

QUANYUNHUI

GUANSAI

YU LIYI

全运会观赛与礼仪

田素栋 编著

山东大学出版社

QUANYUNHUI

第(117)号

GUANSAI

YU LIYI

全运会观赛与礼仪

田素栋 编著

山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

全运会观赛与礼仪/田素栋编著. — 济南: 山东大学出版社, 2009. 8
ISBN 978-7-5607-3914-4

I. 全

II. 田…

III. ①全国运动会—简介—中国

②全国运动会—观众—礼仪—基本知识

IV. G812.20 K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 141865 号

山东大学出版社出版发行

(山东省济南市山大南路 27 号 邮政编码: 250100)

山东省新华书店经销

日照阳光广告彩印包装有限公司印刷

720×980 毫米 1/32 12.75 印张 232 千字

2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

定价: 26.00 元

版权所有, 盗印必究

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社营销部负责调换

目 录

第一章 全运会观赛礼仪概述	(1)
第一节 礼仪的概念.....	(1)
第二节 礼仪的作用.....	(1)
第三节 体育礼仪及其意义.....	(2)
第四节 体育礼仪的作用.....	(2)
第五节 体育观赏的意义.....	(4)
第六节 怎样观赏全运会.....	(5)
第二章 全运会比赛的观赛礼仪	(7)
第一节 观众礼仪.....	(7)
第二节 运动员礼仪	(10)
第三章 全运会发展历程	(14)
第一节 近代中国旧全运会的诞生与发展	(14)
第二节 新中国全运会概况	(16)
第三节 历届全运会会徽、吉祥物.....	(25)
第四节 第十一届全运会	(29)
第五节 山东运动员在历届全运会上的成绩	(31)
第四章 全运会比赛项目观赏	(32)
第一节 田径运动	(32)
第二节 游泳运动	(42)
第三节 射击运动	(58)



第四节 射箭运动	(65)
第五节 体操运动	(68)
第六节 篮球运动	(80)
第七节 排球运动	(85)
第八节 足球运动	(92)
第九节 乒乓球运动	(97)
第十节 羽毛球运动	(101)
第十一节 网球运动	(105)
第十二节 手球运动	(111)
第十三节 曲棍球运动	(114)
第十四节 棒球运动	(118)
第十五节 垒球运动	(121)
第十六节 举重运动	(124)
第十七节 摔跤运动	(128)
第十八节 柔道运动	(132)
第十九节 跆拳道运动	(135)
第二十节 拳击运动	(138)
第二十一节 赛艇运动	(142)
第二十二节 皮划艇运动	(144)
第二十三节 帆船(板)运动	(147)
第二十四节 现代五项运动	(152)
第二十五节 铁人三项运动	(157)
第二十六节 自行车运动	(161)
第二十七节 马术运动	(167)
第二十八节 击剑运动	(173)
第二十九节 武 术	(178)
第五章 第十一届全运会比赛项目、时间、地点、场馆	(185)
参考文献	(196)

第一章

全运会观赛礼仪概述

第一节 礼仪的概念

礼仪是人们在社会交往中,相互之间为了表示尊重、敬意、友好、关心而约定俗成的、共同遵守的行为规范和交往程序。

礼仪的具体表现为:礼节、礼貌、仪式、仪表。礼节:本义为敬神,后引申为敬意,指人们在社会交往过程中,表示敬意、问候、祝愿等惯用的形式。礼貌:是人们在相互交往过程中,表示敬重、友好的行为规范。仪式:是在一定场合举行的具有专门程序和规范的活动。仪表:是人的外表,如容貌、服饰、姿态、举止等。

第二节 礼仪的作用

随着经济社会的发展,礼仪已渗透到社会的各种活动和人们生活的方方面面,并且发挥着重要的作用。礼仪有以下几个方面的作用:

1. 社会秩序的基石。孔子认为:只要人们都按照礼的规定行事,国家就不会出现乱子,秩序就会稳定。今天,社会秩序稳定、家庭和睦安宁、邻里团结合作都依赖于人们共同遵守礼仪规范与要求。

