



奥运

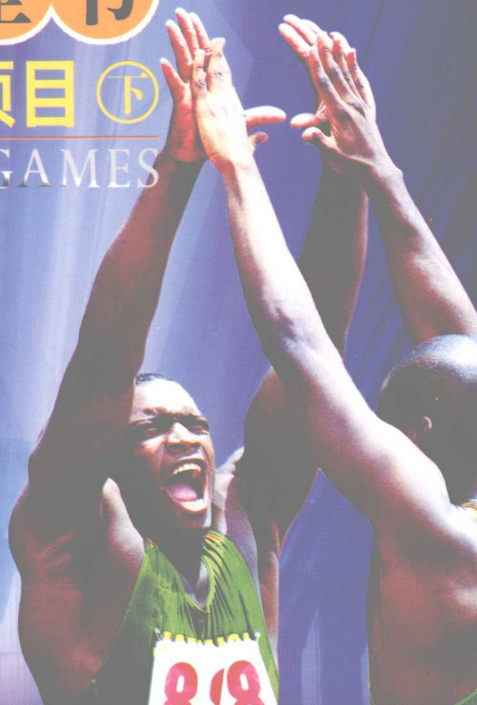
百科知识全书

奥林匹克运动项目 ②

THE OLYMPIC GAMES

慷慨◎编著

内蒙古人民出版社



奥运百科知识全书

奥林匹克运动项目(下)

慷慨
编著

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

奥林匹克运动项目. 下册/慷慨编著, 一呼和浩特: 内蒙古人民出版社, 2007

(奥运百科知识全书)

ISBN 978 - 7 - 204 - 09291 - 8

I. 奥... II. 慷... III. 奥运会—项目(体育)—基本知识
IV. G811.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 153273 号

奥运百科知识全书

慷慨 编著

责任编辑	王继雄
封面设计	揽胜视觉
出版发行	内蒙古人民出版社
地 址	呼和浩特市新城区新华东街祥泰大厦
印 刷	北京昌平新兴胶印厂
经 销	新华书店
开 本	850 × 1168 1/32
印 张	60
字 数	1000 千字
版 次	2008 年 2 月第一版
印 次	2008 年 2 月第一次印刷
印 数	1 - 5000(套)
书 号	ISBN 978 - 7 - 204 - 09291 - 8/Z · 518
定 价	280.00 元 (全 14 册)

如出现印装质量问题, 请与我社联系。

联系电话: (0471) 4971562 4971659

目 录

奥林匹克运动项目

奥林匹克运动会项目	(1)
运动项目类型及分类	(1)
奥运会项目	(4)
夏奥会运动项目	(9)
田径	(9)
赛艇	(31)
皮划艇	(37)
帆船	(41)
帆板	(43)
羽毛球	(44)
篮球	(49)

足球	(54)
网球	(61)
乒乓球	(66)
排球	(69)
沙滩排球	(73)
棒球	(74)
垒球	(78)
手球	(80)
曲棍球	(83)
水球	(87)
体操	(89)
游泳	(98)
艺术体操	(107)
跳水	(110)
花样游泳	(113)
拳击	(116)
举重	(119)
柔道	(121)
跆拳道	(124)
摔跤	(125)
射击	(127)

射箭·····	(132)
体育舞蹈·····	(136)
自行车·····	(137)
马术·····	(143)
击剑·····	(145)
铁人三项·····	(148)
现代五项·····	(149)
冬奥会运动项目 ·····	(154)
滑冰·····	(154)
滑雪·····	(162)
冰球·····	(180)
雪橇·····	(185)
现代冬季两项·····	(191)
冰橇·····	(196)
掷冰壶·····	(198)
冰上曲棍球·····	(202)



奥林匹克运动项目

奥林匹克运动项目 下册

夏奥会运动项目

艺术体操 (Evrytchmics)

艺术体操一词由俄文翻译而来。原苏联、东欧各国、朝鲜及我国称为艺术体操，西欧各国、美国、加拿大、德国称现代韵律体操，而日本称为新体操。1975 年国际体操联合会决定，统一称为竞技韵律体操 (R. S. G)。

