



新时期体育教师自学丛书

总主编 钟俊生 主 审 韩 秋

运动竞赛组织与实施

主 编 李 晗 赵立军

副主编 胡小谦 乔 树 张 弛



東北大學出版社
Northeastern University Press

新时期体育教师自学丛书
总主编 钟俊生 主审 韩秋

运动竞赛的组织与实施

主 编 李 喆 赵立军

副主编 胡小谦 乔 树 张 弛

东北大学出版社

• 沈 阳 •

© 李 晗 赵立军 2009

图书在版编目 (CIP) 数据

运动竞赛的组织与实施 / 李晗, 赵立军主编. — 沈阳: 东北大学出版社, 2009.6
(新时期体育教师自学丛书/钟俊生总主编)
ISBN 978-7-81102-684-9

I. 运… II. ①李… ②赵… III. 运动竞赛—组织管理 IV. G808.22

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 106044 号

出 版 者: 东北大学出版社

地址: 沈阳市和平区文化路 3 号巷 11 号

邮编: 110004

电话: 024—83687331 (市场部) 83680267 (社务室)

传真: 024—83680180 (市场部) 83680265 (社务室)

E-mail: neuph @ neupress.com

网址: <http://www.neupress.com>

印 刷 者: 沈阳市市政二公司印刷厂

发 行 者: 新华书店总店北京发行所

幅面尺寸: 184mm × 260mm

印 张: 23.25

字 数: 595 千字

出版时间: 2009 年 6 月第 1 版

印刷时间: 2009 年 6 月第 1 次印刷

责任编辑: 张德喜 潘佳宁 王延霞

责任校对: 刘乃义

封面设计: 唐敏智

责任出版: 杨华宁

ISBN 978-7-81102-684-9

总定价: 180.00 元

丛书前言

随着我国体育课程改革的深入发展，各级各类的培训开展得轰轰烈烈，新理念的宣传可以说非常全面和到位，但通过实际调研，不得不承认，实际运行中的体育教育并没有发生预想中的根本变化。要保证课程改革在操作层面得到真正的贯彻和落实，核心依然是一线体育教师的理念问题，理念的转变和提升需要一个长期反复的过程。体育教师以从事体育教学实践活动为任务，因此体育教师的研究不是为了理论本身，而是以创新自己的教学工作，落实和推进课程改革为目的；不是为求证某些教育命题而研究，而是为反思、改进自己的体育教学实践而学习。

2006年12月23日，教育部、国家体育总局在北京隆重召开了新中国成立以来的第一次全国学校体育工作会议。国务委员陈至立同志就学校教育要树立“健康第一”的指导思想，切实加强学校体育工作，促进青少年学生健康成长的问题作了重要的讲话，并提出要把加强学校体育工作作为今后一个时期全面推进素质教育的重要突破口。2007年4月23日，中央政治局召开会议，专题研究加强青少年体育工作，5月7日下发了《中共中央国务院关于进一步加强青少年学校体育工作，切实提高学生健康素质的意见》。这些都充分体现了党中央、国务院对广大青少年学生身心健康和学校体育工作的高度重视。

体育教师是学校体育工作的组织者，是搞好学校体育教学的关键。在新的形势下，如何按照“健康第一”的指导思想做好学校体育工作；如何在体育教学中全面贯彻和落实《体育与健康课

程标准》的要求；如何增强体育教师的敬业精神，提高体育教师的专业素质等，是摆在当前学校体育工作中的一件大事。目前，各级教育行政部门在“健康第一”教育观念的指导下，相继出台了一系列加强体育师资队伍建设、提高体育教师素质的制度和措施。针对这种情况，我们组织了专家和学者编写了“新时期体育教师自学丛书”，为的是适应当前广大体育教师培训和自学的需要，重点提高体育教师的技能，确保学校体育课和课外体育活动的有效开展。

本书内容包括：21世纪体育教师，体育教学设计与实践，运动竞赛的组织与实施和现代教育观、健康观、体育观。从基础理论出发来阐述相关体育教学、竞赛及对体育教师的要求，力争为体育教育的发展作出贡献。