2. 交往生活的钥匙。“入境而问禁,入国而问俗,入门而问讳。”不同的场合,不同的交往对象,需要不同的礼仪形式。一个人懂得不同场合的礼仪知识,就更容易与交往对象交朋友,使对方乐于和你交往。礼仪在交往中是一种特殊的语言,凭借着它,你才能够打开各种交际活动的大门。

3. 人际关系的纽带。人际关系的融合离不开一定的情感因素,而一定的情感表达,必然要通过一定的礼仪形式,人们主动地遵守礼仪规范,约束自己的行为,就容易使人际关系情感得到沟通,建立起相互尊重、彼此信任、友好合作的人



际关系,缓解或避免某些不必要的情感对立和障碍,从而保证人际关系交往成功和范围的扩大。

4. 事业成功的手段。懂得礼仪知识,是塑造自我形象的需要。在人际交往活动中,一个人的言谈举止会作为一种潜在的信息传递给对方,良好的礼仪表现,可以树立成功的交际形象。

第三节 体育礼仪及其意义

体育礼仪,是指人们在体育活动中,以道德为核心,按一定的程序和规则来表现公平竞争、律己敬人的行为准则和规范,它是现代体育文明的重要标志。体育礼仪的内涵是以文明和道德风尚来捍卫和弘扬“相互了解、友谊、团结和公平竞争”的体育精神。在体育活动中,体育礼仪主要通过体育仪式、体育标识、赛场规范和与体育活动人员相关的各种礼貌礼节等形式来体现。

体育礼仪的内容主要表现在:一定场合举行的体育仪式,如火炬接力仪式、开幕仪式、颁奖仪式、闭幕式等;体育活动人员在体育活动中应该具有的仪容仪表、行为举止、服饰、语言及礼貌礼节上的礼仪规范;能够形象地体现体育活动的价值取向和文化内涵的各类体育标识。

当今社会,人与人之间的相互理解往往是人际交往取得成功的重要前提,而体育礼仪有助于人际间的沟通和交流。运动员比赛结束后微笑着向观众举手致意,可以进一步改善运动员与观众之间的关系,取得更大的支持。一些球类项目比赛运动员犯规时,犯规队员应立即举手示意,并友好、善意地向对方运动员表示歉意,这样往往可以取得主动并可得到对方的谅解。

随着社会的不断进步和文明程度的提高,礼仪在生活工作中越来越显得重要,而体育本身具有很强的公关效能,如在体育活动中不注意礼仪就会出现尴尬的局面,所以在体育活动的交往中必须懂礼、知礼、用礼。作为运动员和观众都应该掌握基本的礼仪知识和体育运动特有的礼仪规范,以充实自己,完善形象。

体育礼仪开始往往表现为一些不成文的规矩、习惯,然后才逐渐上升为大家认可的,可以用语言、文字、动作来描述和规定的行为准则,进而成为人们自觉遵守和学习的规范。体育礼仪不仅仅是礼仪文化在体育方面的具体体现,在很大程度上也是与运动规则相通的。

第四节 体育礼仪的作用

随着北京奥运会的圆满成功,体育已成为人们日常生活中重要的一部分。



群众性体育活动的蓬勃开展,体育人口的不断增加,热爱体育、参与体育运动渐成时尚。因此,了解各项体育活动的礼仪,并尊重世界各国、全国各地风俗习惯、日常礼仪以及宗教信仰,更好地进行体育交往,已显得越来越重要。一个人的仪态、仪表、言谈、举止可以反映其内在素质、修养和精神面貌,是人们相互了解和交往的重要依据。人们在各种场合的行为举止,不仅仅是个人行为,还会影响到一个国家、一个城市的形象。全运会在山东举办,山东观众的表现,不仅体现出个人修养和品位,反映个人的精神面貌与生活态度,更重要的是代表山东,真正体现出“孔孟之乡,礼仪之邦”的风采,向全国、全世界展现热情好客的山东、开放的山东、改革的山东,展现山东人特有的好客、直爽、豪气的性格。

体育礼仪有以下几个方面的作用:

(一)促进和谐发展

体育礼仪的根本意义在于尊重参加各类体育活动的每一个人。参与体育运动的人由于素质等各方面的原因,也一定存在不同的差异,特别是像全运会这样的大型体育赛事,来自全国各地的运动员、教练员、裁判员和观众的各种行为习惯和表达方式都不尽相同。如果大家都懂礼仪、知礼节、行礼仪,就能很好地协调和维系全运会比赛的方方面面,从而为成功举办全运会和开展各种体育活动创造出一种和谐与友谊的氛围,使参与体育活动的每个人,都能以一颗平常心,以较客观和公正的态度来看待自己喜欢的运动员和运动队,看待别人和自己。通过参与体育活动,更能虚心地学习他人的精湛技艺、意志品质、拼搏精神等,从而不断完善和丰富自己。

体育礼仪也是一种道德上的规范,它告诉所有的人在参与体育活动时应该有什么样的言行举止。体育竞赛异常激烈紧张,偶然性较强,比赛中运动员的特点突出、个性张扬,比赛中运动员懂礼仪、自觉践行礼仪,尊重裁判、遵守规则、尊重观众,才能尽最大努力地发挥水平,创造最优秀的成绩;赛场上工作人员懂礼仪,行为得体,才能保证各项赛事有秩序地正常运转;广大观众懂礼仪、自觉践行礼仪,才能按比赛项目的规则要求做到文明观赛,为运动员创造优良成绩提供有力的支持。所以,体育礼仪是创建赛场文明与和谐发展不可缺少的因素。

(二)塑造良好形象

讲究体育礼仪的最终目的是塑造参与者内外兼修的良好形象。体育礼仪的精神内涵是一个人道德修养的表现,体育运动的各种礼仪都是某种形象的展示。比赛场上,观众的观赛礼仪反映他们的素质高低,也间接反映山东人的文明素质,一举一动都在影响山东形象和声誉,知礼、懂礼、行礼才能更好地塑造“孔孟之乡,礼仪之邦”的良好形象。



（三）感召教化影响

体育已成为现代社会人们最热衷的文化活动之一，体育礼仪作为体育活动的重要组成部分，对社会具有强烈的感召和教育功效。事实证明，一次大型体育盛会，对一个国家或地区是一次精神上的洗礼，成功举办的北京奥运会就充分说明了这一点。山东举办第十一届全运会，全省有计划地采取一系列措施，开展“迎全运，讲文明，树新风”等宣传、教育活动，大力提高城市市民素质，大力开展精神文明创建活动，全面提高社会文明程度，切实增强广大市民的责任意识和主人翁意识，自觉主动地为山东增光添彩。

第五节 体育观赏的意义

当今社会，体育以其独有的鲜明生动形象，表现出巨大的感染力，越来越多的人把观赏体育比赛作为参与体育运动的一种主要形式和手段。观赏体育比赛的主要构成已不再限于青少年和学生，它吸引了整个社会成员。随着生活水平的提高，观赏体育比赛已构成现代人生活方式的重要内容，体育比赛的内容不再是空闲时的谈资，它逐步被人们所认识和喜爱。

（一）陶冶情操

无论是奥运会，还是“意甲”、“英超”足球比赛，紧张、激烈、精彩的体育比赛的魅力已达到了令人着迷的程度，吸引着亿万人去关注它、欣赏它。今天，工作、生活竞争的压力越来越大，人们努力追求完美的、快节奏的、高质量的生活，而体育比赛恰恰适应了人们这种生活的需要。体育场上，任何一个项目的比赛都是通过集体或个人最大限度地发挥运动员的体能、运动能力、心理、智慧等方面的潜力而进行的角逐。无论是身临现场，还是坐在电视机前，通过观看一场体育比赛，观众就可以欣赏到运动员经过艰苦训练，不断地超越，从而获得愉悦的享受，还一定会产生热爱体育、追求完美生活的强烈愿望。

