



“十四五” 职业教育国家规划教材

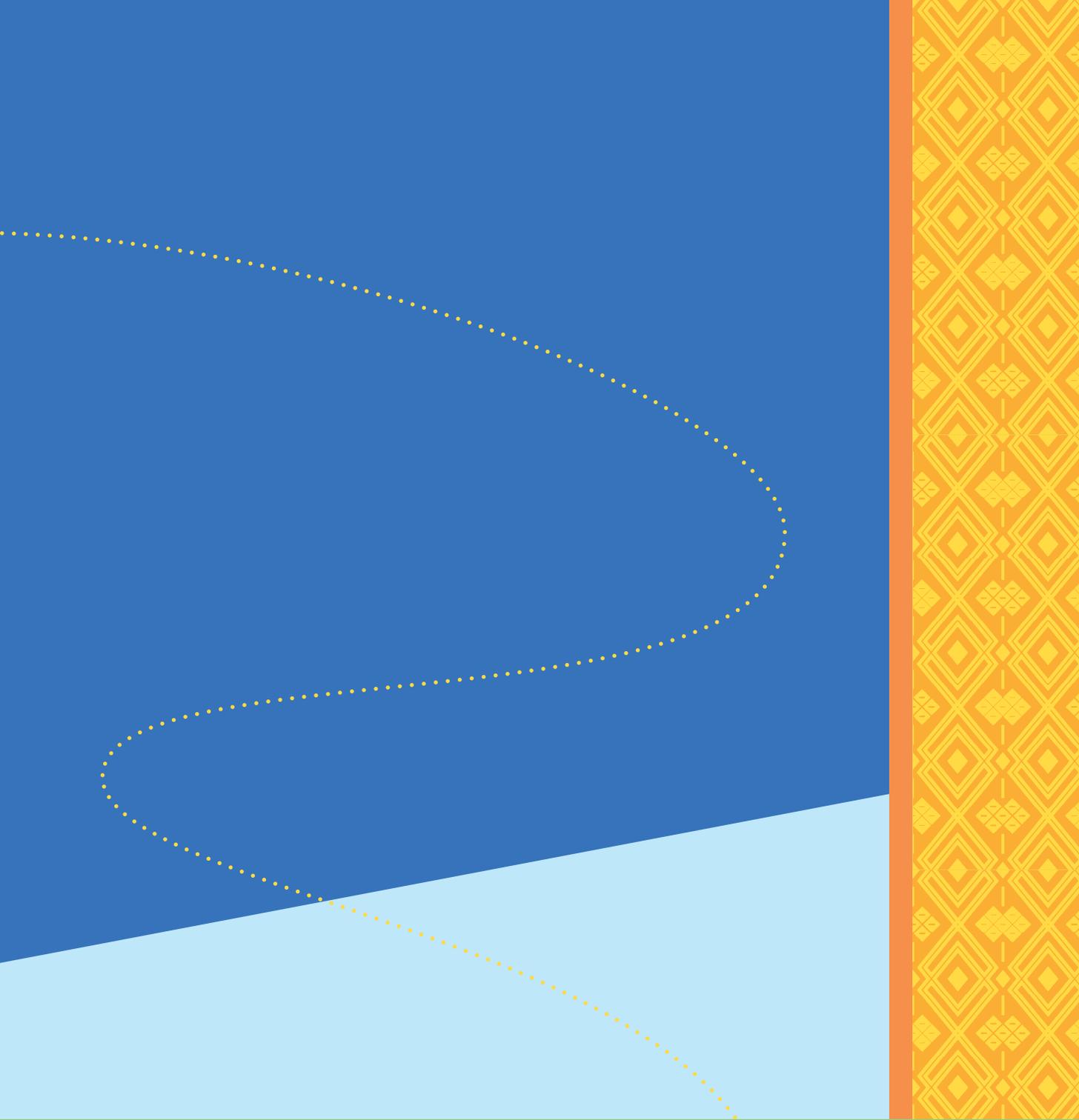
广西壮族自治区“十四五”职业教育规划教材

少数民族 传统体育运动

林 月 ◆ 主编

谢靖宇 贺 毅 ◆ 副主编





总 策 划 施东毅 梁 琪 张贻松
项目统筹 张贻松 闫 丽
策划编辑 杨晶晶
责任编辑 邹玉兰
责任校对 石湘玉
责任技编 伍智辉
装帧设计 广大迅风·黄璐霜 

ISBN 978-7-5598-7168-8



9 787559 871688 >

定价：48.00 元



“十四五”职业教育国家规划教材

广西壮族自治区“十四五”职业教育规划教材

少数民族 传统体育运动

SHAOSHU MINZU

CHUANTONG TIYU YUNDONG

主 编：林 月

副主编：谢靖宇 贺 毅

编 者：梁思捷 黄光亮 吴 涛 李宁宁

莫 静 韦 瑛 黄维薇 赵永舜

李雪莱



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社

· 桂林 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

少数民族传统体育运动 / 林月主编. -- 桂林 : 广西师范大学出版社, 2024. 8. -- (广西壮族自治区“十四五”职业教育规划教材). -- ISBN 978-7-5598-7168-8

I. G852.9

中国国家版本馆 CIP 数据核字第 2024XM9342 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市五里店路 9 号 邮政编码: 541004)
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 黄轩庄

全国新华书店经销

广西思畅印务有限公司印刷

(南宁市望州路北四里 2 号 邮政编码: 530012)

开本: 787 mm × 1 092 mm 1/16

印张: 14 字数: 280 千

2024 年 8 月第 1 版 2024 年 8 月第 1 次印刷

定价: 48.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与出版社发行部门联系调换。

前言

党的二十大报告指出，以社会主义核心价值观为引领，发展社会主义先进文化，弘扬革命文化，传承中华优秀传统文化，满足人民日益增长的精神文化需求，巩固全党全国各族人民团结奋斗的共同思想基础，不断提升国家文化软实力和中华文化影响力。广泛开展全民健身活动，加强青少年体育工作，促进群众体育和竞技体育全面发展，加快建设体育强国。中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》指出，学校体育是实现立德树人根本任务、提升学生综合素质的基础性工程，是加快推进教育现代化、建设教育强国和体育强国的重要工作，对于弘扬社会主义核心价值观，培养学生爱国主义、集体主义、社会主义精神和奋发向上、顽强拼搏的意志品质，实现以体育智、以体育心具有独特功能。要弘扬中华体育精神，推广中华传统体育项目，让中华传统体育在校园绽放光彩。

本教材是“十四五”职业教育国家规划教材、广西壮族自治区“十四五”职业教育规划教材，也是高职体育专业课教材。教材根据任务式教材和职业教育的特点编写而成，是一本将“教、学、训、赛、练”融为一体，理实一体化的新型活页式教材。教材内容依据民族传统体育相关职业标准和职业素质的要求，有机融入党的二十大精神等思政元素，以弘扬中华优秀传统文化为主题，以内化中华体育精神、强化岗位责任担当、锤炼爱岗敬业品格为主线，增强学生弘扬中华体育精神、传承中华传统体育文化的责任感与使命感，促进学生知行合一、刚健有为、自强不息。

