

TIANJING JINGSAI GONGZUO SHOUCE



田径竞赛工作手册

上海教育出版社

田径竞赛工作手册

翁士堃 姜群立 主编

上海教育出版社

田径竞赛工作手册

翁士堃 姜群立 主编

上海教育出版社出版发行

(上海永福路123号)

各地新华书店经销 祝桥新华印刷厂印刷

开本 850×1156 1/32 印张 10.625 插页6 字数 231,000

1988年3月第1版 1988年3月第1次印刷

印数 1—10,700本

ISBN 7-5320-0924-6/G·899 定价: 3.10元

前 言

田径运动是各项体育运动的基础，是当今体育竞赛中的重点项目。为了适应开展田径竞赛的需要，提高田径竞赛工作水平，我们编写了这本工具性的书。

本书是根据国家体委审定的《1985年田径竞赛规则》和《1985年田径竞赛规则的补充与修改》，结合我们近年来参加田径竞赛工作的经验与体会编写的。

本书的编写是以举办大、中型田径竞赛为主线，同时穿插一些举办小型田径竞赛的内容与方法，我们力求对举办大、中型田径运动会和基层田径运动会都能有所帮助。

全书内容共分四章。第一章组织与领导，介绍了举办田径运动会的意义，以及田径运动会的组织机构和筹备工作等；第二章编排与记录，介绍了田径竞赛有关编排与记录的任务、内容和方法等；第三章管理与裁判，介绍了竞赛现场的管理工作，以及裁判员在赛前、赛中 and 赛后的工作内容与方法等；第四章场地与器材，介绍了田径场地的建造、管理与检查等知识，以及赛场测画的方法，设备器材的规格、使用与保管等内容。我们力求所编内容能涉及田径竞赛的各个方面，以便比较全面地提供给参加田径竞赛工作同志们参考与查阅。

本书编写工作是在上海市田径协会的关怀与领导下进行的，由市田协邀集一些经常参加田径竞赛工作的同志，其中绝大部分是田径国家级裁判员担任编写工作。这些同志曾多次参加国际、全国和基层的田径竞赛的组织、编排、裁判和场地等方面的工作，有实际经验和体会。同时在编写过程中也尽可能地征求其他行家的意见。但由于我们水平有限，加上编写时间比较仓促，因此，书中难免存在缺点和不足之处，希望同志们批评、指正。

主编：翁士堃 姜群立

审校：冯公智

编写人员：翁士堃 姜群立 郑传声 **戴尔钧**
杨易植 吴伯钰 黄良友 孙山涛
李琦 金荣驹 曹华 陆启孙
沈丽 张木贞 朱培德 陈均祥
陆忠

目 录

前言

第一章 组织与领导	1
第一节 举办田径运动会的意义	1
第二节 田径运动会的组织	3
第三节 田径运动会的筹备工作	11
一、成立筹备机构	11
二、制订竞赛规程	11
三、制订工作计划	17
四、筹措大会经费	18
五、编印学习资料	18
六、修整场地设备,置备器材与奖品	18
第四节 田径运动会的组织机构	20
一、组织系统	20
二、分工与职责	21
第五节 田径运动会的结束工作	24
第二章 编排与记录	26
第一节 编排与记录工作的任务和要求	26
第二节 筹备期间的准备工作	29
一、学习文件,了解情况,及时做好准备	29
二、审核报名表和编号	33
第三节 各项竞赛分组的编排	41
一、径赛项目的分组	41
二、田赛和全能运动项目的分组与比赛顺序	46

第四节 竞赛秩序的编排	48
一、编排竞赛秩序的原则和应该注意的问题	48
二、编排竞赛秩序的方法	51
第五节 大会秩序册的编印	67
第六节 比赛期间的编排、记录与公告工作	69
一、编排与记录工作	69
二、宣告工作	77
第七节 比赛后的结束工作	77
第三章 管理与裁判	80
第一节 临场管理工作	80
第二节 仲裁委员会	82
第三节 总裁判	84
第四节 径赛裁判工作	95
一、径赛裁判长	95
二、检录工作	98
三、发令工作	103
四、检查工作	115
五、终点工作	123
六、计时工作	137
七、全自动电子计时工作	146
第五节 田赛裁判工作	151
一、田赛裁判长	151
二、跳部和掷部裁判长	153
三、跳高、撑竿跳高裁判工作	154
四、跳远、三级跳远裁判工作	172
五、投掷项目裁判工作	182
六、田赛中常遇到的几个问题的处理	196
第六节 马拉松跑裁判工作	199
第七节 竞走裁判工作	207