编 者

2009年6月

目 录

第一部分 运动竞赛概述	1
一、运动竞赛的起源	1
二、运动竞赛的发展	5
(一) 古代运动竞赛	5
(二) 近代运动竞赛	6
(三) 现代运动竞赛	7
三、运动竞赛的社会功能	10
(一) 振奋民族精神	10
(二) 丰富文化和精神生活	10
(三) 促进经济的繁荣和发展	10
(四) 推动经济发展	11
(五) 国际交往的重要渠道	11
(六) 教育培养年轻一代, 增进社会稳定	12
(七) 推动整个体育事业的发展	12
(八) 促进人类和平	12
四、运动竞赛的价值	13
(一) 竞技价值	13
(二) 健身价值	13
(三) 观赏价值	13
(四) 商品价值	14
(五) 宣传价值	14
五、运动竞赛在体育中的地位和作用	15
(一) 体育运动的核心和杠杆	15
(二) 实现体育价值的主要途径	15
(三) 体育方法的重要组成部分	15
(四) 衔接运动训练的唯一通道	15
第二部分 运动竞赛管理体制、种类及制度	16
一、运动竞赛的管理体制	16
(一) “管理体制”在学术文献中的解释	16
(二) 我国现行的体育竞赛管理体制	17

(三) 我国现行的体育竞赛管理体制改革的思路	17
二、运动竞赛的种类及分类	20
(一) 按比赛的数量分类	20
(二) 按竞赛目的和任务分类	20
三、我国现行体育竞赛制度	23
(一) 综合性运动会以及我国现行竞赛制度	23
(二) 单项比赛及我国现行竞赛制度	47
(三) 各类运动竞赛的奖励制度	53
四、当前国际运动竞赛的种类及制度	55
(一) 国际综合运动会	55
(二) 国际单项运动竞赛	69
第三部分 运动竞赛过程的组织和管理	70
一、组织体育竞赛活动的工作程序	70
(一) 承办高一层次以上体育竞赛的组织形式	70
(二) 主办本层次单项比赛的组织形式	71
二、运动竞赛的组织程序和方法	72
(一) 准备阶段	72
(二) 实施阶段	72
(三) 综合协调阶段	73
(四) 总结阶段	73
三、运动竞赛的机构设置及职能	74
(一) 大中型赛会职能机构的设置	74
(二) 赛会职能机构的职责和任务	74
四、竞赛组委会办公室	78
(一) 组委会办公室的组成及岗位职责	78
(二) 组委会办公室的工作程序和主要内容	81
(三) 组委会办公室的各种会务工作	82
(四) 组委会办公室的管理	85
(五) 组委会办公室工作中应注意的问题	86
五、组委会竞赛部门	88
(一) 组委会竞赛部门岗位设置及要求	88
(二) 组委会竞赛部门工作程序	89
(三) 组委会竞赛部门和各单项竞委会的关系	92
(四) 综合性大型赛会的统一综合平衡	92
(五) 组委会竞赛部门业务工作	93
六、新闻宣传部门	98
(一) 新闻宣传部门的主要工作	98
(二) 新闻宣传部门的组织及主要工作程序	99

(三) 运动竞赛新闻发布会的组织方法·····	100
(四) 新闻中心的组织工作·····	101
七、组委会安全保卫部门·····	102
(一) 安全保卫部门的机构设置·····	102
(二) 安全保卫部门的工作职责·····	102
(三) 安全保卫工作的管理·····	102
八、组委会行政后勤部门·····	105
(一) 组委会行政后勤部门的岗位设置及职责·····	105
(二) 组委会行政后勤部门工作程序和方法·····	106
九、组委会大型活动部门·····	109
(一) 组委会大型活动部门的岗位设置及人员要求·····	109
(二) 大型活动部门的工作程序·····	109
十、组委会外事接待部门·····	113
(一) 组委会外事接待部门的岗位设置和人员要求·····	113
(二) 组委会外事接待机构的主要任务·····	114
(三) 外事接待部门的总结工作·····	115
十一、单项竞赛委员会·····	116
(一) 单项竞赛委员会的人员构成和机构设置·····	116
(二) 单项竞赛委员会的主要工作内容·····	116
(三) 单项竞赛委员会的工作进度·····	118
十二、组委会技术部门·····	120
(一) 组委会技术部门的岗位设置·····	120
(二) 组委会技术部门的人员职责·····	120
十三、体育竞赛的总结收尾工作·····	121
(一) 工作总结·····	121
(二) 表彰工作·····	122
(三) 办公用品及财物的归还和清点工作·····	122
(四) 运动会各种资料的收集、整理工作·····	122
第四部分 体育赛事实施过程中的相关重要工作·····	124
一、科技奥运综述·····	124
(一) 斯巴达克人的长矛——古奥林匹克运动的起源·····	126
(二) 第二次世界大战之前的现代奥运(1896—1936年)·····	127
(三) 第二次世界大战之后的现代奥运(1948—1976年)·····	128
(四) 信息时代的奥运会(1980年至今)·····	130
二、科技奥运会的内涵·····	133
三、科技奥运的架构·····	135
(一) 奥运价值链·····	135
(二) 科技奥运的框架·····	136