本教材以全国少数民族传统体育运动会比赛项目为依据，结合民间健身项目构建教学内容体系，将所选项目按照技术技能特点划分为集体球类项目（花炮、毽球、珍珠球）、击准类项目（绣球、射弩、蹴球）、表演类项目（跳竹竿、龙狮运动）、竞速类项目（板鞋竞速、龙舟）四大类。各大类下设相应模块，并设有“历史与文化”“训练与竞赛”“裁判与赛事组织”三个项目，以及与传承文化、掌握技术、运用战术、执裁比赛等相关的任务，每个任务设有“任务引入”“任务分析”“知识准备”“任务实施”“任务评价”等栏目。本教材将民族传统体育项目的技战术、赛事编排等工作岗位需要掌握并熟练运用的知识、能力融合在一起，通过任务引入与任务分析引导学生积极学习基础知识并自主探索完成任务，以更好地满足职业能力培养要求。

本教材数字资源丰富，形式新颖，针对难度较高的技战术动作配套视频教学资源。学生可通过扫描二维码观看和学习。同时，本教材为活页式教材，教师可自主组织课程教学模块，并运用教学资源形成特色课程。

本教材由广西体育高等专科学校、柳州城市职业学院、广西电力职业技术学院具有丰富民族传统体育教学经验和一定教材编写水平的教师联合编写而成。编写人员包括：林月（广西体育高等专科学校）、谢靖宇（柳州城市职业学院）、贺毅（广西电力职业技术学院）、梁思捷（广西体育高等专科学校）、黄光亮（广西体育高等专科学校）、吴涛（广西体育高等专科学校）、李宁宁（广西体育高等专科学校）、莫静（广西体育高等专科学校）、韦瑛（广西体育高等专科学校）、黄维薇（柳州城市职业学院）、赵永舜（广西体育高等专科学校）、李雪莱（广西体育高等专科学校）。全书由林月、谢靖宇统稿。

本教材在编写过程中参考和借鉴了近年来民族传统体育的教学和研究成果，在此对相关作者表示衷心的感谢。广西师范大学出版社为本教材的出版做了大量工作，我们在此深表谢意。基于对民族传统体育教材如何更好地适应职业教育发展需求的思考，我们在借鉴、继承和探索中出版了这本教材，由于水平有限，书中难免有疏漏和不妥之处，敬请广大师生在使用过程中提出宝贵意见，以便我们在修订时予以更正和完善。

目 录



集体球类项目

◆◆ 模块一 花炮 ◆◆

项目一	花炮历史与文化	2
任 务	传承花炮文化	2
项目二	花炮训练与竞赛	6
任务一	掌握花炮技术	6
任务二	运用花炮战术	13
项目三	花炮裁判与赛事组织	18
任务一	执裁花炮比赛	18
任务二	组织和编排花炮竞赛	26

◆◆ 模块二 毽球 ◆◆

项目一	毽球历史与文化	31
任 务	传承毽球文化	31
项目二	毽球训练与竞赛	34
任务一	掌握毽球技术	34
任务二	运用毽球战术	42
项目三	毽球裁判与赛事组织	45
任务一	执裁毽球比赛	45
任务二	组织和编排毽球竞赛	50

◆◆ 模块三 珍珠球 ◆◆

项目一	珍珠球历史与文化	53
任 务	传承珍珠球文化	53

项目二	珍珠球训练与竞赛	56
任务一	掌握珍珠球技术	56
任务二	运用珍珠球战术	62
项目三	珍珠球裁判与赛事组织	66
任务一	执裁珍珠球比赛	66
任务二	组织和编排珍珠球竞赛	74

击准类项目

◆◆ 模块一 绣球 ◆◆

项目一	绣球历史与文化	80
任务	传承绣球文化	80
项目二	绣球训练与竞赛	83
任务	掌握绣球技术	83
项目三	绣球裁判与赛事组织	86
任务一	执裁绣球比赛	86
任务二	组织和编排绣球竞赛	92

◆◆ 模块二 射弩 ◆◆

项目一	射弩历史与文化	95
任务	传承射弩文化	95
项目二	射弩训练与竞赛	98
任务一	掌握射弩技术	98
任务二	运用射弩战术	102
项目三	射弩裁判与赛事组织	106
任务一	执裁射弩比赛	106
任务二	组织和编排射弩竞赛	113

模块三 蹴球

项目一	蹴球历史与文化	117
任 务	传承蹴球文化	117
项目二	蹴球训练与竞赛	120
任务一	掌握蹴球技术	120
任务二	运用蹴球战术	125
项目三	蹴球裁判与赛事组织	128
任务一	执裁蹴球比赛	128
任务二	组织和编排蹴球竞赛	134

表演类项目

模块一 跳竹竿

项目一	跳竹竿历史与文化	138
任 务	传承跳竹竿文化	138
项目二	跳竹竿训练与竞赛	141
任务一	掌握跳竹竿技术	141
任务二	创编跳竹竿节目	147
项目三	跳竹竿裁判与赛事组织	150
任 务	执裁跳竹竿比赛	150

模块二 龙狮运动

项目一	龙狮运动历史与文化	154
任 务	传承龙狮运动文化	154
项目二	龙狮运动训练与竞赛	158
任务一	掌握舞龙技术	158
任务二	掌握舞狮技术	164
项目三	龙狮运动裁判与赛事组织	169

任务一	执裁龙狮运动比赛·····	169
任务二	组织和编排龙狮运动竞赛·····	175

竞速类项目

◆◆ 模块一 板鞋竞速 ◆◆

项目一	板鞋竞速历史与文化·····	180
任 务	传承板鞋竞速文化·····	180
项目二	板鞋竞速训练与竞赛·····	183
任务一	掌握板鞋竞速技术·····	183
任务二	运用板鞋竞速战术·····	186
项目三	板鞋竞速裁判与赛事组织·····	188
任务一	执裁板鞋竞速比赛·····	188
任务二	组织和编排板鞋竞速竞赛·····	193

◆◆ 模块二 龙舟 ◆◆

项目一	龙舟历史与文化·····	196
任 务	传承龙舟文化·····	196
项目二	龙舟训练与竞赛·····	199
任务一	掌握龙舟技术·····	199
任务二	运用龙舟战术·····	205
项目三	龙舟裁判与赛事组织·····	208
任务一	执裁龙舟比赛·····	208
任务二	组织和编排龙舟竞赛·····	213

参考文献·····	216
-----------	-----

集体球类项目



模

块

一

花炮



项目一 花炮历史与文化

任 务 传承花炮文化

学习目标	知识目标	了解花炮运动的起源和发展历程，以及开展花炮运动的价值和意义
	能力目标	能够用自己的语言或视频、海报等媒介宣传花炮运动的历史与文化
	素质目标	感受花炮运动的魅力，认识和热爱民族体育文化，弘扬中华体育精神和中华优秀传统文化



任务引入

党的二十大报告指出，中华优秀传统文化源远流长、博大精深，是中华文明的智慧结晶。少数民族传统体育运动是中华优秀传统文化的重要组成部分，展现了各民族共同创造、共同发展的历史与文化。花炮作为一项需要团队高度配合的少数民族传统体育运动，体现了中华民族团结一致、勇于拼搏的精神。为了更好地在新时代传承花炮的历史与文化，学校正在筹备一年一度的花炮文化宣传周，你能否通过现场介绍让大家感受这项古老体育运动深厚的民族文化底蕴呢？



任务分析

了解花炮运动的起源和发展历程并向他人介绍推广，这既能使我们感受花炮运动的魅力，为参与花炮运动做好准备，又能弘扬中华体育精神和中华优秀传统文化。花炮运动的发展主要分为两个阶段：一是作为抢花炮的少数民族传统体育活动阶段；二是作为全国少数民族传统体育运动会竞技项目的规范化、现代化阶段。把握好这两个阶段，能帮助我们更清晰、快速地了解花炮运动。