（二）振奋精神

人们不会忘记 20 世纪 80 年代，当中国男排战胜对手后，观众喊出的“团结起来，振兴中华”的口号。女排“五连冠”后，女排精神激励着国人顽强拼搏。人们通过观赏体育比赛，从中可以强化集体观念，激发爱国热情，振奋民族精神。无论何种体育比赛，其参与者都代表一定社会群体。他们在运动场上，不仅要实现自身的价值，也要为所代表的群体争取荣誉。同样，广大观众与参赛运动员也有着千丝万缕的联系，他们或同属一个学校、一个单位或同属一个地区。因此，比赛双方竞争的成败、胜负、荣辱，都是与观赛者息息相关的，特别是当本省、本地区、本学校的运动员获胜后，观众往往会同运动员一样激动、兴奋，更会把本地



区运动员视为自己的骄傲,进而产生强烈的自豪感,以激励自己向运动员学习。

(三) 激发意识

所谓体育意识,是人们对体育这一社会现象及其功能、作用的认识和反应。现实生活中,实践已经证明:一场精彩的体育比赛一定能启迪和激发人们获得健康、拼搏、创新、道德、法治和竞争等意识。

1. 健康意识。运动员健康的体魄,自信、向上的精神状态,启迪观众对体育意义的认识,激发观众自觉、积极地参与体育活动,从而提高全民族的体质和健康水平。

2. 拼搏意识。运动员在赛场所表现出的高超技艺、灵活多变的战术和充沛的体力,以及创造的一项项纪录,都是运动员多年大运动量、超负荷、战胜身体上和精神上多种疲劳,努力拼搏的结果。一项成绩的突破,没有运动员的拼搏意识和拼搏精神,就不可能取得成功,这种拼搏意识无疑是激发人们在各项事业中取得优异成绩的保证。

3. 创新意识。中国乒乓球队面对规则的不断修改和新的挑战,却能一次次战胜对手,独霸世界乒坛,长盛不衰,重要的一点便是结合自身的特点,不断改进和创新技术、战术。只有具有创新意识才能保证超越自我,实现新的突破。“创新是一个民族的希望”,运动员的这种创新意识也正是激发人们在市场经济条件下,做好本职工作,把事业不断向前推进的动力。

4. 道德意识。比赛中,运动员团结协作、遵守规则、文明礼貌、顽强拼搏,胜不骄、败不馁,这些良好的道德品质,广大观众看在眼里,记在心中。运动员优良的道德品质为观众作出了榜样,也会潜移默化地影响着千千万万的观众,从而达到优化整个社会风气的目的。

5. 法治意识。体育比赛是在严格、规范的规则范围内进行的。要求参加任何项目比赛的运动员都必须严格遵守和执行比赛的规则和法规,服从裁判,违反规则,就要受到惩罚。一场复杂、激烈的比赛是由于参与者的法治意识保证了比赛井然有序地进行;否则,秩序混乱,暴力不断,影响运动员的身心健康,也会对社会安定、人们生活产生不良影响。

6. 竞争意识。体育比赛具有强烈的竞争性特点。不论是集体项目,还是个人项目,运动场上,双方对阵,“真刀真枪”,毫不含糊,必须分出胜负。这种强烈的竞争意识对于当今社会中的每一个人,都是一种不可或缺的素质。

第六节 怎样观赏全运会

看运动员。体育比赛运动员是主角,是他们最大限度地发挥人体运动机能,



创造优异的成绩。运动场上,运动员勇于战胜困难、顽强拼搏、奋发进取的精神面貌会感染每一个人。特别是那些奥运冠军、世界冠军,人们会把他们当作自己心中的偶像,并从中受到鼓舞和启发。因此,运动员在全运会比赛中的优良表现一定会非常吸引人们眼球的。

看技术。运动员经过长期艰苦训练和多次临场比赛磨炼而形成的技术动作,有的已经达到炉火纯青的地步,使观看比赛成为一种美的享受。因此,观众要从不同侧面、不同角度去欣赏。抓住不同项目的重点和难点,如短跑中的冲刺、跳高中的过竿、足球的进球等,从中感受美的快乐。

看战术。全运会比赛有个人、双人、多人等多种项目,不同的项目蕴涵着不同的战术。比赛过程中,运动员经过一定时间的共同训练和比赛磨合而逐渐形成的、协调一致的战术配合会达到珠联璧合、天衣无缝的程度,会令观众拍案叫绝、赞叹不已。