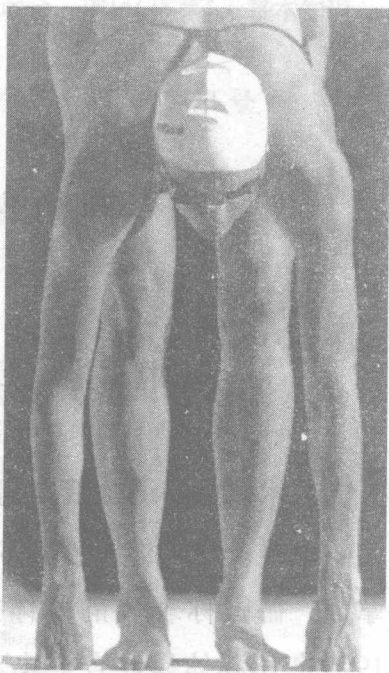
艺术体操于 20 世纪 20 年代逐步形成的。它起源于欧洲，40 年代传入美洲，50 年代传入亚洲并逐渐流行于全世界。

1962 年 6 月国际体操联合会第 41 次代表会议上，



正式承认艺术体操为独立的女子竞赛项目，并于1963年在匈牙利的布达佩斯举行了第1届世界艺术体操锦标赛。此后，每两年举办一次。随着比赛次数的增加，竞技性艺术体操逐渐完善和发展起来。

第1届比赛时只有个人徒手和圈操比赛，在1965年增加了绳操；1967年增加了集体项目比赛；1971年增加彩带操的同时取消了徒手操比赛；1973年又增加了火棒操。至此，艺术体操比赛的项目（绳、圈、球、棒、带）和种类（个人比赛和集体比赛）俱全。1975年艺术体操



全部改为自选成套动作比赛，取消了规定动作。1976年首次公布了国际艺术体操评分规则，使艺术体操的比赛走入正规。

绳。采用麻或合成纤维制成，可染成除金、银、铜以外的其他颜色。长短同运动员身高。两端有小结



头,中段可缠布条或胶布。比赛由过绳跳、摆动、绕环、8字、抛接、跳跃、平衡以及各种交换绳握法等动作编排而成。1984年列为奥运会比赛项目。

圈。采用木材或塑料制成,可染成或选用除金、银、铜以外的其他颜色。横断面可以是圆形、方形、椭圆形等。内径80~90厘米,重300克以上。比赛由滚动、转动、8字、绕环、抛接、旋转、钻圈以及平衡等动作编排而成。1988年列为奥运会比赛项目。

球。采用橡胶或软塑料制成,可选用除金、银、铜以外的其他颜色。直径18~20厘米,重400克以上。比赛由拍球、滚动、转动、绕环、8字、抛接、跳跃、平衡以及旋转等动作编排而成。1984年列为奥运会比赛项目。

棒。采用木材或合成材料制成,可染成除金、银、铜以外的其他颜色。全长40~50厘米,重150克以上,形状如瓶,细端为颈,粗端为体,顶端为头。比赛由绕环、空中转动、抛接、摆动、跳跃、平衡以及敲击等动作编排而成。1984年列为奥运会比赛项目。

带。由棍、尼龙绳或带构成。棍可采用木、竹、塑料或玻璃纤维等材料制成,带可采用缎或类似材料



制作, 可选用除金、银、铜以外的其他颜色。带长 6 米, 宽 4~6 厘米, 重 35 克以上。棍长 50~60 厘米, 直径不超过 1 厘米, 一端有金属环, 与绳或带相连。比赛由绕环、螺形、抛接、摆动、跳跃、平衡、转体、8 字以及蛇形等动作编排而成。1984 年列为奥运会比赛项目。

跳水 (Dive)

现代竞技跳水始于 20 世纪初。1900 年, 瑞典运动员在第 2 届奥运会上作了精彩的跳水表演。1904 年第 3 届奥运会上, 男子跳水被列为正式比赛项目, 1908 年正式制订了跳水比赛规则。到 1912 年第 5 届奥运会时, 增加了女子比赛项目。

现代竞技跳水难度较大。它强调在比赛中心理稳定, 动作优美; 要求动作中翻腾和转体的速度要快; 其压水花技术向更小的方向发展, 已成为运动员完成动作质量好坏的标志。