知识准备

一、花炮运动的起源

花炮，又名抢花炮，是流行于广西、贵州、云南、湖南等地的一项民族传统体育活动，主要在壮族、侗族、仫佬族等少数民族中开展。参与者以个人或团体竞技的形式，通过争抢花炮来获取优胜和奖励。花炮集竞技性、观赏性、对抗性于一身，也被称为“东方橄榄球”，承载着独特的民俗文化，深受少数民族群众的欢迎，至今在一些壮族聚居区、侗寨还有花炮队。

关于花炮的起源，流传最广的是三国时期诸葛亮在南征时，通过所创的抢花炮活动让人们相互交往、增进友谊，加强山寨之间的团结。有关花炮的文字记载，可追溯至明清时期。清光绪癸巳年（1893）编修的《贵县志》卷五“纪人·节令”描绘壮族抢花炮情景：“城厢初二日，众会社前放花炮，大小不等，大者高或丈余，小者亦尺许，周身糊以花纸，名曰花炮。有头二三等名目，结草环为标识，轰起时，接得者谓之得炮头。会主用鼓吹、仪仗送琉璃镜一座至其家，香花酒烛供奉堂中。次年及期，亦照样另备屏镜、大炮、金猪，鼓乐送至社前，谓之还炮。”民国时期的《三江志》卷二“社会·风俗”记述：“花炮会，多在上巳举行……每年头家备镜屏诸物为奖品，分头二三等，其等数无定，于集会地点演剧、舞狮及各种游艺助兴。届期男女咸集，其以山歌唱答者亦集于此。其竞赛时以冲天铁炮……内装小铁环，若实弹然。燃炮后，铁环直冲霄汉，观众闻炮声，即以铁环为目标，蜂拥争取，以夺得铁环者，按头二三炮以次领奖。其友好皆簇拥庆贺，欢声若雷，故常有雇请健者代为抢拾，极见热烈。”侗族有歌谣唱道：“侗乡三月风光好，天结良缘抢花炮；要得侗家姑娘爱，花炮场中称英豪。”

知识小帮手

花炮节

壮族和侗族按传统习俗，一般在农历三月三或秋收以后会举行花炮节，以村寨为单位进行抢花炮比赛。由于胜败关系到本村寨的荣辱，因此队员都是经过挑选的聪明、强悍的青壮年。节日当天，在鞭炮声中，参赛者结队而行。传统的抢花炮不限人数、队数，每炮必抢，三炮结束。抢得头炮，寓意万事如意；抢得二炮，寓意人财兴旺；抢得三炮，寓意五谷丰登。这体现出人们对美好生活的祝愿。比赛场地通常设在河岸或山坡上，无一定界限。花炮不论是落在水塘里还是树枝上，参赛者都会奋不顾身、勇往直前地去抢。一旦分清花炮得主，欢呼声、唢呐声、鞭炮声就会响成一片，胜利者成为人们心中的英雄。

二、现代花炮运动的确立和发展

为了促进民族交流，广西在保留民族特点的基础上，对抢花炮进行了改革，主要包括：规定比赛时间、场地、参赛队数和人数；增设炮台区；明确在规定时间内以抢到的花炮数分胜负。经国家民委和国家体委（今国家体育总局）批准，抢花炮在1986年第三届全国少数民族传统体育运动会上首次被列为竞赛项目。抢花炮时可采用挤、钻、护、传、拦及各种假动作，但不准有踢、打、咬等故意伤害人行为。随着花炮运动的发展，第五届、第六届全国少数民族传统体育运动会对竞赛规则做了一定程度的修改。其中，器材改动较大，原来存在安全隐患、用明火点燃火药的发炮器改为仿飞碟发射的送炮器，送炮器能发出响声，将花炮击出10 m以上高度并落在接炮区内；花炮改用不会伤及参赛队员的橡胶制成，呈直径为14 cm彩色圆形饼状。2003年，第七届全国少数民族传统体育运动会前夕，抢花炮正式更名为“花炮”。2007年，第八届全国少数民族传统体育运动会又在送炮器的外观及发射精确度上做了进一步改进，使花炮竞赛更具有竞争性和观赏性。经过多年发展，花炮竞赛规则已较为完善与稳定。花炮运动以独特的风格，激烈的对抗，很强的集体性，对身体素质、技术的全面要求等特点，成为适应现代竞技运动要求的民族传统体育运动。

三、花炮运动的价值和意义

花炮运动由各种跑、跳、抢截、传递、掩护、集体配合等技术和战术组成，对人的综合能力具有培育作用。它要求运动员在训练和比赛中跑得快、跳得高、力量强、抢截积极、突破能力强、掩护配合到位等，因此能促进速度、力量、耐力、灵敏度、柔韧性等身体素质的全面发展。花炮运动员要掌握高难度动作，在时间和空间上进行激烈的争夺，在错综复杂的情况下随机应变。

党的二十大报告指出，要坚守中华文化立场，提炼展示中华文明的精神标识和文化精髓。习近平总书记指出，中华优秀传统文化是中华民族的精神命脉，是涵养社会主义核心价值观的重要源泉，也是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的坚实根基。花炮运动作为广西少数民族的一项传统体育运动，是在广西各民族的交往、交流、交融中诞生和发展的，承载着丰富的民族文化和优秀的民族精神。花炮运动的对抗性非常强，需要参赛队员高度协调配合，要求参赛队员具备顽强、勇敢、协作的精神，这与中华体育精神、社会主义核心价值观高度契合。因此，传承和发展花炮运动，既能传承中华优秀传统文化，为坚定文化自信注入力量，又能弘扬中华体育精神，为全面建设社会主义现代化国家提供精神力量。

如今，作为民俗活动的抢花炮以及在其基础上发展起来的现代花炮运动，随着全

国少数民族传统体育运动的发展日益受到群众的青睐，成为民族地区以体育文化旅游助力乡村振兴，不断满足人民日益增长的美好生活需要的载体之一。尤其在各级学校体育活动中，花炮运动成为宣传、推广民族传统体育文化的重要内容。2021年，南宁市邕宁区申报的“抢花炮（壮族抢花炮）”被列入第五批国家级非物质文化遗产代表性项目名录。新时代，开展好花炮运动，挖掘其中的民族文化价值，将为民族地区经济繁荣和社会进步贡献力量。



任务实施

制作视频。请你选择花炮历史与文化的一个方面来展示花炮对民族文化遗产和民族团结的贡献，搜集相关材料，制作一个3~5分钟的宣传视频，并向老师推荐在花炮文化宣传周上播放吧！请按以下步骤实施，并填写相应内容。

1. 视频主题和中心思想：_____
2. 素材内容：_____
3. 脚本结构和分工：_____
4. 使用的主要剪辑技术：_____



任务评价

班级：_____ 姓名：_____ 学号：_____ 小组：_____

评价指标	自我评价 (1~5分, 1分最低, 5分最高, 请根据情况给自己打分)				
	1	2	3	4	5
知识掌握情况					
技能掌握情况					
素质目标达成情况					
存在的问题 及解决办法					

