

基层体育竞赛入门

李守仁 编

中国铁道出版社

1998年·北京

(京)新登字 063 号

内 容 简 介

本书是针对基层体育工作者和工会工作人员组织体育比赛的需要而编写的。内容涉及足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、门球、棋类等项目的竞赛规程和赛前筹备、竞赛方法、竞赛编排、裁判工作、名次计算、场地设备。

本书简明实用,操作性强。对基层体育工作者和工会人员组织比赛尤有参考价值。

图书在版编目(CIP)数据

基层体育竞赛入门/李守仁编. -北京:中国铁道出版社,
1998.5

ISBN 7-113-02969-8

. 基... . 李... . 运动竞赛-基本知识 . G808.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 11252 号

书 名:基层体育竞赛入门

著作责任者:李守仁 编

出版·发行:中国铁道出版社(100054,北京市宣武区右安门西街8号)

责任编辑:李小军

封面设计:马 利

印 刷:中国铁道出版社印刷厂

经 销:全国各地新华书店

开 本:787×1092 1/32 印张:2.75 字数:59 千

版 本:1998年6月第1版 1998年6月第1次印刷

印 数:1-4000册

书 号:ISBN7-113-02969-8/G·98

定 价:5.00元

版权所有 盗印必究

凡购买铁道版的图书,如有缺页、倒页、脱页者,请与本社发行部调换。

目 录

第一章 基层体育竞赛的意义与要求.....	1
第一节 基层体育竞赛的意义.....	1
第二节 基层竞赛工作的基本要求.....	2
第二章 竞赛规程与赛前筹备.....	3
第一节 竞赛规程.....	3
第二节 赛前筹备.....	5
第三章 竞赛方法与竞赛编排.....	8
第一节 竞赛方法.....	8
第二节 竞赛编排	10
第四章 裁判工作与竞赛用表	41
第一节 裁判工作	41
第二节 竞赛应用表格	42
第五章 单循环赛的名次计算	57
第一节 篮 球	57
第二节 足 球	59
第三节 羽毛球	60
第四节 乒乓球	61
第五节 排 球	63

第六节 门 球 65

第七节 棋类项目 67

第六章 场地设备 70

第一节 篮球运动的场地设备 70

第二节 足球运动的场地设备 74

第三节 羽毛球运动的场地设备 78

第四节 门球运动的场地设备 80

第五节 排球运动的场地设备 82

第一章 基层体育竞赛的意义与要求

第一节 基层体育竞赛的意义

体育竞赛是开展职工体育活动的主要形式之一,是推行《全民健身计划纲要》、深入开展全民健身活动的重要途径,其意义是其他社会活动不可替代的。

体育比赛,不仅积极宣传了党的体育工作方针、政策,使广大职工在参与和观赏体育竞赛中深深地感受到党和国家对体育工作的重视和对职工身心健康的关怀;而且吸引和鼓励更多的职工自觉地参加体育锻炼,为推动职工体育活动的蓬勃开展,强化体育氛围,促进全社会形成健康、科学、文明的生活方式而发挥竞赛的杠杆作用。

体育竞赛是加强单位之间、部门之间团结与友好的纽带。通过体育竞赛,不仅可以交流感情、协调关系、密切交往、树立良好的社会风气和社会主义精神文明,而且双方运动队相互交流,促进学习,既检验了平时锻炼的效果,又共同提高了运动技术水平。

体育竞赛还可以引起人们观念的改变,使企业管理者们认识到体育竞赛不仅能够振奋职工进取向上的竞争心理,增强职工的集体主义荣誉感,提高职工的身体素质和思想道德素质,而且更能够增强企业的活力和对职工的凝聚力,提高企业在社会主义市场经济竞争中的知名度,从而促进生产力的

发展和生产效率的提高,展示企业兴旺发达、文明向上的良好形象。

第二节 基层竞赛工作的基本要求

体育竞赛是深受广大职工群众喜爱的体育活动形式。经常组织一些小型、多样、健康、向上的群众性体育活动,举办、参加较高水平的体育竞赛,也是我们深入开展全民健身活动的重要举措。因此,一个企业除应积极参加上级主管部门和体育职能部门安排的体育竞赛,还要结合本单位实际情况,依托企业经济力量的不断发展,因地因时地制定本单位切实可行的年度体育竞赛工作计划,使体育工作有计划、有目的、有节奏地不断进行,从而推动全民健身活动的广泛开展。单位的传统项目、拳头项目还应形成制度,保持领先优势。