现代竞技跳水比赛分男、女跳台跳水和跳板跳水 4 个项目进行。跳板跳水在一条有弹性的板上进行, 跳板离水面的高度分为 3 米和 1 米两种。跳台跳水在



坚硬无弹性的平台上进行,有10米、7.5米、5米3种高度。不论是跳板或跳台跳水,完成动作的过程都包括助跑、起跳、空中技巧和入水4个阶段。跳水动作根据起跳的方向和动作结构,分跳板跳水5个组别动作,即:向前、向后、反身、向内和转体。跳台跳水除上述5组动作外,还有臂立跳水共6组动作。在比赛中,女子跳板跳水包括9个难度系数总和不超过9.5的规定动作和5个自选动作,共10组动作。男子跳板跳水则包括5个难度系数总和不超过9.5的自选动作和6个无难度系数限制的自选动作,共11组动作。女子跳台跳水包括4个有难度系数限制的自选动作(不超过7.6)和4个无限制的自选动作,共8组动作。男子跳台跳水除完成4个有难度系数限制的自选动作(总和不超过7.6)以外,还要做6个无难度系数限制的自选动作,共10组动作。跳水动作的姿势分为A式(直体)、B式(曲体)、C式(抱膝)、D式(翻腾兼转体)4种。

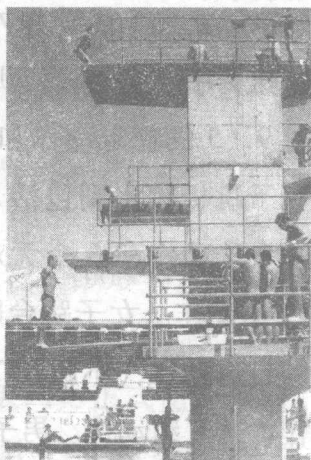
正式跳水比赛,设裁判员5~7人,采用10分制评分。其中失败0分、不好0.5~2分、普通2.5~4.5分、较好5~6分、很好6.5~8分、最好8.5~10分。计分办法为去掉评分中的最高分和最低分,



取其他分的平均数并乘以难度系数再乘以 3。运动员所有动作得分总和为运动员的最后成绩，以积分高者为胜。

游泳池的规格最好是 25 米 $\times$ 25 米。水面应设有波动装置，以使运动员能看清水面。

跳台跳水。在坚硬无弹性的平台上进行。跳台距水面高度分为 5 米、7.5 米和 10 米 3 种，奥运会、世界锦标赛、世界杯赛限用 10 米跳台。跳台跳水根据起跳方向和动作结构分向前、向后、向内、反身、转体和臂立 6 组。比赛时，男



子要完成 4 个有难度系数限制的自选动作和 6 个无难度系数限制的自选动作，女子要完成 4 个有难度系数限制的自选动作和 4 个无难度系数限制的自选动作。每个动作的最高得分为 10 分，以全部动作完成后的得分总和评定成绩，总分高者名次列前。男、女分别于 1904 年和 1912 年列为奥运会比赛项目。

跳板跳水。在一端固定，另一端有弹性的板上进行。跳板离水面的高度有 1 米和 3 米两种。跳板跳水



根据起跳方向和动作结构分向前、向后、向内、反身和转体 5 组。比赛时,男子要完成 5 个有难度系数限制的自选动作和 6 个无难度系数限制的自选动作,女子要完成 5 个有难度系数限制的自选动作和 5 个无难度系数限制的自选动作。每个动作的最高得分为 10 分,以全部动作完成后的得分总和评定名次,总分高者名次列前。男、女分别于 1908 年和 1920 年列为奥运会比赛项目。

花样游泳 (Water Ballet)

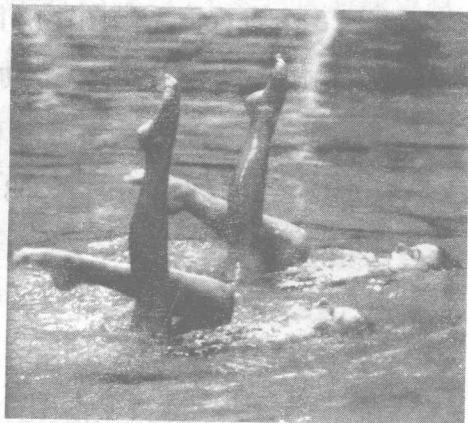
花样游泳起源于欧洲。原为游泳比赛间歇时的水中表演项目,由游泳、技巧、舞蹈和音乐编排而成,有“水中芭蕾”之称。目前,该项目仅限于女子参加。

1920 年花样游泳创始人考特斯将跳水和体操的翻滚动作编排成套在水中表演。1934 年在美国芝加哥万国博览会上举行首次表演。1937 年考斯特成立世界上第 1 所花样游泳俱乐部。1942 年美国业余体育联合会确认为正式比赛项目。1952 年列为奥运会表演项目。1956 年得到国际游泳联合会承认。1973