项目二 花炮训练与竞赛

任务一 掌握花炮技术

学习目标	知识目标	了解花炮基本技术的内容和要求
	能力目标	初步掌握花炮技术
	素质目标	在训练中培养吃苦耐劳、不怕困难的品质，加强沟通协作能力，培育集体精神



花炮技术
教学视频



任务引入

学校花炮队准备选拔新队员，并将于下周举行一场对花炮技术的基础测试，以了解报名者的基本技术能力，测评其发展潜力。你对花炮运动很感兴趣，希望能够加入学校花炮队，但是之前只观看过花炮比赛，并未实际学习过花炮技术。那么，要想通过测试，你需要掌握花炮运动的哪些基本技术及动作方法呢？



任务分析

掌握花炮基本技术是了解和参与花炮运动的基础，也会为日后的训练、教学、社会体育指导等相关工作奠定基础。花炮的基本技术可以分为三类：进攻技术、通用技术、防守技术。这些技术的学习都要求认真细心，勤加练习。



知识准备

一、进攻技术

花炮的进攻技术包括持炮、交接炮和传接炮。其中，持炮可分为单手持炮和双手握炮；传接炮可分为传炮和接炮，传炮和接炮又包括不同的技术动作。（图 1-1-2-1）

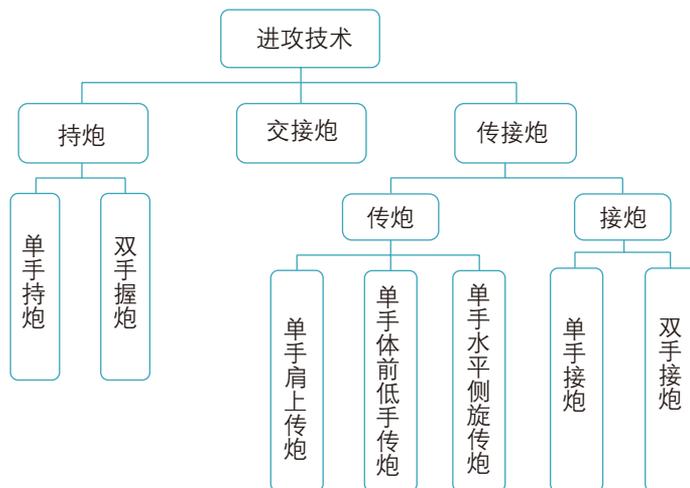


图 1-1-2-1 花炮进攻技术

（一）持炮

持炮是指握炮的方法与技巧。

1. 单手持炮

（1）动作方法一。以右手持炮为例，以垂臂时花炮离身体较远的一面为花炮外侧，以另一面为花炮内侧。五指自然张开，将花炮贴于掌心，拇指紧贴花炮外侧，其余四指第二关节弯曲内扣炮的下沿。重点：握炮时手形要正确。难点：花炮要尽量贴于掌心，手指用力。（图 1-1-2-2）



图 1-1-2-2 单手持炮一

（2）动作方法二。以右手持炮为例。五指自然张开，拇指扣住花炮边缘，其余四指向内紧握花炮。重点：握炮时手形要正确，虎口要打开。难点：向内紧握花炮。

2. 双手握炮

动作方法：两手五指自然张开，从两侧向中间扣握花炮。重点和难点：双手要从两侧向中间扣炮。

（二）交接炮

交接炮是指在比赛过程中持炮队员直接将花炮递交给无炮队员的动作方法，一般为单手体前交接炮。

动作方法：持炮队员单手持炮，将炮递伸至接炮队员的体前胸部高度位置，然后接炮队员用单手将炮接过，原持炮队员同时松手。（图 1-1-2-3）



图 1-1-2-3 交接炮

（三）传炮

1. 传炮

传炮是花炮运动中经常使用的技术动作。队员们通过传炮，快速转移炮，发动快攻，分散对手的防守力量，创造更多的得分机会。以右手传炮为例。

（1）单手肩上传炮。动作方法：两腿前后开立，左腿在后，右手持炮于肩上，掌心向前，拇指扣住花炮，其余四指紧贴花炮。传炮时，右腿稍用力蹬地，然后带髋引肩，随之挥臂、压腕、扣指，将炮传出。重点：发力顺序为由下至上，最后手腕、手指用力，炮的飞行弧度较小。难点：传炮时，发力要顺畅；传出的炮飞行弧度不能太大；炮的落点在接炮队员体前胸部高度位置为宜。（图 1-1-2-4）



图 1-1-2-4 单手肩上传炮

（2）单手体前低手传炮。动作方法：右手将炮平持于体前，先向后预摆，然后向

接炮队员方向挥臂、拨腕、挑指，将炮传出。重点：挥臂、拨腕、挑指的动作要协调，炮的飞行弧度较大。难点：传炮时，发力要顺畅；传出的炮飞行弧度较大，飞行平稳；炮的落点控制在接炮队员体前胸部高度位置。

(3) 单手水平侧旋传炮。动作方法：右手持炮于体前，传炮前先屈肘内收，然后快速向外挥动前臂，顺势挑腕外旋，将炮传出。重点和难点：挥臂、挑腕外旋的动作连贯；传出的炮在空中呈水平旋转飞行状态，飞行速度快。(图 1-1-2-5)



图 1-1-2-5 单手水平侧旋传炮

2. 接炮

(1) 单手接炮。动作方法：以右手接炮为例。判断炮的飞行情况，然后快速移动，面对来炮，向前上方伸出右手，以虎口迎炮。当炮触及虎口时，迅速向内扣手指，握住炮，并顺势屈臂缓冲。重点：准确用虎口迎炮。难点：把握接炮时机，做好接炮后的缓冲动作。(图 1-1-2-6)

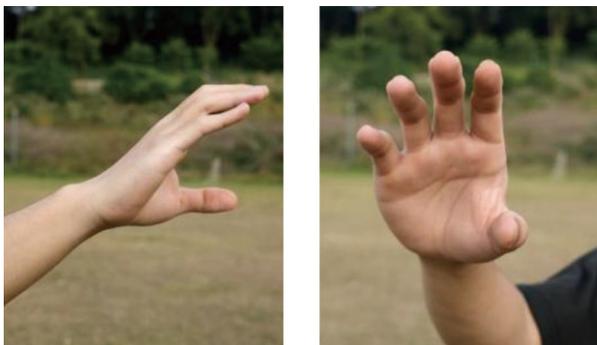


图 1-1-2-6 单手接炮手形

(2) 双手接炮。动作方法：判断炮的落点，快速移动至炮的正面，两手五指自然张开，掌根处紧贴，呈蚌壳状迎炮。当炮触及手掌时，两手迅速向内握住炮，并顺势屈臂缓冲，收入腹前。重点：两手呈蚌壳状迎炮。难点：把握接炮时机，做好接炮后的缓冲动作。

二、通用技术

花炮的通用技术主要是指跑的技术。跑是运动员在场上改变位置、发挥速度优势的重要方法。在花炮比赛中，跑是运用最多的一项基本技术，具有快速、多变等特点。花炮比赛中常用的跑的技术有起动、变速跑、变向跑、侧身跑和侧滑步。（图 1-1-2-7）