看内涵。体育是人类在几千年的发展过程中所创造出来的宝贵的文化财富。随着人类社会的高度发展,社会体育已经成为一种影响极大的全球性文化。同样,全运会比赛的内涵更加明确,外延更加丰富、深刻,充满着时代的精神和人生的哲理。

今天,在观赏全运会比赛中还应该感受到时代的脉搏,领会时代的精神。体育比赛在培养人的竞争意识、激发人的竞争精神方面都有着独到的作用。应该把观赏全运会的比赛作为一次得天独厚的认识竞争、学习竞争、感悟精神、提高文明素质和道德修养的重要手段。

第二章

全运会比赛的观赛礼仪

第一节 观众礼仪

一场紧张、激烈、精彩的比赛，一定是在运动员和观众最佳互动中共同完成的，这就要求观众要有观看全运会比赛的基本常识和文明礼仪。

一、入 场

观众观看全运会的比赛，尽量提前或准时入场。进场时，要自觉排队，不要拥挤，按顺序入场，遇到老弱病残者应主动礼让。在体育场馆的入口处，应主动出示票证请工作人员检验，并配合安全检查。入场前还应注意个人的口腔卫生，去除口臭，天热多汗，更应避免穿着充满汗臭的衣服。入场前还应避免吃大蒜、洋葱等有刺激气味的食物。当然，也不宜使用过重的香水。

观看比赛最适合的衣服是休闲服、运动服或便装，要避免穿过于暴露、不雅观的衣服。观看比赛时，男士不宜穿西服，女士不宜穿西服套装或晚礼服。观看特定比赛要注意赛场的着装限制，要衣着整洁，举止文明。观看室内比赛时不要戴帽子，不要把衣物垫在座位上；不得袒胸露背、赤臂观看。

全运会这种大型比赛的场馆，对观众携带物品是有严格规定的。枪支、弹药、爆炸物品、剧毒物品、放射性物品、有害生物制剂、毒品等是严禁带进场内的。而自带的饮料、横幅标语、大型箱包、一米以上超长旗帜和旗杆等属于限带物品的范围。观众可以带入场内的东西包括随身手袋、肩包、非专业相机、伞、扇子、日用品等等。因此，观众事先一定要了解有关规定，避免入场时带来麻烦。

观众入场后要对号入座。如果比赛已经开始，应先就地入座，比赛中不能随意走动，待中间休息时再寻找自己的座位。全运会赛场的座位远近不同，也存在视觉角度和远近的差别，即便如此，也不可占坐他人座位，尽管这被认为是基本



的礼仪常识,但有些观众也许会做得不好,不少人习惯坐前排的空位,特别是比赛开始后,认为空位是可随意坐的,这不符合赛场礼仪,你只应该坐属于你的位置。比赛时,还要注意不要起立观看,以免影响他人。

进场后,观众要自觉把随身携带的手机调整到震动位置,或关闭你的通信工具。

观众在计划观看某项比赛之前,最好先了解一下该赛事的相关知识,这样才会看出一定的“味道”和“门道”。

二、观 赛

观看全运会的比赛,一定要遵守有关赛场的“三不”基本要求,即不抽烟,不吃带响声的食品,不大声喧哗。激烈的比赛过程中,切忌起哄、吹口哨、怪声尖叫、喝倒彩、扔东西等。一场精彩、激烈的比赛离不开观众热情地为双方运动员加油,作为山东观众,既要为山东运动员加油鼓劲,更要给对方运动队、运动员以礼貌的致意;不嘲讽、辱骂裁判员、运动员、教练员,不做有损人格之事。