组织体育竞赛,是一项复杂的系统工程。对每一个环节都必须周密考虑,科学安排,使之有条不紊地进行。

举办体育竞赛要发扬艰苦奋斗、勤俭节约的精神,努力做到机构简缩、人员精干、日程紧凑、经费节省。

体育竞赛的规模有大有小,有的属于地区性的,有的属于系统(行业)性的,还有的是单位内各车间、班组间的竞赛。从竞赛的种类上讲有综合性的运动会,单项比赛有锦标赛、邀请赛、选拔赛、友谊赛、表演赛、通讯赛、测验赛、等级赛等等,选择哪一种类型的竞赛,这要根据目的、任务来确定,这对组织好体育竞赛也是十分重要的。

第二章 竞赛规程与赛前筹备

第一节 竞赛规程

竞赛规程是举办体育竞赛的指导性文件,是竞赛中各项工作的依据。竞赛规程一般应包括以下几方面内容:

一、竞赛名称。

二、竞赛日期和地点。

三、参加办法。参加办法包括参加单位、组队人数、组别划分、运动员资格和医务证明、报名时间、报到时间等。

四、竞赛办法。竞赛办法包括竞赛项目、执行的规则、采用的比赛方法、确定名次的办法等。

五、奖励办法。奖励办法包括奖励名额和评选体育道德风尚奖的方法等。

六、其他事项。其他事项包括经费、食宿、裁判等需要在规程中明确的事项。

示例:

× × 铁路局车辆段第六届安全生产运动会
足球竞赛规程

一、比赛日期、地点

时间:1996.9.20 ~ 1996.9.26

地点:× × 财贸学院(新院)

二、参加单位

×× 客修车间、红外线车间、×× 列检所、修车车间、设备车间、多经公司、段机关。

三、参加办法

1. 报名人数: 每队可报 16 人, 其中领队 1 人(车间党、政领导)、教练 1 人、运动员 14 人。

2. 运动员必须是本车间在册职工, 以人事令为准, 且身体健康。

3. 各队名单应于 9 月 10 日前报段工会, 写清运动员号码, 注明本队服装颜色。逾期不报视为弃权。

四、竞赛办法

1. 执行国家体委最新审定的足球竞赛规则和有关规定。

2. 比赛采用单循环制, 胜一场得 3 分, 平一场各得 1 分, 负一场不得分。

五、奖励办法

1. 冠、亚军队各授锦旗一面, 分别给予一定奖励。

2. 奖励各队体育道德风尚运动员 1 名。

六、名次

1. 积分多者, 名次列前。

2. 两队积分相等, 比相互间胜负。

3. 两队以上积分相等, 比净胜球多少, 多者名次列前。如再相等, 比总进球数, 多者名次列前, 若再相等, 抽签决定名次。

七、竞赛规定

1. 11 人制比赛, 每场可替换 3 名队员, 位置不限。

2. 每队必须有一套正式比赛服装, 上衣后面印有高 25cm 的号码, 短裤右腿前面印有高 10cm 的号码, 号码不符或无号、重号不得上场比赛。

3. 场上队长必须佩带与上衣颜色有明显区别的袖标(袖标由段工会统一制作)。

八、裁判员

由段工会聘请国家体委授予等级称号的足球裁判员担任裁判工作。

九、其他

为保证比赛健康、文明、顺利进行,根据国家体委有关规定并结合本段实际情况制定下列纪律:

(略)

竞赛规程一般由主办单位根据竞赛总则和宗旨并结合具体条件制定后及早印发给各参赛单位。规程发出后,竞赛的筹备工作将全面开始。

第二节 赛前筹备

竞赛工作是一项复杂的系统工程。赛前的筹备工作必须有计划、有步骤,明确分工,责任到人,在筹备领导小组的领导下各负其责,保质保量做好筹备工作,保证竞赛工作的顺利进行。

赛前筹备包括建立组织机构、配齐工作人员、制定工作计划,各办事机构按各自的任务作好经费预算、接受运动队报名、安排活动日程、编排竞赛日程、编印秩序册、准备场地器材和各种比赛用表、抽调裁判员、接待运动队报到、安排食宿以及竞赛的宣传等工作等等。

一、建立相适应的组织机构,配齐工作人员

竞赛工作首先必须建立领导机构,领导机构的设置要与竞赛的规模相适应。一般基层单位举办的单项体育竞赛可成

立竞赛领导小组,举办较大规模或综合性运动会应成立组织委员会,设主任、副主任、委员若干人。组织委员会(竞赛领导小组)在筹备期间负责制定和执行竞赛工作计划,审查和批准各办事机构的工作计划及筹备工作的进展情况;竞赛期间领导和检查各组工作,处理和决定竞赛中出现的问题;竞赛结束后领导各组进行总结。