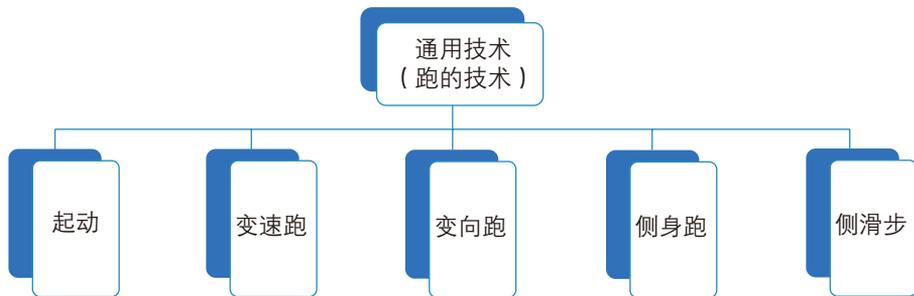


图 1-1-2-7 花炮通用技术

（一）起动

起动是队员在场上由静止状态到运动状态的突变过程。通过快速起动，进攻队员可以摆脱防守，以接应本方队员，或攻进炮台区得分；防守队员可以及时分散堵截，防止对方快速攻进炮台区得分或抢断炮。动作方法：起动时，上身迅速前倾或侧转，同时位于后面的脚或起动方向一侧的脚的前掌快速、有力蹬地，手臂配合积极摆动，两脚交替蹬地，前两三步要短促、迅速，在最短的距离内充分发挥最快的速度。

（二）变速跑

变速跑是队员在花炮比赛中通过速度变化来完成攻守任务的一种跑动方法。动作方法：加速时，上身迅速前倾，后蹬腿，充分利用脚前掌快速、有力蹬地，前两三步要短促、迅速，手臂协调摆动；减速时，上身稍直起，步幅加大，利用脚前掌抵住地面，减缓向前的冲力，从而达到减速的目的。

（三）变向跑

变向跑是队员在花炮比赛中突然改变跑动方向，从而摆脱防守，或堵截对方进攻队员的一种跑动方法。动作方法：以从左向右变向跑为例。变向跑时，起动前的最后一步以左脚着地，脚尖稍内扣，随后脚前掌内侧用力蹬地，左腿屈膝，腰部随之右转，上身向右前倾，移重心，右脚向右前方迅速跨出，左脚随之跨稍大一步，沿新的方向继续加速跑动。

（四）侧身跑

侧身跑是队员在向前跑动中，为了观察场上的情况，侧转头部和上身进行跑动的一种方法。动作方法：在向前跑动的同时，进攻方无炮队员的头部和上身自然转向持

炮队员，随时准备接持炮队员传过来的炮。防守队员自然转向附近的进攻队员，对持炮队员进行堵截，或干扰无炮队员接炮。跑动时，脚尖朝着跑动方向。这样既能保持速度，又能及时观察场上的情况。

（五）侧滑步

侧滑步是防守队员在近身堵截或伺机搂抱持炮队员时采用的一种防守步法。动作方法：两腿左右开立，略宽于肩，保持屈膝、降低重心的身体姿势。上身微微前倾，两臂张开，眼睛注视对手。向左滑动时，左脚向左迈出，右脚蹬地积极滑动，跟随左脚移动，如此连续移动。向右滑动时，方法相同，方向相反。

三、防守技术

花炮的防守技术主要是抱摔。抱摔是花炮比赛中堵截进攻方持炮队员的主要技术之一。通过抱摔，防守队员可以阻止持炮队员的进攻，为同伴抢断炮创造机会。抱摔的分解动作如下。

（一）搂抱

动作方法：防守队员可从任何方位搂抱持炮者。搂抱时，一手握拳，另一手扣住握拳手的腕部。搂抱部位限于肩以下、膝以上。重点：搂抱时，注意两手的手形及搂抱位置。难点：搂抱时机的把握。（图 1-1-2-8）



图 1-1-2-8 搂抱

（二）摔法

动作方法：根据规则，防守队员只能采用自己先倒地的摔法。因此，在使用摔法时，防守队员在抱住持炮者后，先后移重心，然后用膝盖顶住持炮者的膝关节后部，顺势后倒，使持炮者摔倒。重点：自己先倒地。难点：把握用膝盖顶住持炮者的时机以及与重心后移的配合。（图 1-1-2-9）



图 1-1-2-9 摔法

任务实施

1. 小组训练。2~3人一组，练习持炮、交接炮和传接炮技术。同伴之间互相帮助，指出技术动作的不足并加以纠正。请把自己的训练情况记录在下面。

优点：_____

不足：_____

改进办法：_____

2. 趣味比赛。根据实际情况，采取对抗赛形式进行花炮趣味赛，巩固已掌握的技术。

任务评价

班级：_____ 姓名：_____ 学号：_____ 小组：_____

评价指标	自我评价 (1~5分, 1分最低, 5分最高, 请根据情况给自己打分)				
	1	2	3	4	5
知识掌握情况					
技能掌握情况					
素质目标达成情况					
存在的问题 及解决办法					

任务二 运用花炮战术

学习目标	知识目标	了解花炮基本战术的内容和要求
	能力目标	掌握花炮战术的布置方法,具备一定的组织能力,能够根据场上不同的比赛情况选择相应战术方法
	素质目标	强化团队意识,培养拼搏进取的品质,在比赛中做到永不言败,提高应变能力



任务引入

学校花炮队计划于近期开展一场训练赛。除了高水平的技术能力,良好的战术素养也是比赛获胜的法宝。作为一名新队员,你需要积极学习花炮战术以争取参赛。那么,花炮运动有哪些战术?这些战术在实战中如何运用呢?



任务分析

花炮战术是指在花炮比赛中围绕取胜这一目标,队员根据花炮运动的特点和规则要求,有目的、有组织地加强相互之间攻防配合的特定组织形式和方法。比赛中合理组织运用战术,最大限度地发挥每个队员的作用,扬长避短、克制对手是取胜的关键。



知识准备

一、进攻战术

花炮进攻战术如图 1-1-2-10 所示。

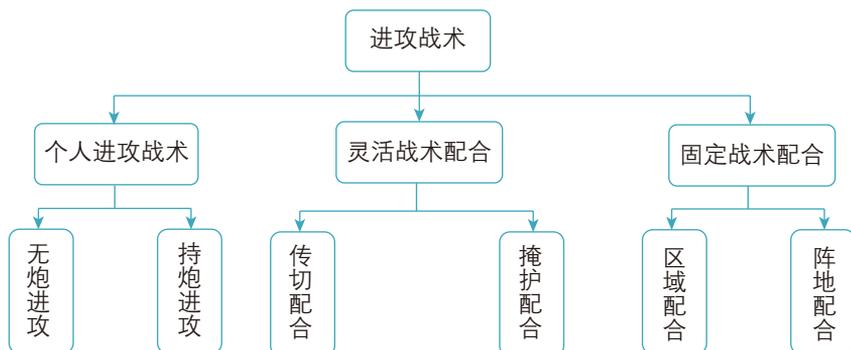


图 1-1-2-10 花炮进攻战术

（一）个人进攻战术

1. 无炮进攻

在持炮队员附近的无炮进攻队员，要主动跑去接应持炮队员，设法转移花炮，扩大进攻面。远离持炮队员的无炮进攻队员，要通过快速起动摆脱防守，跑向持炮队员与炮台区之间的区域，随时准备接持炮队员的传炮，然后攻进炮台区。

2. 持炮进攻

根据竞赛规则，任何一方在抢到花炮后，必须经过明显的交接炮或传接炮，进炮方为有效。因此，抢到花炮的队员的首要任务就是尽快进行交接炮或传接炮，然后攻进炮台区并将花炮放进花篮得分。接到同伴交来或传来的花炮的进攻队员，必须根据对方的防守情况果断做出判断，在对方防守较薄弱处，尽可能通过快速跑动或变向跑将花炮送进炮台区。若对方防守严密导致无法直接攻进炮台区，则在场上通过交接、传接、掩护等方法创造进攻机会。