四、科技奥运五大战略和涉及的领域·····	137
(一) 数字奥运战略·····	137
(二) 新建筑战略·····	137
(三) 新材料战略·····	137
(四) 环保科技战略·····	137
(五) 生物医药科技战略·····	137
(六) 科技奥运涉及的领域·····	138
五、体育竞赛信息化的构成及建设·····	139
(一) 体育场馆智能化设施·····	139
(二) 通信系统·····	139
(三) 广播电视系统·····	140
(四) 赛事办公系统·····	141
(五) 应急处理系统·····	141
(六) 指挥调度系统·····	141
六、运动竞赛中反兴奋剂的管理·····	143
(一) 中国反兴奋剂的工作情况·····	144
(二) 反兴奋剂机构及其管理内容·····	145
(三) 兴奋剂检查的程序和组织管理·····	146
七、运动竞赛中的体育保险·····	152
(一) 我国体育保险发展的历程及其现状·····	152
(二) 目前制约我国体育保险发展的主要因素·····	152
(三) 促进我国体育保险发展的途径·····	154
八、体育裁判员的管理·····	157
(一) 体育裁判员的工作特点·····	157
(二) 裁判员在体育竞赛中的作用·····	158
(三) 体育裁判员的修养·····	160
(四) 体育裁判员管理制度的主要内容·····	161
(五) 裁判的职责与分工·····	164
九、场地器材的管理·····	165
(一) 竞赛中的场地·····	165
(二) 竞赛中的器材·····	168
(三) 比赛期间场地器材管理的流程·····	170
第五部分 体育赛事市场营销的组织和管理·····	172
一、体育赛事市场营销概述·····	172
(一) 体育赛事市场营销的含义·····	172
(二) 体育赛事市场营销对象·····	173
(三) 体育赛事市场营销代理·····	174
(四) 体育赛事市场营销方式·····	175

二、源远流长的奥林匹克营销史·····	178
三、体育赛事的媒体宣传·····	180
(一) 体育赛事与媒体宣传关系概述·····	180
(二) 建立并维护与媒体的良好关系·····	181
(三) 制作并提供赛事媒体宣传素材·····	182
(四) 建设新闻中心与广播电视中心·····	185
四、奥运会的营销·····	189
(一) 奥运会的融资模式·····	189
(二) 奥运会营销手段及组织战略·····	191
(三) 奥运会营销组织分工框架·····	192
(四) 非奥运会赞助商的奥运会营销策略·····	193
第六部分 体育赛事的市场开发·····	196
一、体育赛事市场开发概述·····	196
(一) 体育赛事市场开发的含义·····	196
(二) 体育赛事市场资源的类别·····	197
(三) 体育赛事市场开发的工作程序·····	202
二、体育赛事商业赞助·····	207
(一) 体育赛事商业赞助概述·····	207
(二) 体育赛事商业赞助目标对象·····	208
(三) 体育赛事商业赞助策划方案·····	210
(四) 体育赛事商业赞助谈判策略·····	214
(五) 体育赛事商业赞助合同签订·····	216
(六) 体育赛事商业赞助回报执行·····	218
三、体育赛事门票销售·····	221
(一) 体育赛事门票销售概述·····	221
(二) 体育赛事门票销售的准备工作·····	221
(三) 体育赛事门票销售的管理工作·····	222
四、体育赛事电视转播权开发·····	225
(一) 体育赛事电视转播权概述·····	225
(二) 体育赛事电视转播权的销售方式·····	226
(三) 电视转播中赛事与媒体的竞争与合作·····	228
(四) 奥运会电视转播权·····	228
第七部分 运动竞赛的方法与编排·····	234
一、循环赛的方法与编排·····	234
(一) 循环赛的种类与特点·····	234
(二) 循环赛的轮数与场数计算·····	235
(三) 单循环比赛顺序的编排方法·····	235