观看全运会的比赛,要依据项目特点和运动员技术发挥需求,自觉地遵守赛场的“三无”要求,即无动、无光、无声。“无动”,即观众不能在场内随意走动。如乒乓球、羽毛球、网球、体操、射击等项目比赛,运动员需注意力高度集中,才能做好技术动作。观众随意走动就会影响运动员的注意力和情绪,也会影响赛场秩序和他人观赛。一般情况下,要等到比赛单局结束交换场地或比赛结束时才可走动。“无光”,即不能用闪光灯拍照。在有些项目的比赛中,禁止使用闪光灯拍照,如网球、乒乓球、羽毛球等项目。因为闪光灯反射会干扰选手视线。击剑比赛中,闪光灯也会对选手出剑和接招时造成干扰。羽毛球、乒乓球等球类比赛进行中不能随意拍照,否则,一方面会影响裁判,另一方面也会影响运动员接球时的判断。而运动员在足球比赛、沙滩排球、自行车、田径比赛或体操、举重动作完成后,或打出一个漂亮的好球时,你可以尽情地为运动员拍照。“无声”,即有些项目比赛时,观众是不宜鼓掌加油,甚至不能发出声音的。如田径和游泳比赛发令时,赛场必须安静;单双杠、平衡木、跳水、射击等比赛进行中,运动员需要镇定和摒除杂念,排除外界噪音干扰;乒乓球、羽毛球赛中运动员需要借助声音判断球速和方向,要绝对安静;马术比赛中,大声喊叫可能会让马受惊吓;举重比赛,运动员握举时的一瞬间,全场要保持肃静;柔道比赛开始时,参赛双方需用手或脚在垫子上击打两下相互示意,观众不需叫好助威等。体育比赛中的多种场合和比赛时刻是不宜大声喧哗的,甚至是不能出声的,此时观众一定要把手机调整到震动状态,还应避免相互交谈和接打手机等。篮球、排球及羽毛球等球类比赛进行中,一些观众喜欢指手画脚做“场外指导”,高声叫喊打球的套路,这种行



为也是极不符合礼仪规范的。

比赛赛场的安静和热烈是相对的。安静是为了保证运动员正常发挥,而没有观众热烈的鼓励和热情的回应,便失去了比赛的意义,特别是一些活力激情四溢的比赛,如田径比赛开始后、自行车公路赛、足球、篮球、手球、摔跤、户外运动和沙滩排球等项目比赛中,观众就不应吝惜噪音和掌声,要尽情呼喊和鼓励,为运动员加油助威。观看比赛有两个层面:一是欣赏,欣赏运动员优美的技术动作和浑然天成的战术配合;二是参与和充分投入,助威加油,振臂高呼,全场相融,让愉悦和宣泄的情绪得到发挥和满足。

观众的热情掌声是运动员赛出好成绩所必需的,而当运动员失误或失利时,更需要鼓掌表示激励。注意的是,鼓掌要适当、有分寸,任何时候都不能鼓倒掌,或讽刺和轻视运动员。作为东道主,当面对各省、市、区的参赛运动员,要表现出与对本省运动员同样的热情和尊重。尤其当外省、市、区与山东运动员竞争获胜时,同样要给予热烈的祝贺和充分的鼓励,表现出东道主应有的友好和大度。

当比赛开始前介绍运动员或宣布运动员的名字时,观众要报以热烈的掌声。当运动员上台领奖时,观众都要起身站立,停止交谈,面对颁奖台,手中最好不要拿物品,口中也不要嚼口香糖或吃东西。

赛场上,观众的文明言行始终是必需的,也是创造文明赛场的一大核心。尽管绝大多数观众已有不错的文明意识,但当你身临其境,兴奋、激动或对裁判员不满时,或当有运动员举止不文明时,这时一定要提醒自己和同伴保持“孔孟之乡、礼仪之邦”的风度。始终坚持不说脏话,使用文明用语,保持文明举止,做个有礼有节的山东人。

全运会比赛项目大多比赛时间较长,年龄过小的小孩子缺乏自律性,容易产生不耐烦和抵触情绪,容易在赛场上吵闹或哭喊,影响比赛和他人观赛。因此,最好不带年龄过小的孩子观看比赛。

在体育馆内观看比赛,当突然遇到停电等突发事件时,一定要沉着、冷静,可用手机等照明,切不可用打火机、火柴等明火。同时,遇此类突发事件时,不可喧闹,要减少走动,保持冷静,听从统一调动和安排。

观看全运会比赛,一定要爱护场馆的公共设施,不蹬踏座椅,不乱涂乱画,要严格遵守赛场对带入食品和饮料的限制和要求。室外的比赛项目对观众要求的尺度相对宽松,如足球、篮球、沙滩排球等,可以允许带入适当的食品和饮料,但是,比赛结束后务必要将包装物、纸张等废物随身带走,保持比赛场馆的清洁卫生。