重点：持炮队员必须清楚花炮是否交接或传接，避免因违例而进炮无效。难点：持炮队员在攻进炮台区时，应根据对方防守情况做出判断，不要盲目攻进炮台区，以免失去良机。无炮队员应主动接应持炮队员，跑位要合理，便于进攻。

（二）灵活战术配合

1. 传切配合

（1）一传一切配合：持炮队员传炮后，摆脱对手，向炮台区方向跑动，接回传炮，攻进炮台区或伺机进攻。

（2）空切配合：无炮队员突然起动摆脱对手，向持炮队员靠近或向持炮队员与炮台区之间的区域跑动，传接炮、攻进炮台区，也可转移炮并伺机进攻。

重点：切入队员要善于把握时机，抓住防守队员未能调整位置或注意力分散的瞬间，突然快速起动或利用假动作摆脱对手。难点：持炮队员视野应开阔，在能直接攻进炮台区时，把握机会主动进攻；在没有机会攻进炮台区时，一旦同伴摆脱防守有攻进炮台区的机会，采用适当的传炮方式，及时、准确地传炮。

2. 掩护配合

掩护配合是进攻队员采取合理行动，用身体挡住同伴的防守者的移动路线，使同伴得以摆脱防守，创造接炮或进攻机会的一种配合方法。

（1）后掩护：掩护者跑到同伴的防守者身后的一种掩护。

（2）侧掩护：掩护者站在同伴的防守者身体侧面或侧后方的一种掩护。

(3)持炮掩护：在持炮队员无法摆脱防守的情况下，掩护者吸引其防守者的注意力，使同伴借此摆脱防守者，创造进攻机会的一种掩护。

重点：掩护取位要根据同伴准备跑动的方向及防守者的位置进行合理选择，尽量用身体挡，避免拉人或撞人犯规。难点：假掩护者要用假动作吸引防守者，待掩护者到位后及时起动摆脱。假掩护者一般是奔跑速度快、接炮稳定且准确的队员。持炮掩护队员的首要任务是保护炮，掩护时间要短，掌握好传炮时机。

(三)固定战术配合

1. 区域配合

区域配合是指在场上一定范围内，进攻队员错位跑动传接炮，通过阵地转移，牵制对方的防守队员，为其他队员摆脱防守、接炮、攻进炮台区并将花炮放进花篮得分创造机会。

2. 阵地配合

阵地配合是指在防守一方主动退守炮台区时，进攻一方有组织地先集中再分成几个进攻小组，每个小组的进攻队员均将手背于身后，让对方弄不清谁是持炮者，然后有目的地制造进攻的假象，趁对方防守出现漏洞时攻进炮台区并将花炮放进花篮得分。

重点：每个进攻队员都应积极跑动，通过摆脱防守、交叉掩护等方法创造接炮机会，持炮队员注意保护炮，有机会就传炮，多转移，寻找攻进炮台区的时机。难点：每个进攻队员都装作持炮跑的样子，各进攻小组相对集中，从不同的方向依次或真或假地进攻。

二、防守战术

(一)人盯人防守

在花炮比赛中，因为队员跑动多，方向、位置变化大，所以人盯人防守要求遵守就近原则。在特殊情况下，比如要防守对方主力队员，有时采用一盯到底的方法。

重点：比赛开始前的站位安排表明每名队员的防守是相对固定的，但是在花炮升空后，每名队员都奋力冲抢，位置会发生很大的变化。在这种情况下，无炮队员便进入防守状态。由于难以寻找原先防守的对手，因此各防守队员必须灵活应变，就近防守一名进攻队员。难点：根据场上的攻防变化，处于防守一方的每名队员要及时、快速地就近防住一名进攻队员。防守持炮队员的防守者要设法抢断炮，防守无炮队员的防守者要阻止其接炮。

（二）战术配合防守

1. 交换配合

配合方法：当防守队员被对方掩护队员挡住移动路线时，为了破坏进攻队员的掩护配合，防守队员之间应及时交换各自的防守对象。

配合要点：对方掩护队员的原防守者应及时提醒同伴，相互换防，并及时堵截对方摆脱队员的路线。被对方掩护队员挡住移动路线的防守队员要迅速撤步，调整位置，防止其转身摆脱防守、接应其他队员。

2. 补防配合

配合方法：当防守持炮队员的同伴漏防或被对手突破防守时，邻近的防守队员主动放弃自己防守的对象，转去防守威胁最大的持炮队员；漏防或被突破防守的防守队员及时换防。

配合要点：防守队员要善于全面观察场上情况，补防时要迅速、果断。相互配合的防守队员要根据场上情况和持炮队员的意图，及时抢占有利位置，积极防守。

3. 围抢配合

配合方法：当防守持炮队员的防守队员将其抱住或使其摔倒时，邻近的防守队员立即放弃原防守对象，快速跑近持炮队员，通过符合规则的手法进行抢炮。

配合要点：根据竞赛规则，为了保护运动员、避免运动员受伤，在形成围抢时，裁判员会很快鸣哨判罚任意炮。因此，防守队员在围抢时，动作要迅速，同时手法要合理，避免犯规。

（三）阵地配合防守

配合方法：当对方组织集体阵地进攻时，防守队员应及时退守炮台区，形成梯形站位。当对方尝试攻进炮台区时，防守队员及时就近进行一对一抱摔，一旦发现持炮队员，就立即进行围抢，阻止对方进攻。

配合要点：站位要重叠形成梯形防守。对握拳的进攻队员及时进行抱摔，发现持炮队员后要立即发出信号，快速进行围抢。



任务实施

1. 分组训练。4~5人一组，进行花炮进攻和防守的战术训练。
2. 代理教练员。全班分组进行训练赛，你作为其中一组的代理教练员进行战术指导，在比赛中运用2~3种战术，以提高花炮战术的组织和运用能力。请将战术运用情况记入下表。

战术名称	运用的时机	效果	成功或失败的原因



任务评价

班级：_____ 姓名：_____ 学号：_____ 小组：_____

评价指标	自我评价 (1~5分, 1分最低, 5分最高, 请根据情况给自己打分)				
	1	2	3	4	5
知识掌握情况					
技能掌握情况					
素质目标达成情况					
存在的问题 及解决办法					

项目三 花炮裁判与赛事组织

任务一 执裁花炮比赛

学习目标	知识目标	认识和掌握花炮竞赛规则与裁判法
	能力目标	懂得花炮竞赛裁判法，具备一定的临场执裁能力
	素质目标	具备一定的裁判员素养，通过规则学习和竞赛执裁培养公平公正的意识



花炮竞赛规则
与裁判法

任务引入

一年一度的全校性花炮比赛即将开始，你在花炮技术与战术学习中表现出色，被推荐担任本次花炮比赛的助理裁判员。为了保证比赛顺利开展，你还需要学习哪些知识与技能才能胜任这项工作呢？

任务分析

一名花炮裁判员既要系统地掌握花炮竞赛规则，又要熟记裁判员的执裁手势和 workflows 等。优秀的裁判员应透彻地理解规则，具有遵守规则、公平竞争的意识，保证比赛在公平公正的原则下进行，让比赛因自己的执裁而更加精彩。