(四) 双循环赛的编排方法·····	236
(五) 分组循环赛的编排方法·····	237
(六) 循环比赛日程编排的注意事项·····	238
二、淘汰赛的方法与编排·····	239
(一) 淘汰赛的种类与特点·····	239
(二) 淘汰赛的轮次、场数和号码位置的选择·····	240
(三) 淘汰赛的编排方法与注意事项·····	240
三、混合法比赛的方法与编排·····	245
四、败者复活制的编排方法·····	247
(一) 单败者复活制的比赛方法·····	247
(二) 双败者复活制的比赛方法·····	247
五、“蛇形”编排方法·····	248
六、“贝格尔”编排方法·····	249
七、“佩奇制”(Page)编排方法·····	250
八、积分编排制·····	251
九、比赛方法·····	253
(一) 顺序法比赛·····	253
(二) 轮换法比赛·····	253
十、体育竞赛成绩与名次的评定·····	254
(一) 单项成绩的评定方法·····	254
(二) 团体名次的计算方法·····	254
第八部分 田径和游泳比赛的组织、编排·····	256
一、田 径·····	256
(一) 田径运动竞赛的组织管理·····	256
(二) 田径运动竞赛的组织形式·····	256
(三) 田径运动竞赛的组织机构和职能·····	257
(四) 田径运动竞赛的组织实施·····	257
(五) 大型田径赛官员的设置及其工作·····	260
(六) 田径运动竞赛的编排、记录公告工作·····	271
(七) 编排竞赛日程·····	272
(八) 编排比赛秩序册·····	275
(九) 比赛中的编排、记录公告工作·····	280
(十) 比赛后的工作·····	281
(十一) 比赛的宣告工作·····	282
二、游 泳·····	285
(一) 游泳比赛赛前的编排工作·····	285
(二) 游泳裁判员的岗位职责·····	287
(三) 临场观察几种姿势的侧重点及注意事项·····	290

三、体 操.....	292
(一) 基本体操.....	292
(二) 艺术体操.....	296
(三) 竞技体操.....	299
(四) 健美操.....	301
四、武 术.....	304
(一) 编排前的准备工作.....	304
(二) 编排竞赛秩序的原则.....	304
(三) 编排方法.....	305
五、举 重.....	308
(一) 举重比赛的方法.....	308
(二) 举重比赛赛前的准备工作.....	309
(三) 举重比赛的组织编排方法与要求.....	310
(四) 举重比赛临场裁判员.....	311
(五) 举重比赛评判注意事项.....	312
六、足 球.....	313
(一) 足球竞赛制度.....	313
(二) 足球竞赛的计分与名次确定方法.....	313
七、篮 球.....	315
(一) 篮球竞赛方法.....	315
(二) 篮球比赛名次确定方法.....	316
(三) 篮球比赛组织工作.....	316
八、排 球.....	320
(一) 排球竞赛方法.....	320
(二) 排球比赛的名次确定.....	321
(三) 排球比赛的编排方法.....	321
九、乒乓球.....	323
(一) 乒乓球的竞赛方法.....	323
(二) 乒乓球编排工作的主要内容.....	325
十、羽毛球.....	327
(一) 羽毛球比赛的竞赛方法.....	327
(二) 羽毛球比赛名次的确定方法.....	327
(三) 羽毛球比赛编排方法.....	328
十一、网 球.....	329
(一) 网球比赛的竞赛方法.....	329
(二) 网球比赛计分方法.....	330
(三) 网球比赛的编排方法.....	331
十二、手 球.....	332
(一) 手球比赛的竞赛方法.....	332