第八节 全能运动裁判工作	217
第九节 风速测量工作	219
第四章 场地与器材	222
第一节 场地器材工作的任务、要求与分工	222
第二节 田径场地的建造、管理与检查	225
一、田径场地的建造	225
二、田径场地的管理	244
三、田径场地的检查	245
第三节 田径比赛场地的测画	249
一、径赛场地的测画	249
二、田赛场地的测画	269
附一: 草皮场地介绍	281
附二: 塑胶跑道介绍	285
第四节 田径比赛的设备与器材	286
一、径赛的设备与器材	286
二、田赛的设备与器材	293
第五节 设备器材的保管	305
附录	307
一、全国体育竞赛赛区工作条例	307
二、违犯《全国体育竞赛赛区工作条例》的纪律规定	312
三、仲裁委员会条例	315
四、裁判员守则	317
五、运动员守则	317
六、教练员守则	318
七、裁判员技术等级制度	318
八、运动员技术等级制度	321
九、体育教练员技术职称暂行规定	323
十、体育运动全国纪录审批制度	326

十一、关于公布全国纪录的办法.....	328
十二、田径运动员技术等级标准.....	329
十三、国家体育锻炼标准	331

第一章 组织与领导

第一节 举办田径运动会的意义

田径运动是根据人类发展进化的生活活动，创造和不断丰富起来的，它的目的是采用各种形式的运动手段（基本是走、跑、跳、投），经常锻炼，从而提高人们的健康水平和增强体质。现今体育运动项目繁多，但田径运动更是各种运动项目的基础，因此，各级学校把田径运动列为体育课的重点教材，《国家体育锻炼标准》作为主要项目。世界各国对田径运动高度重视，人们把田径运动水平作为衡量一个国家体育发达程度的重要标志。世界性大规模的运动会，如奥林匹克运动会、世界大学生运动会，在争夺团体总分优胜名次中田径运动是举足轻重，关系甚大的。美国、苏联、民主德国等国家，由于田径运动水平较高，在夺取团体总分优胜名次中就占很大的优势。

提倡体育，必须有运动竞赛。田径运动也不例外。随着田径运动的广泛开展和运动技术水平日益提高，对田径运动竞赛必然提出更高的要求。我们要搞好竞赛工作，首先必须明确举办田径运动会和各种田径比赛的意义，它们是：

一、推动普及

运动竞赛是体育活动的一种形式和手段。每一项体育运动竞赛都是向群众宣传、示范，培养广大观众对体育运动的兴趣，提供学习运动技术的机会，促进群众性体育活动的开展。田径运动竞

赛是推动普及的一种最好形式。为了迎接较大规模的运动会的召开,各级单位一般都进行层层选拔,预先举办各种形式的运动会和田径比赛,宣传鼓励广大群众踊跃参加,从而充分调动各基层群众特别是青少年群众参加体育锻炼的积极性。

二、促进提高

通过竞赛,可以检查训练情况,肯定成绩,找出问题,改进训练;同时可以互相学习,交流经验,吸收别人的长处,克服自己的缺点,获得临场的经验;实践证明,竞赛是最大强度的训练,有利于专项强度的迅速提高;当前世界各国优秀田径运动员都把增加比赛次数作为提高成绩的重要手段,这不仅提高了训练的强度,而且大大提供了出成绩的机会。

三、培养品德

整个体育教育包括田径运动竞赛,都要培养人们的共产主义道德品质,这是我们社会主义体育制度所决定的。运动竞赛具有强烈的对抗性质,而且都在公平合理的条件下和广大观众的监督下进行的,这就要求运动员不仅要与别人比体力、比技术、比战术,而且还要发挥出优良的品质和良好的作风,才能保证体力、技术、战术的正常发挥,去争取胜利。通过竞赛就能使运动员在激烈的竞争中,在规则的制约下,反复实践,反复锻炼,不断培养出勇敢、坚毅、沉着的优良品质和服从裁判、遵守纪律、讲文明、讲礼貌的新的体育道德作风。