知识准备

一、花炮主要竞赛规则

(一) 场地与器材

1. 场地

(1) 比赛场地。比赛场地为表面平坦的长方形草坪或土地，长 60 m，宽 50 m。长线叫边线，短线叫端线。场地边线外 2 m、端线外 4 m 以内不得有任何障碍物。(图 1-1-3-1)

(2) 接炮区：以场地的中心为圆心，画一个半径为 5 m (从外沿量起) 的圆为接炮区。

(3) 炮台区和炮台区线：在距离端线中点两侧 4 m 处各画一条长 4 m 与端线垂直的

线为炮台区边线；再画一条线将其两个顶点相连，与端线平行的线为炮台区端线。由炮台区边线和炮台区端线形成的区域即炮台区。炮台区两根立柱之间与比赛场地端线重叠的线为炮台区线。炮台区两侧架设高2 m以上的网墙，每侧网墙的两根立柱分别垂直立于炮台区边线与炮台区端线的交点，以及炮台区边线与炮台区线的交点上。

(4) 罚炮区和罚炮区线。以端线中点为圆心，以11 m（从外沿量起）为半径，画一条弧线与端线相交。弧形区域为罚炮区，弧线为罚炮区线。

(5) 罚点炮线。炮台区线即罚点炮线，距离花篮架3 m。

(6) 端线发炮点。罚炮区线与端线交点为端线发炮点。

(7) 运动队限制区。在边线中点无障碍区外的记录台两侧各10 m处，向两侧各画一个3 m×10 m的活动区为运动队限制区。

(8) 界线。场地的所有界线均为白色，线宽12 cm，线的宽度不包括在场地之内（接炮区、罚炮区除外）。

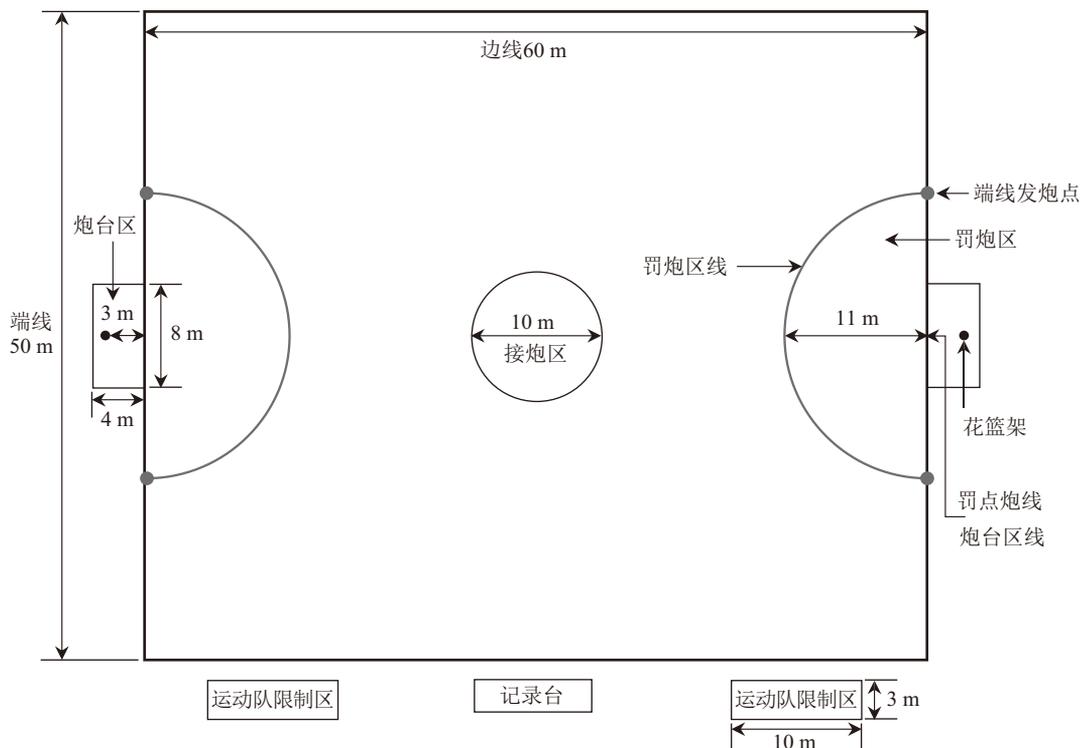


图 1-1-3-1 花炮比赛场地示意图

2. 器材

(1) 花炮。直径为14 cm的彩色圆形饼状物，外圆呈轮胎形，厚2.5~3 cm，用不会伤及运动员的橡胶制成，重220~240 g。(图1-1-3-2)

(2) 送炮器。能将花炮击向前上方 10 m 以上高度并落在接炮区内, 同时发出响声的发射机器。

(3) 花篮架。高 80 cm, 置于炮台区内距端线中点 3 m 处。(图 1-1-3-3)

(4) 花篮。高 30 cm, 篮口内沿直径为 40 cm 的圆柱体, 用竹或塑料制成。花篮固定在花篮架顶端。(图 1-1-3-3)



图 1-1-3-2 花炮



图 1-1-3-3 花篮架和花篮

(二) 运动队

1. 队的组成

每队可由 1 名领队、1 名教练员和不超过 16 名队员组成。每队每场比赛上场人数为 8 人。

2. 场上队员和替补队员

最先上场参加比赛的为场上队员, 其余为替补队员。每队每场比赛换人次数不限。替补队员在上场前, 必须得到裁判员允许, 方可进入比赛场地。

3. 队长

队长即场上队长, 在场上是本队的代表, 必须佩戴明显标志。队长下场时, 应指定场上另一名队员担任场上队长。

4. 教练员

在比赛开始前 15 min, 教练员应将队员登记表送交记录员。比赛开始后, 暂停请求应由教练员提出。当要替换队员时, 应由教练员提出替换请求, 并报告记录员。在比赛中(包括暂停), 只允许教练员在运动队限制区内对场上队员进行指导, 不允许有干扰比赛的行为。

5. 队员装备

(1) 队员装备包括颜色及款式统一的长袖运动衣、运动短裤、运动袜和布面胶鞋(鞋底可带有橡胶钉)。

(2) 队员上衣前后必须有明显的号码, 序号为1~16号, 同队队员不得使用重复的号码。胸前号码的字体高度至少为10 cm, 背后号码的字体高度至少为25 cm, 号码字体的笔画宽度至少为2 cm。号码必须显示在胸前和背后的中间位置。当队员将上衣塞入短裤内时, 必须能显示完整的号码。

(3) 运动员在比赛前必须接受裁判员的检查, 不得穿戴危及其他运动员安全的任何物件, 不许留长指甲。

(三) 比赛通则

1. 比赛开始

比赛开始前, 应以抛币的方式选定场地。选定场地后, 裁判员带领比赛队员入场, 站于接炮区外等候比赛开始。裁判员鸣哨, 比赛即开始, 场上队员即可进入接炮区进行争抢。比赛开始时, 花炮可由司炮员操纵送炮器发射, 或由裁判员抛掷。

2. 比赛方法

控制花炮的一方可用传递、掩护、假动作、持炮奔跑等方法摆脱防守, 持炮攻进对方炮台区并将花炮放进花篮得分。防守的一方可用拦截、追赶、搂抱(合理部位)、抢截等方法争抢花炮, 或阻止持炮队员前进。