基层单位举办体育比赛,一般在组委会(领导小组)的领导下设置办公室、竞赛组、后勤组三个办事机构就可以全面开展工作了。各组的职责是:

办公室 办公室主要负责大会的行政工作,如提交组委会及办事机构名单,文秘、会议、宣传、会场布置、娱乐活动安排以及协调各组工作等。

竞赛组 竞赛组主要负责大会的竞赛组织、编排、秩序册、场地器材设施。抽调和组织裁判员学习实习,安排赛前运动队的练习。成绩公布、颁发奖品、成绩册等工作。

后勤组 后勤组主要负责运动队的接送、食宿、交通、保卫、医务以及奖品购置、财务预决算等工作。

二、赛前开好两个会

要开好第一次组织委员会。这次会议一般在比赛开始前一天召开,标志着筹备工作已经结束,比赛马上就要开始。参加会议的应包括承办单位的主要领导和组委会的主任、副主任、委员(包括各办事机构的负责人、裁判长、各队领队)。会议由办公室负责,会议内容主要有领导讲话、竞赛组和后勤组各自汇报筹备情况和竞赛期间的安排、通过开幕式的议程等。

组委会结束后紧接着要开好裁判长教练员联席会议。会议由竞赛组主持,裁判长就比赛规则方面的问题进行统一尺度并宣布补充规定、介绍竞赛中应注意的有关事项。根据竞赛

规模,组委会和裁判长教练员联席会议也可合并召开。

在比赛结束的前一天,要开好第二次组织委员会。第二次组委会主要是小结竞赛和后勤方面的工作,返程安排,善后事项和安排闭幕式议程等事项。

第三章 竞赛方法与竞赛编排

第一节 竞赛方法

体育运动的竞赛方法通常采用淘汰赛或循环赛两种,有时还采用两种方法混合使用。举办竞赛时,应根据不同的目的和任务,竞赛时间的长短,参赛运动队(员)的多少以及场地器材等条件来选择竞赛方法。

一、淘汰赛

淘汰赛是一种基本的竞赛方法,分为单淘汰赛和双淘汰赛。单淘汰赛是将所有参赛运动队(员)通过抽签排成一定的竞赛秩序,由相邻的两个运动队(员)进行比赛,获胜一方进入下轮继续比赛,而失败的一方则被淘汰,直到淘汰还剩下最后一个运动队(员),这个运动队(员)即为本次比赛的冠军。这种竞赛方法对抗性强,没有妥协的可能性,不受第三者影响,也不会影响第三者,而且技术水平高的选手逐渐集中,使比赛逐渐形成高潮。在参赛运动队(员)多、场地少、时间紧的条件制约下,单淘汰赛尤为适合。它的不足之处是合理性差、机遇性强和缺乏完整性,全部名次的产生很难做到公平合理,产生的冠军也只是相对的;而且比赛场次少,相互学习交流的机会也少。

双淘汰赛是将全部参赛的运动队(员)通过抽签排成一定的秩序,先由相邻的两个运动队(员)进行比赛,然后胜对胜、

负对负进行比赛,负两次者即为淘汰,以后根据比赛秩序继续比赛,直到赛出本次比赛的冠军(冠军的产生是由一场或两场比赛决出的,这要看谁先负两场了)。这种竞赛方法很少被采用,故只作简单介绍。

示例:

有 8 名选手参加双淘汰赛,其比赛秩序如图 3-1 所示。

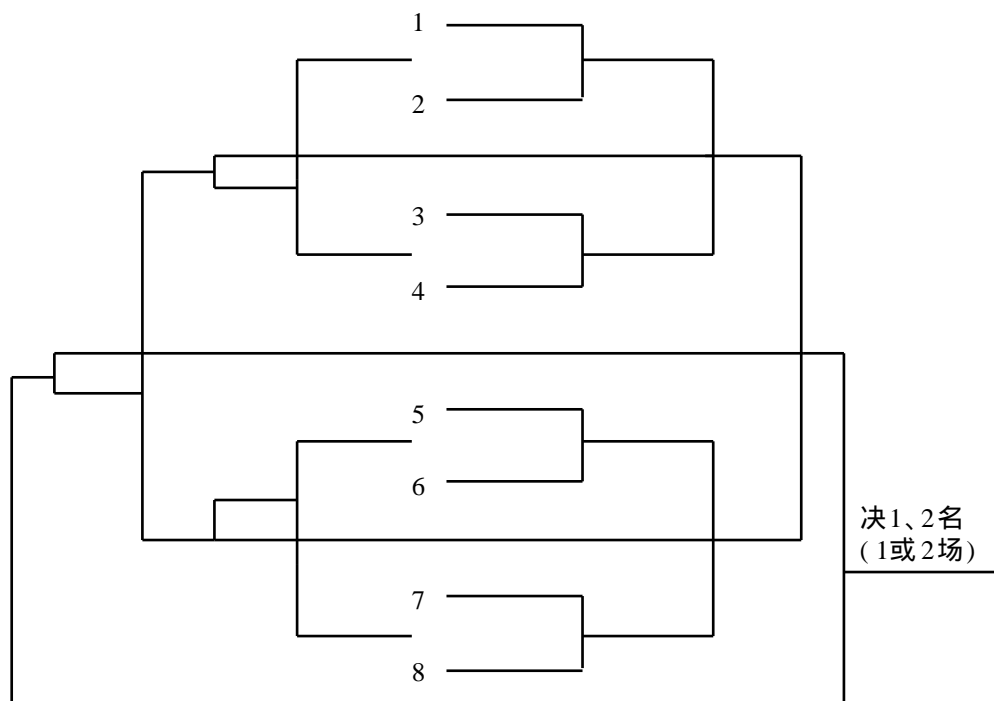


图 3-1 双淘汰赛秩序

二、循环赛

循环赛是体育竞赛的另一种基本方法,也分单循环赛和双循环赛。一般情况多采用单循环赛的方法进行比赛。所谓单循环,即每一个运动队(员)相互之间都直接进行一次比赛,最后根据胜负多少计算名次。这种竞赛方法场次多、学习交流的机会也多,它与单淘汰赛相比,机遇性少、偶然性少,更能反映运动队(员)的真实水平,所以单循环赛是一种比较合理的竞赛方法。但是,由于采用单循环赛方法所需的时间长、场次

多,参赛的运动队(员)数额就要受到很大的限制。当参赛运动队(员)数额过多时,常常可采用分组分阶段单循环或配以淘汰赛的方法来完成竞赛任务。

双循环赛即各运动队(员)直接相遇比赛两次,最后按两次比赛的成绩决定名次。主客场制就是采用双循环赛的一种方法。

三、积分编排

积分编排多用于棋类竞赛,参赛选手以双数为宜,预先确定比赛轮次数(轮数可根据参赛人数确定,大致为单淘汰赛时所需轮次数的一倍,适当有所增减,但最低不要少于7轮)。第一轮比赛以各自抽得的位置号,按事先规定的配对进行比赛,从第二轮开始,每轮重新编排,由最高分按分段逐段向下编排,同分者配对,同分者已经比赛过或无同分配对,则以近分者配对,直到全部排通。

确定抽签编排先后顺序的原则依次是:

1. 从高调低。即由高分抽编低分。
2. 以少调多。例如在获得7分的这一分段中有5名选手3先2后,有3名选手2先1后,就应由后者抽编前者。
3. 单数轮次由小号先抽,双数轮次由大号先抽。按前例,后者的3个号再按本款执行。但在执行上述原则时,如存在较难配对的“受限制号”,可作为特殊情况优先抽编,以免受卡不通。

另外,同一单位选手是否配对比赛或回避配对,可由竞赛组织机构事先确定并写入补充规定。

第二节 竞赛编排

竞赛的编排工作是一项十分复杂而又特别重要的工作。

因此,编排工作之前,要认真学习有关文件,了解竞赛规程的宗旨和具体要求,掌握比赛的天数、参赛运动队(员)数等情况,制定编排原则,准备编排用具,使编排工作科学、合理。

一、编排工作中的基本知识

1. 抽签 抽签是编排工作中必须采用的一种机遇性手段,也是确定运动队(员)在比赛中的位置号的一种主要手段。抽签前要准备好运动队(员)的名签和号签及相关的抽签表格。

2. 位置号 运动队(员)在竞赛秩序表中的位置号码叫位置号,位置号是确定竞赛秩序的重要依据。

3. 轮数 轮数是控制比赛负担量和估算比赛时间的重要数据之一。

单淘汰赛的轮数计算为最接近参赛运动队(员)数较大的2的乘方指数,也就是说2的几次方就是几轮。如

8个运动队单淘汰赛为3轮, $8 = 2^3$ 。

16个运动队单淘汰赛为4轮, $16 = 2^4$ 。

14个运动队单淘汰赛也是4轮,14个运动队按16个位置号编排。

18个运动队单淘汰赛为5轮,18个运动队按32个位置号编排, $32 = 2^5$ 。

示例:

8个运动队的单淘汰轮次如图3-2所示。

共3轮比赛7场。

单循环赛的轮数都是单数。若参赛运动队(员)为双数,等于参赛运动队(员)数减1;若参赛运动队(员)数为单数,则参赛运动队(员)数即为轮数。如,

10个运动队单循环赛为9轮, $10 - 1 = 9$ 。

8 个运动队单循环赛为 7 轮, $8 - 1 = 7$ 。

9 个运动队单循环赛为 9 轮。

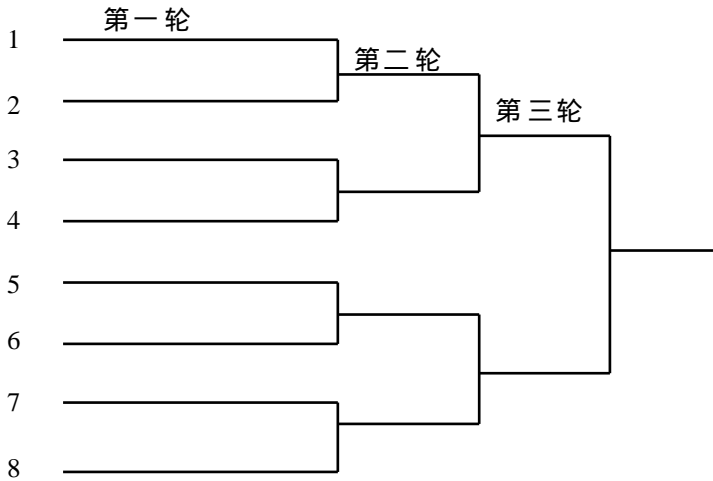


图 3-2 单淘汰轮次图

7 个运动队单循环赛为 7 轮。

示例: 6 个、7 个运动队单循环赛轮次表分别见表 3-1、表 3-2。

表 3-1 6 个运动队单循环赛轮次表

	第一轮	第二轮	第三轮	第四轮	第五轮
比赛队	1- 6	1- 5	1- 4	1- 3	1- 2
	2- 5	6- 4	5- 3	4- 2	3- 6
	3- 4	2- 3	6- 2	5- 6	4- 5

6 个队单循环共 5 轮 15 场比赛, 见表 3-2。

7 个队共 7 轮 21 场比赛。遇“0”为轮空。

表 3-2 7 个运动队单循环赛轮次表

	第一轮	第二轮	第三轮	第四轮	第五轮	第六轮	第七轮
比赛队	1- 0	1- 7	1- 6	1- 5	1- 4	1- 3	1- 2
	2- 7	0- 6	7- 5	6- 4	5- 3	4- 2	3- 0
	3- 6	2- 5	0- 4	7- 3	6- 2	5- 0	4- 7
	4- 5	3- 4	2- 3	0- 2	7- 0	6- 7	5- 6

4. 场数 单淘汰赛的场数等于参赛运动队(员)数减 1。如,

14 个运动队(员)单淘汰为 13 场, $14 - 1 = 13$ 。

19 个运动队(员)单淘汰为 18 场, $19 - 1 = 18$ 。

8 个运动队(员)单淘汰为 7 场, $8 - 1 = 7$, 见单淘汰赛轮数示例。

单循环赛的场数计算方法是参赛运动队(员)数乘以参赛运动队(员)数减 1 再除以 2, 其公式可写成 $\frac{n \cdot (n-1)}{2}$, 其中 n 为参赛运动队(员)数。如

9 个运动队单循环赛的比赛场数为 $\frac{9 \times (9-1)}{2} = 36$ 场。

6 个运动队单循环赛的比赛场数为 $\frac{6 \times (6-1)}{2} = 15$ 场。

见单循环赛轮数示例。

5. 节数 比赛时间的一种计算单位, 一般将一天的时间分为上午、下午、晚上三个时间段落, 每一个时间段落为一节。体育比赛通常使用一天中的两节, 具体如何使用要以竞赛项目来确定。如果参赛运动队(员)多、时间紧张、场地少, 也可以安排三节, 但要注意运动员的运动量。

6. 场地容量 场地容量即一块(台)场地在一节时间里可以安排的比赛场数, 这是编排工作中不可忽略的基本量度概念。

7. 竞赛负担量 竞赛负担量是指每一个运动队(员)根据规则要求在一天或一节时间里的比赛场数, 这是控制运动量和保证比赛质量的主要依据。

二、编排工作的基本要求