三、退 场

观众注意一定要在比赛完全结束后有秩序地退场,不随便中途退场。特别是没有东道主比赛时,更应等比赛结束后再退场。如果有特殊情况非要提前退场时,也要在比赛的局间、半场休息时退场。比赛结束时,观众要向双方运动员鼓掌致意,以表示对他们的尊重。全运会赛场是人流聚集的地方,容易发生拥堵状况,退场时,一定要有秩序,要遵守老人、女士、儿童优先的礼仪原则。能否善于礼让,是“孔孟之乡、礼仪之邦”最直观的一大表现。

第二节 运动员礼仪

一、比 赛

运动员参加比赛最主要的是遵守规则,这也是赛场秩序的重要保证。如果运动员讲礼仪,将会为赛场激烈的竞争气氛增添一道温馨的人文色彩。

(一) 尊重裁判

尊重裁判员是运动员在比赛时应有的礼仪,也是维持正常比赛秩序的需要。比赛前运动员要按时到达指定的场所,主动接受裁判员检验,按时参加项目检录。在比赛中,要绝对听从裁判员的指挥,无条件地服从裁判员的裁决和判罚,而不允许讨价还价甚至于顶撞、侮辱裁判员。

在一些项目的比赛中,特别是球类比赛,由于场地大,观众多,加之竞争激烈,裁判员可能由于站位不佳等原因,出现有争议的判罚,甚至是误判、错判等。此时,运动员一定要保持冷静,遵守纪律,讲礼貌,可以由队长或个人向裁判员简要说明发生的事实,如果裁判员要坚持原判,运动员应立即继续进行比赛,而不能威逼裁判员改判,甚至谩骂、追逐、殴打裁判员。在篮球、排球、足球等比赛中,裁判员鸣哨结束后,运动员或运动员代表应主动上前与裁判员握手,感谢他们的辛勤劳动和公正执法。

如果在比赛中遇到不公正的待遇,运动员可以向裁判员、大会仲裁委员会、比赛监督、技术委员会提出申诉,但是绝不能因为遇到不公平就中途退场或拖延比赛,更不能因此而拒绝领奖。

(二) 尊重对手

战胜对手获得胜利是体育比赛的目的。但从体育礼仪上讲,对手也是朋友,理应尊重对手。尊重对方的关键是要认真进行比赛,正确对待强弱和胜负。作为强者,不宜得势逞强,趾高气扬;作为弱者,要不受成绩的影响,发挥最佳水平,



顽强地与强手抗争到底。同场竞技,比赛之前,不管是否认识,相互点头致意或握手问好,既是相互尊重,也可缓解赛前紧张的气氛。在篮球、排球等比赛的入场和退场时,都要主动与对方队员握手,以示友好相处、公平竞争。在任何项目的比赛中都不能谩骂对手,也不能用动作或表情激怒或侮辱对手;特别是在对手失误或受伤的情况下,不能幸灾乐祸。

(三) 尊重观众

观众是上帝。运动员要想取得优异成绩一定离不开热情观众的支持。比赛开始时,运动员应精神饱满,斗志旺盛,面向四周观众鞠躬行礼或挥手致意。比赛中,运动员要尽自己最大的努力,发挥最佳水平,使观众在激烈的竞争中欣赏对方的技艺并得到美的享受。那种漫不经心或自暴自弃、中止比赛的做法,不仅是对对手的不尊重,而且也是对热心观众的不尊重。当观众对某个运动员或某一阶段比赛不满意时,其不满情绪会通过声音表现出来。这时,运动员要排除干扰,不受影响,坚持比赛。在比赛结束时,不管是输是赢,运动员都要有礼貌地向观众致谢。如果你是一个有名气的运动员,你上场时观众鼓掌,你离场时观众拥上前来握手或请签名题字,都要热情,应对得体,不能冷落观众,伤害其自尊心。