四、增进友谊

运动竞赛顾名思义是不会一个人单干,总要和对手进行较量竞争。竞赛与战争不同,不但不能伤害对方,而且还要通过竞赛建立友好情谊,才能经常不断地交流互学,共同提高。因此,举办运

动竞赛也是增进友谊的重要渠道。近年来国内外各种邀请赛、访问赛、双边或多边的竞赛活动逐渐增多,这有利于增进友好往来的机会。通过国际体育交往,可以互相了解风土民情,政治经济状况和对外政策;可以开阔眼界,切磋技艺,提高田径运动水平;同时也可以增进各国人民间的友谊,促进世界和平。

第二节 田径运动会的组织

一、确定竞赛性质

举办田径运动会或其他田径比赛,首先必须确定该竞赛的性质,主要考虑下面的几个方面。

(一) 明确参加对象

1. 按组织领导划分。有条(系统)、有块(地区)、有条块混合(系统和地区混合)等区别。按条条范围参加的,如职工运动会、解放军全军运动会等;按块块范围参加的,以所属地区划分为若干单位,如全国中学生运动会、伤残人运动会、省市以下的地区运动会、农民运动会等等,也包括以基层为单位的运动会。混合组织的运动会,既有系统队参加,又有地区队参加,如全国田径锦标赛,既有省、市、自治区队参加,又有解放军和全国火车头体育协会等系统代表队参加。各省、市、自治区田径运动会也是如此,既有区、县(市)地区代表队参加,又有产业系统、各级学校、驻地部队代表队参加。

2. 按年龄、性别划分。除男女应分组比赛外,一般按国家现行的运动员技术等级的规定分为成年组,青年组(不超过20周岁),少年甲组(17周岁以下),少年乙组(15周岁以下),儿童甲组(12周岁以下)。

3. 按年级和年级年龄双规定的分组,中、小学运动会常用这种分组。

4. 按运动员等级标准或规定参加者成绩标准分组。

5. 按是否专门训练分组,如普通中、小学生与体校学生,体育学院、体育系科学生与一般大专院校学生等。

(二) 选用竞赛种类

田径竞赛类别很多,举办单位可根据需要采用。

1. 运动会。这是田径比赛惯用名称,运动会的规模比较大,项目、组别比较齐全,在规定范围内的单位都可以参加,但为了保证各项比赛在高水平中进行,可给各参加单位一定的基本名额,同时订出成绩标准,除基本名额外,达标者才能参加。这种运动会一般计算各组团体成绩,设团体和个人奖品,奖给优胜者。

2. 锦标赛和杯赛。这是夺取个人单项和团体的比赛,参加单位、人数、项目都有规定,奖励优胜单位和个人,一般定期举行,规定每年或几年举行一次,也有不定期举行的。杯赛也是一种锦标赛,它是以奖杯作为最高荣誉。为了增加竞争的兴趣和获奖的难度,奖杯往往采取流动形式,得奖者保持奖杯至下次比赛为止,或者规定得满几年可以永久保存奖杯。通常一些资助性的比赛就是采用这种杯赛形式。

3. 冠军赛。这是夺取个人单项的比赛。参加的单位、人数、项目等都有规定,可以参照各单位运动成绩,规定参加人数。一般每年定期举行一次,奖励个人,不计团体成绩。

4. 分级或分级分区比赛。在参加单位较多、水平差距较大的情况下,一般采用分级或分级分区比赛。每级规定参加条件。每年或每次比赛后,根据各单位所获得的团体和个人名次,进行升降级。采取不同级别参加不同赛区的办法,这对运动员努力攀登高峰有促进作用。