年举行了第1届世界花样游泳锦标赛。1984年,花样游泳被列入奥运会的正式比赛项目(包括单人和双人项目)。

花样游泳的比赛由规定动作和自选动作两部分组成。从目前花样游泳发展趋势看,规定动作应稳健、圆滑、保持高位、强调动作质量;自选



动作则要在规定动作基础上,大胆创新,不失时机地跃动、抛接以充分展现美、舒展和大方,并把所有动作技巧和技能艺术地表现出来。

在花样游泳的规定和自选动作比赛中,只有自选动作需要音乐伴奏。规定动作比赛是单人基本技术的比赛,国际游联每4年公布一次规定动作,共分6组,每组包括6个花样动作,根据每个动作的难易程度定有难度系数。每组每3个动作的难度系数分别为1.8和1.9。参加比赛的运动员做哪一组动作,须经抽签决定。



自选动作比赛，分单人、双人和集体 3 个项目。参加集体项目比赛的人数最少 4 人，最多 8 人。自选动作的比赛时间单人为 3 分 30 秒，双人为 4 分钟，集体为 5 分钟。在规定时间内可以在陆上作 20 秒动作，比赛允许误差为上下 15 秒。整套动作既可在岸上开始，也可以在水中开始，但必须在水中结束。自选动作应有与岸上扬声器同步的水下音响伴奏。



花样游泳裁判员为 5~7 名。比赛全部采用 10 分制。参赛的运动员必须报名参加规定动作和自选动作比赛，以两项得分的总和来确定名次。规定动作按照动作完成的清楚、均匀、缓慢、高位和控制力来评分。全体裁判员示分后，去掉最高与最低的评分，将



其余的评分取平均值乘以难度系数,即为该动作的得分,全部规定动作得分的总和,即为该运动员规定动作的得分。自选动作按游泳动作的造型和衔接,动作变化难度,对水域的利用,对音乐的理解力和表现力以及相互配合协调等因素来评分。计算得分办法与规定动作相同。最后运动员规定动作得分与自选动作得分相加,扣除处罚分,即为该运动员的最后得分。

花样游泳的场地,面积至少是 12 米 $\times$ 12 米,水深 3 米。自选动作比赛时,游泳池面积可扩大,但水深应不少于 1.7 米。池水必须清澈透明,水温应符合游泳竞赛规则的规定。

拳击 (Boxing)

拳击是两人戴上拳套在规则限制下用拳互相攻击和自卫的一项竞技运动。它的对抗性很强,同我国的武术散手、日本的柔道与空手道、朝鲜的跆拳道以及泰国的泰拳一样,具有很高的锻炼价值。

拳击历史悠久,起源于埃及。古希腊人为了在战场上搏斗,非常重视这种运动,公元前 688 年列为第 23 届古代奥运会比赛项目。1743 年英国著名拳击家



布劳顿制订竞赛规则，确定拳击场为 24 英尺见方，四周围以绳索，1747 年又发明拳击手套。1838 年颁布伦敦拳击锦标赛规则，取代 1743 年制订的规则，1853 年再次修改，拳击运动逐渐完善。1869 年英国记者钱伯斯提出划分回合的新规则，规定参赛选手必须戴拳击手套，每个回合 3 分钟，回合之间休息 1 分钟，被击倒在地的选手必须在 10 秒钟内自行起来，否则即判为失败。该规则后由英国的道格拉斯侯爵整理出版，1891 年得到世界公认，被称为昆斯伯里规则。1880 年伦敦成立了英国业余拳击协会，1881 年举行了第 1 次拳击锦标赛。1882 年首次举行世界最重量级冠军挑战赛。1924 年第 8 届奥运会前夕成立了国际业余拳击联合会。

目前拳击运动分职业拳击和业余拳击。奥运会和亚运会的拳击比赛都是属于业余拳击，只允许业余运动员参加，水平低于职业拳击赛。比赛按体重分级别进行，现代奥运会设 48、51、54、57、60、63. 5、67、71、75、81、91、91 公斤以上级。1904 年列为奥运会比赛项目。

业余拳击在比赛时，运动员身着背心、短裤，足登拳击鞋，戴头盔，双手戴大而厚的拳击手套（每只