领域的新兴产业，它的普及和发展迫切需要具有国际影响力的电子竞技运动赛事的推动。为了打造品牌赛事，我国已在 2004 年举办了首届中国电子竞技运动会，称为 CEG (China E-sports Games)。

韩国是电子竞技运动开展比较普及的地区，自 1997 年首次举行 WCG 赛事以来，该项目不仅是其本国的支柱产业，而且成为三大竞技体育运动项目（足球、围棋、电子竞技运动）之一，其中的即时战略类和射击类项目已发展到了职业化程