(二) 手球比赛的计分和排名方法·····	332
(三) 手球比赛的编排方法·····	332
十三、棒球、垒球·····	335
(一) 棒球、垒球比赛的竞赛方法·····	335
(二) 棒球、垒球比赛的计分与决定名次的方法·····	335
(三) 棒球、垒球比赛的编排方法·····	335
十四、门 球·····	337
(一) 门球比赛的竞赛方法·····	337
(二) 门球比赛确定名次的方法·····	337
(三) 门球比赛的编排要求·····	338
(四) 门球比赛的裁判方法·····	338
(五) 裁判制·····	339
(六) 门球比赛记分方法·····	340
十五、保龄球·····	343
(一) 保龄球比赛的方法·····	343
(二) 保龄球比赛项目设置·····	343
(三) 保龄球比赛的正式记分·····	344
(四) 保龄球精英对抗赛和梯级挑战赛组织及成绩计算·····	344
十六、台 球·····	345
(一) 台球比赛项目·····	345
(二) 比赛方法·····	345
十七、中国麻将·····	347
(一) 中国麻将积分编排制·····	347
(二) 编排步骤和编排原则·····	348
(三) 中国麻将比赛的成绩计算·····	348
十八、毽 球·····	349
(一) 场地设施与器材·····	349
(二) 比赛队员的组成·····	350
(三) 队员的场上位置·····	350
(四) 教练员和队长·····	350
(五) 服 装·····	350
(六) 比赛局数和场区选择·····	350
(七) 暂 停·····	351
(八) 换 人·····	351
(九) 局间间隙·····	351
(十) 发 球·····	351
(十一) 轮转顺序·····	352
(十二) 比赛进行中的击球与附加动作·····	352
(十三) 网上球·····	352

(十四) 触 网.....	353
(十五) 进入对方场区和空间.....	353
(十六) 死球与中断比赛.....	353
(十七) 计胜方法.....	353
(十八) 判定和申诉.....	353
(十九) 记录工作.....	353

第一部分 运动竞赛概述

一、运动竞赛的起源

竞赛是体育最基本的特征,体育离不开竞赛,体育要得到社会的承认,必须通过竞赛来实现,竞赛是体育发展的必然结果。了解竞赛的起源首先要了解体育的起源。通常认为,从古猿到人类的转变大约完成于300万年前,它意味着直立姿势的确立、手脚分工、脑功能的发达和社群生活的进化等革命性的转变。在这个过程中,形成了早期的人类共同体——原始群、血缘家族。稳定的群居生活导致了旨在保存生产和生活经验的原始教育的产生。原始教育的主要内容是关于人际关系和劳动技能的知识,其重要形式是模仿。原始教育兼有知识、社会规范和动作技能技巧的学习及审美等多种功能,并且与劳动实践保持着密不可分的联系。原始教育是教育和体育的共同源头。

旧石器时代中期(约10万—5万年前),人类开始进入母系氏族公社时期。这个时期的工具已经十分复杂,人类不但能够打制多种石器,而且学会了制造骨器、飞石索和人工取火,劳动技能日趋复杂和精细,思维和语言迅速发展。再现狩猎和采集劳动过程的原始宗教仪式的出现,表明了在时间和空间两方面与直接劳动过程相分离的早期身体练习的出现。

到了旧石器时代晚期(约5万—1万年前),人类学会了制造标枪、弓箭等复合工具。在母系氏族公社的繁荣时期(约1万—5000年前),原始的农业、畜牧业、制陶业和纺织业都已经产生,原始艺术、原始宗教也迅速发展起来。生产劳动过程更加复杂,各种动作被形式特别集中地表现在模仿劳动的各种游戏之中。这样,逐渐形成了多功能、多目的的运动形式,并被作为获得各种身体素质和学习生活技能的重要手段。

几万年以来,全世界几乎所有的儿童都在玩与其环境有密切关系的狩猎与追逐游戏。例如,印度阿瑟姆以狩猎著称的奥拿加斯人的儿童即玩一种被称为“堵口”的游戏,在此游戏中,竞赛者分为两队,一队扮演老虎,另一队扮演村民。老虎企图突破村民的圈子并将游戏中的牺牲品攫走。原始时代的儿童经由游戏学到许多关于如何做成年人的知识。这些游戏逐步成为一种程式化的竞技,其规则日益严密和完善,使之变为成年人也乐于接受的趣味无穷的游戏——运动竞赛。