(四) 尊重队友

全运会设置了好多集体比赛项目,它是需要运动员之间相互配合、协同作战、团结奋进、顾全大局、尊重队友方可取得比赛的胜利。集体比赛项目要求运动员之间相互配合、相互信任,注重发挥集体的力量和智慧,严禁“个人英雄主义”、“独往独来”、“单打独斗”的做法。比赛中,一旦队友失误,需要的是安抚和鼓励,一味地埋怨、发牢骚甚至指责、谩骂等只会影响集体作战成绩的取得。全运会的赛场上,队友之间争夺的场面也会时有发生,此时,除要尊重队友外,更不要有什么“君子协定”而失去真正体育比赛的意义,那是对广大观众的不尊重。比赛胜负是正常的,即便是自己的水平和能力比队友强,但是比赛也可能会输给他,此时,要大度地接受结果,心服口服地向队友表示祝贺,绝不能认为金牌应是自己的,而对队友拿到金牌产生鄙视、嫉妒甚至怨恨心理。

(五) 尊重教练

比赛前或比赛过程中,教练员都会根据对手及其他情况制定相应的比赛战术,包括人员安排、首发出场、队友配合甚至“牺牲”个人、保全他人等。此时,运动员要严格按照教练员的战术部署,尊重教练员对自己的合理安排和使用,如果教练员的战术体系中没有把你作为“重点”使用,也许会把 you 当做“奇兵”,不管怎样,都不要有什么怨气,不要无端指责队友,一旦教练安排自己出场,要兢兢业业参加比赛,不要消极怠工。在自己的表现不能达到教练的要求被换下场时,也要愉快地向观众招手、鞠躬致意,要立即离场,不能由于自己被换下场而对教练员



横眉冷对、诅咒谩骂,甚至踢摔场边坐椅、器材等。

二、领 奖

比赛结束后,对在比赛中取得优异成绩的运动员(队)举行隆重的颁奖仪式。运动员在领奖时,站在高高的领奖台上,一定注意领奖礼仪。

首先运动员要注意自己的仪容仪表,穿好领奖服装,擦干净脸上的汗水。无论获得第几名,运动员都要面带笑容、精神饱满,切忌把没有获得理想成绩而懊恼的表情挂在脸上。

颁奖时,当运动员听到公布自己的名字时,要向观众挥手致意,同时要同其他运动员握手以示相互祝贺。此后,要姿势端正地站在领奖台上等待颁奖,一定注意不要面无表情、心不在焉、左顾右盼、交头接耳。集体项目运动队领奖时,队伍要整齐,同样要向其他队的运动员握手祝贺。

在接受奖牌时,运动员一定要彬彬有礼,面带微笑。接受奖牌或鲜花后,要向颁奖嘉宾点头致意,表示感谢。还要手举鲜花和奖牌向观众致意,并给摄影记者留出一定的摄影时间。

运动员走下领奖台后,要在礼仪小姐的带领下走进观众席绕场行走,再次向观众致意。此时,一定要彬彬有礼、落落大方,尽可能满足观众握手、照相等要求,不可作出傲慢无礼、目中无人、不可一世的表情。

三、接受采访

在比赛期间或者是比赛后,运动员会经常接受记者的采访或参加新闻发布会。面对媒体,应该保持乐观、谦虚、严谨的态度,行为举止一定要文明、礼貌、得体,既不要因胜利的喜悦而得意忘形、对别人不理不睬,更不要因失利的懊恼而郁郁寡欢。

有的运动员在赛后的新闻发布会上面对记者的表现令人失望。个别运动员输掉比赛之后,在接受采访时的表现令很多亲临现场的记者非常不满。有记者希望他评价一下比赛,没想到他却反问道:“怎么?要我说些什么?”让记者颇为尴尬。个别运动员在新闻发布厅刚一坐下,就低下了头,眼睛一直盯着手机在发短信;甚至在说了几句话之后听到了兜里手机的震动声而选择不再说话。除此之外,由于球员的发言要被翻译成英文,需要一定的时间,有的球员就会交头接耳地开玩笑,甚至还作出一些很怪异的表情。表现出球员不礼貌,不懂得尊重人。

因此,运动员一定要以积极配合的态度对待新闻媒体的采访,如有不便不能接受采访,要婉言谢绝,不要态度生硬地对待媒体记者。参加新闻发布会或赛后