5. 达标赛。事先规定各项成绩报名标准,凡达标者才能参加比赛。目的是压缩参加比赛规模,保证高水平的运动员创造好成绩。

6. 专项或单项比赛。根据田径项目接近似性质分别进行比

赛,如短跑和跨栏比赛;中、长跑比赛;投掷项目比赛;跳跃项目比赛;竞走和马拉松比赛等,分期分地举行,以便集中精力,深入学习交流,更有利于迅速提高水平。

7. 邀请赛和访问赛(包括节假日的体育表演)。近年来兴起的工矿企业单位资助的邀请赛、杯赛,灵活多样,为体育事业的普及和提高起了好的作用。

8. 双边或多边定期对抗赛。这是友好往来的协作赛,形式多样,简便易行。经协商可以长年轮流举办,形成传统的比赛。对抗赛是以团体为比赛单位,各单位参加男女人数、每项参加人数、每人参加项数,一般都要同等,但也有规定参加总人数,其中男女人数自行调节,规定录取名次和名次分,以各单位名次总分排列团体名次,男女合计或分计都可以。

9. 教学比赛。这种是以教学训练的实际需要举行的比赛,比赛内容、方法、甚至规则都可以根据教学训练的需要而定。

10. 通讯比赛。这种比赛根据地区田径开展的实际情况,选择比赛项目,事先订出规程,各单位在规定日期内,按照规程的规定举行比赛,将各自的比赛结果上报,以后评选团体和个人名次。

11. 选拔赛、测验、表演。选拔赛对运动员的条件和运动成绩有要求,人数不宜过多,要少而精,择优选拔出参加上一级比赛的运动员;测验是为检查训练成绩,可以不定期、小规模地举行;表演一方面为了向观众进行示范宣传,同时也可以增加比赛的经验。

12. 循环大奖赛。这是增加运动员参赛次数、提高运动成绩的一种比赛,取得优胜者可得到丰厚的奖金。例如国际业余田联发起举办的循环大奖赛,参加者是当年公布的世界前五十名。逢单数年份和双数年份各安排一定的比赛项目,并确定每年依次在世界大城市比赛 15 场,每场各取前八名计分,每人参加项目不限。运动员以成绩最好的 5 场计算总分,总分前八名参加决赛,决赛场得分加倍,破、平世界纪录加分。最后以每人 5 场和决赛场的名次分

以及加分之总和,计算大奖赛的名次,前四名获得一万至三千美元的奖金,由各国田联领取,作为运动员教育训练和外出比赛的费用。目前我国有的城市也举办类似的、以大奖赛命名的比赛。

(三) 规定竞赛方式和计分方法

1. 田径竞赛方式一般有个人赛、团体赛和个人、团体赛三种,根据比赛目的、任务,决定采用哪一种竞赛方式和计分办法。

2. 竞赛方式和计分办法,要符合参加单位的需要和条件,要做到机会均等,公平合理,如多数单位尚未普遍开展,对团体赛兴趣不大,就先办个人赛,逐步推广。如参加单位开展比较普遍,但成绩一般,为了鼓励出好成绩,可在达到何种等级,打破哪级哪组纪录方面给予计分鼓励。再如为了鼓励青少年运动员全面发展,掌握多种运动技术,可以在全能运动计分办法上予以鼓励,增加分数。

3. 举办田径比赛,事先将目的任务告诉参加单位,征求各单位对竞赛方式、比赛项目、参加人数以及计分办法的意见,既要符合各单位的实际情况,又能达到对某些项目起提倡和鼓励的目的。

4. 计分办法一般按照现行的《田径竞赛规则》的规定,但可以根据举办竞赛的宗旨,作出特定的计分办法,对某些项目达到某种水平,给予加分鼓励。如五十年代为了突破男子 100 米跑和 110 米栏的成绩,就是采用加分办法,加以提倡和鼓励的。根据规则的规定,其计分办法是:

各项决赛一般可录取六至八名,可分别按 7、5、4、3、2、1 分或 9、7、6、5、4、3、2、1 分计算。为鼓励起见,对实际参加决赛人数不足原定录取人数,计分方法可以不变。

对抗赛中,各单位各项报名人数相等,可对所有完成比赛的运动员计名次分,例如:

(1) 两队每项各报两名者,按 5、3、2、1 分计算。

(2) 三队每项各报两名或两队每项各报三名或六队每队各报一名者,按 7、5、4、3、2、1 分计算。

(3) 接力跑时,如两队,可按 5、2 分计算;三队可按 7、4、2 分计算;六队,则按 7、5、4、3、2、1 分计算。为鼓励起见,对实际参加比赛的人数不足原规定录取人数时,计分方法可以不变。

二、提出竞赛任务

每举办一次田径运动会或田径比赛,都有它特定的目的任务,由于各项竞赛的性质不同,对下列任务也应有所侧重。

(一) 为运动员创造成绩服务。各项教学训练工作的成效,只能在竞赛中得到检验,各项运动成绩只能在竞赛中得到承认。因此,为运动员发挥技术创造优异成绩,就是运动会的主要任务。重大的田径比赛,如举办全国运动会中的田径比赛、全国田径运动会,教练员、运动员苦干一年或几年,就是要在这次赛场上一显身手,主办运动会的单位从筹备工作一开始,就要不厌其烦地向有关人员反复宣讲它的意义,动员各方面力量为运动员提供一切方便,尽可能创造最好的比赛条件,保证运动员处于最佳竞技状态创造好成绩。

(二) 为检查训练水平改进训练方法服务。通过竞赛可以发现训练上的问题,技术上有哪些缺点,思想意识有什么不足,竞赛要为大家创造学习和改进的机会,竞赛要与教学训练结合,互相配合,互相促进。举办竞赛单位,要为各运动队提供共同学习、彼此交流的好机会,要善于利用时间,组织教练员、运动员、裁判员开展小型多样的学习交流活动,组织经验介绍和学术报告。

(三) 加强精神文明建设,扩大竞赛影响。运动竞赛是精神文明的窗口,在竞赛中加强政治思想工作,宣传精神文明,订出搞好赛风的要求,在各运动队的支持配合下,要成绩好的和有影响的运动员首先模范执行,并鼓励运动员在比赛中奋勇进取,顽强拼搏,赛出风格,赛出水平,特别要向广大观众进行文明礼貌和组织纪律的生动宣传教育,培养他们对运动员的精采表演和良好道德作风,

给以热情欢呼和鼓励,教育和制止个别观众不礼貌不文明的言行,养成赛场友好热烈的气氛。

(四) 大力宣传田径运动的好处。田径是各项运动的基础,是增强体质的有效手段,也是为国争光,振奋民族精神的重点项目。通过运动会的举行,努力组织好观众,用生动事例宣传参加田径锻炼的好处和意义,培养对田径的兴趣。宣传工作要深入基层,争取学校、工厂的支持协助,采用调课和利用厂休等办法,组织学生、职工观看田径比赛。

(五) 选拔代表队和发现、培养体育后备人材。参加上级比赛,必须组织代表队。代表队的产生一般都通过选拔赛,择优录取。及早举行选拔赛可以早期发现好苗子,加以培养训练,使其有计划地成长起来。过去往往把选拔赛仅作为选出代表队参加上一级比赛,赛完解散。今后应把加速培养后备力量作为主要任务。

三、确定竞赛规模

运动会的规模大小决定于竞赛性质、竞赛任务和承办单位的各方面条件,具体反映在参加单位、竞赛项目和分组、每单位参加人数规定等几个方面,现举例说明:

(一) 全国运动会(综合性运动会)是全国最高级别、最高水平的比赛,田径项目比赛是重要组成部分。每届根据实际情况和需要,订出各种规定。参加全国运动会的单位,第一、二届由全国各省、市、自治区和解放军共 30 个代表队,第三、四届增加天津市为 31 个代表队,第五届增加了火车头体协为 32 个代表队。田径竞赛项目每届不同,第一届男子 27 个项目,女子 15 个项目;第二届男子 26 个项目,女子 14 个项目;第三届男子 24 个项目,女子 17 个项目,少年男子 16 个项目,少年女子 13 个项目;第四届成年组男子 23 个项目,女子 16 个项目,少年组男子 18 个项目,女子 15 个项目;1980 年恢复了我国在奥运会的合法地位,获得了参加奥运