人类学的研究表明,许多运动竞赛的形式源于劳动和战斗技能的学习。“平原印第安人的孩子在很小的年纪便使弓弄箭,八九岁便学着射小鸟或兔子。当他射中第一头鹿的那一天,克洛人便举行盛大的庆祝,他的父族中就有一位族人出来穿营走寨唱着歌曲

赞美他。平时同伴中间有射靶比赛，还有假的水牛猎和作战演习。儿童们又组织会社，模仿他们长辈的举动。大人们以打倒敌人为荣，那些少年便拿水牛、狼、山狮等当敌人。”

从本能的攻击动作到防卫动作，到调整动作以至掌握使用原始武器的最有效的经验，人类在漫长的岁月中经历了艰苦的历程。直到原始社会晚期，才出现了竞技的萌芽。这时，原来仅仅表现狩猎场面的洞穴壁画，也开始描绘人与人之间的格斗，军事训练也开始成为青少年学习的内容。在原始部落的传说中，时常提到英雄人物用比赛的方法战胜恶魔的故事，英雄常以超自然的身体能力和智力、以竞技的方式消除对人类的威胁。

原始人祈望通过竞技来使神灵感到喜悦，期望风调雨顺、驱魔避邪，竞赛成为原始的宗教仪式。

经过漫长岁月的演变，许多宗教活动到后来在目的上已经逐渐模糊，它们的功利性越来越弱，而娱乐性则变得越来越强。在史前时代，为了求生，人们对跑的能力较近世更为倚重。举行各种不同距离的赛跑在所有北美印第安人中都是习以为常的事，且都与其部落性的礼仪相配合。沙松族举行礼仪性的男女赛跑。在接力赛跑极为普遍的东南方各部落中，甚至村外都设有圆形跑道。

历史研究表明，运动竞赛活动的萌芽最早出现在东方。现存于巴格达博物馆的一尊大约于公元前 2800 年铸造的青铜像，是反映抱腰摔跤仪式的古老文物。约在公元前 1800 年镌刻在石碑上的表现狩猎、射箭、拳击、车赛的图画，反映了古巴比伦人竞技盛会的状况。在古埃及法老们的墓壁上，发现了角力时捉握连续动作的若干图画。公元前 15 世纪创作的浅浮雕，已刻画了划船手比赛和追逐战车飞奔的战士。公元前 360 年的赫梯文译本，说明当时古印度也有了高超的赛马术。

从中国远古的神话传说中，竞技活动可见端倪。“凡执技论力，适四方，裸股肱，决射御。”表明先秦已出现对抗方式的运动竞赛。西周盛行“礼射”，春秋战国时期流行赛马车。令人遗憾的是，东方古国的竞技萌芽一直未脱离军事训练、宗教祭祀、娱乐游戏而独立成形。而在古希腊，却出现了一整套的竞技体制。可以说，较为正式的运动竞赛，在古希腊绽放出耀眼夺目的光辉，作为典范而照亮着古往今来的运动场。

古希腊竞技产生的原因是多方面的。除地理因素外，商业的发达、对外贸易与对外扩张紧密相联，带来了频繁战争，促进了航海事业和体育竞技的高度发展。

同时，古希腊实施的奴隶制民主政治制度，比当时的许多政治制度，尤其是东方奴隶制度，先进得多。古希腊人承认人的伟大与崇高，古典世界观的主导思想是以人为本，人是主体，是标准，是世间万物的尺度；而神不过是理想的人，对神的赞颂实质上是对人自身的肯定。这样的观念，使得古希腊人对锻炼和炫耀自身强健的肉体、显示超群的运动能力表现出狂热的喜好。他们的一生，是竞技的一生。

各种有利条件的综合，使古希腊人率先将原始的攻击本能侵犯性地渗入到极富文化价值的大规模竞技活动中去。在一个多岛的海洋国家，内地土地贫瘠，需要到更远的海外寻求生计，从而促进了航海事业的发展。航海需要强壮的身体，航海本身也锻炼了强健的体魄。同时，对外扩张必然也引起各个城邦及有关国家的冲突，所以古希腊历史上战争频繁。从广义上说，战争是一种以生命和鲜血为代价，以领土和奴役为奖赏的残酷

竞技。为了应付战争，形成了全民族锻炼身体的风气。古希腊大规模运动竞赛的展开，背后实际上也潜藏着极大的功利性。

早在克里特文明时期，米诺斯人就在庆典和盛宴上形成了竞技的风气。《荷马史诗》中英雄们热衷于举行战车竞赛、拳击、角力、徒步赛跑等竞技活动。同时，考古学家们陆续挖掘出的文物表明，早在公元前12世纪，古希腊奥林匹克山下就有一个村庄，至迟在公元前9世纪就已开展了敬奉宙斯神的竞技盛会。

欧洲黑暗的中世纪，古代基督教对竞技持反对态度，以至到了文艺复兴时期仍对古希腊竞技加以忽视。其间虽有骑士竞技和民间的娱乐竞技，也有一些项目的规则和竞赛制度，但规模都很小。同一时期的东方，如中国的马球比赛、日本的武士比赛等，也局限在某一阶层和很小的区域。

16世纪以后，资产阶级革命波及英国，发展程度较高的“绅士体育”取代了旧有的传统竞技游戏。代表资产者的“绅士体育”在举办赛马、赛跑、拳击等比赛时，签订商业契约，搞彩标交易以赚取钱财。同时，组织狩猎，成立马术、板球、滑冰、划船之类的俱乐部，利用身体活动以享乐消遣。由于竞赛时赌博下注牵涉到经济利益，导致了早期运动竞赛规则的制定。对于关心自己赌注的观众来说，准确记录时间、测量距离、评定成绩等都受到高度重视从而防止作弊。因此，从1709年起，开始正式公布赛马成绩、打赌条件和限制。1772年始，提前一年公布赛马的竞赛大纲和规则及打赌的说明。整个规则的制定都源于赛马场上的经验，并由此推行到其他运动项目中去。1732年拳击比赛制定了《伦敦规则》，1946年划分了重量级和轻量级来实现公平原则。在赛跑比赛中，规定了不同距离。在板球比赛中，也制订了相应的分阶段赛体制规则，促进了许多传统项目的现代化，如1830年西班牙国王设立了皇家斗牛场，确立了徒步斗牛的规则，取消了参赛者的出身限制。

资本主义大工业化生产，为现代竞技运动的蓬勃发展创造了良好的条件。在1850年以前，除英国之外，运动俱乐部寥寥无几。而过了短短的数十年，竞技运动已遍及全球。欧洲大陆于1875年在布达佩斯首次举办了按英国规则组织的田径比赛，欧洲人被自行车公路赛和赛车场赛的热烈场面所吸引，越野赛马、射箭、滑冰、滑雪竞赛日渐风行。在澳大利亚，游泳选手的成绩超过了英国。在印度和巴基斯坦，盛行草地曲棍球比赛。日本用柔道比赛代替了粗野的武士摔跤竞技。足球在南美、澳大利亚和欧洲迅速发展为有组织的竞赛项目。

美国19世纪末期竞技运动异常繁荣。校际校内比赛频繁，在田径、棒球、橄榄球比赛中崭露头角的学生在学校享有较高的声誉。篮球、排球等项目相继发明。纽约的田径俱乐部组织了最早的田径锦标赛（1868年室内，1876年室外）。1895年，在美国、英国的俱乐部之间最初的比赛中，美国在所有项目中获胜。直至今日，美国选手还在田径、游泳等许多项目中保持领先地位，是名副其实的世界竞技强国。

运动场地、设施、器材的改善，促使运动技术和比赛规则相应地得到发展。田径场上铺上了煤渣跑道，设立了可挪动的栏架，运动员开始使用钉鞋和训练服，按照赛马的传统逆时针跑。拳击比赛使用了专用手套和围有绳索的拳击台，每一回合的时间有了规定。摔跤、举重等重竞技项目按重量分级。自行车的车轮材料日益更新，修建了内倾的赛车场。内燃机的发明和完善，出现了赛车和摩托车运动，1907年在英国举办了首次