3. 得分

(1) 持炮队员将花炮投进对方花篮, 或进入对方炮台区, 把花炮放进花篮, 即为得分。每投(放)进一次花炮, 得一分。

(2) 持炮队员误将花炮投(放)进本方花篮, 算对方得分。

(3) 持炮队员进入对方炮台区后, 因受伤而无法将花炮放进花篮, 应判该队员进炮得分。

4. 比赛结束

当记录台发出比赛结束的信号时, 某半场、决胜期或一场比赛即为结束。

(1) 某队获得罚点炮的权利, 应让该队罚完点炮。

(2) 进攻队员手持花炮攻入对方炮台区, 应允许该队员将花炮放进花篮得分, 比赛方为结束。

(3) 花炮已在空中飞行, 此时花炮落入花篮, 进炮有效。

5. 比赛胜负

(1) 在比赛结束时, 得分多的一队为胜。

(2) 在比赛过程中, 一队因场上队员不足5人, 判该队为负。

(3) 当决胜期结束, 双方比分相等时, 以罚点炮的方式决定胜负。

（四）时间通则

1. 比赛时间

（1）全场比赛时长为40 min，分上、下两个半场，每半场时长为20 min。

（2）若比赛结束时，双方比分相等，则进行决胜期。决胜期以抛币的方式选择场地。决胜期时长为6 min，分上、下两个半场，每半场时长为3 min。两个半场之间，双方交换场地，但不休息。

（3）全场比赛的两个半场之间休息10 min，下半场与决胜期之间休息5 min。

（4）暂停（包括裁判员要求的暂停）、进炮至重新发炮，不包括在比赛时间内。

2. 暂停

比赛双方每半场可请求暂停一次，每次时长不超过1 min。决胜期内无暂停。暂停应由教练员在死炮时向记录台提出请求。

（五）违例、犯规及罚则

1. 违例及罚则

出现下列违反规则的情况应判违例。

（1）发界外炮及任意炮时：①队员未退出3 m以外；②裁判员鸣哨后，发炮队员未在3 s内将花炮发出；③发炮队员在花炮发出后，未触及其他队员而再次触炮。

（2）当2人或2人以上进行争抢时，持炮队员在倒地前未能将花炮出手（除足以外的身体任何部位着地即视为倒地）。

（3）倒在地上的队员争抢花炮。

（4）持炮队员被对方2人或2人以上合理搂抱时，在3 s内未将花炮传出。

（5）罚点炮时：①主罚队员的脚踏及罚点炮线；②主罚队员在3 s内没有将花炮投向花篮；③主罚队员双腿未平行站立，或任一脚完全离开地面。

（6）持炮队员隐藏花炮：将花炮藏在上衣、裤子内，或夹在腋下；双手将花炮捂在胸前等有藏炮动机的行为。

（7）在比赛过程中，场上队员未经裁判员允许离开场地。

（8）非持炮队员进入炮台区。

（9）在比赛过程中，用脚踢、踩花炮。

（10）控制花炮的队未在1 min 30 s内得分。

（11）持炮队员故意倒地，将花炮压在身下。

（12）持炮队员进入炮台区后，未在3 s内将花炮放入花篮。

（13）借助外力增加进攻或防守的高度。

罚则略。

2. 犯规及罚则

出现下列违反规则的情况应判犯规。

(1) 非法搂抱：搂抱肩以上、膝以下部位；搂抱对方队员的单腿；搂抱未持炮队员；抱摔对方持炮队员；搂抱腾空接花炮的对方队员。

(2) 故意蹬踏或扑压倒在地上的对方队员身体。

(3) 对对方队员采用扭手臂、踢、踩、绊、打、摔、咬、扼等不道德行为。

(4) 拉拽对方除手臂以外的任何部位。

(5) 故意推人、鱼跃搂抱和以肘或膝撞击对方。

(6) 当一方队员拾捡花炮时，对方队员故意用脚踩、踢花炮。

(7) 一方队员发炮时，另一方队员屡次进入3 m 以内距离干扰发炮。

罚则略。

(六) 裁判人员及其职责

1. 裁判人员

(1) 比赛设裁判长1人，副裁判长1~3人，裁判员、助理人员若干人。

(2) 每场比赛设主裁判员1人，副裁判员2人，另设值场裁判员1人。助理人员由记录员、计时员、司炮员等组成。

2. 裁判人员职责

(1) 裁判长。在比赛前，对场地、器材、比赛日程及裁判员的分工等进行检查和了解；组织领导裁判工作；掌握比赛进程，根据规则精神解决比赛中的有关问题；负责处理比赛中出现的各种疑难问题。

(2) 副裁判长。协助裁判长领导裁判工作，当裁判长因故缺席时，应代理其职务；负责审核场地、器材和设备。

(3) 裁判员。在比赛前，检查场地、器材、运动员的装备及指甲；在比赛中，应认真执行规则，使比赛按规则进行；有对场上队员及运动队限制区人员行使管理的权力。当判定不一致时，可由主裁判员根据具体情况做出最后决定；对犯有故意伤人和行为十分恶劣的队员，应出示红牌取消该队员继续参加该场比赛的资格；如遇风雨、外界其他干扰等妨碍比赛进行的情况，有权暂停、推迟比赛，并将有关情况报告主办机构；当运动员严重受伤时，应停止比赛，将受伤运动员迅速移至场外让其接受治疗，并立即恢复比赛。裁判员服装应与场上队员服装有明显区别。

二、花炮竞赛裁判法

裁判法作为一种实际工作方法，能够帮助裁判员在比赛中占据最佳的观察位置，以便随着比赛的进行和变化，正确、及时地判断和处理违反规则的各种情况，从而更好地完成执裁任务，保证比赛顺利进行。花炮竞赛裁判法主要包括：花炮裁判员应具备的基本素质，工作程序及要求，临场裁判员的区域分工与职责，裁判员鸣哨与手势。这里主要介绍裁判员手势。

一般情况下，花炮裁判员的主要手势是表示方向的手势。一只手臂平举，五指并拢，手掌张开，手指所指的方向即发定位炮的方向。对于各种违例和犯规的判罚，裁判员要以手势表示，并用语言加以说明，同时要表示发定位炮的方向和位置。主要手势有以下9种。

比赛开始和要求发射花炮：单臂上举，五指并拢。

得分：单臂上举，手掌张开，五指并拢，然后手臂伸直，食指指向花篮。

暂停：一只手在体前，手心向下；另一只手的食指点向前一只手的掌心。

换人：双臂在体前交叉，五指并拢、伸直，掌心向内。

违例：单臂上举，五指并拢，掌心向前。然后单臂平举，示意进攻方向。

犯规：单臂握拳上举，距离犯规队员2 m处掏出黄牌并直臂上举。收牌后，单臂前举，指向进攻方向。

点炮：单臂握拳上举，距离犯规队员2 m处掏出黄牌并直臂上举。收牌后，跑向炮台区，单臂伸直，指向罚点炮线。

罚点炮：单臂伸直，手掌张开，五指并拢，指向花篮。

比赛结束：两臂前伸，掌心相对，指向接炮区。



任务实施

1. 视频分析。观看第十一届全国少数民族传统体育运动会的炮竞赛视频，观察裁判员的执裁，进一步理解炮竞赛规则的作用。说一说，有哪些判罚是你不理解或者有不同意见的。

2. 执裁体验。在炮训练赛中，小组成员轮流担任裁判员，尝试运用裁判员手势，并填写以下比赛记录表。

比赛时间：____年____月____日____时____分

比赛地点：_____

甲队 号码	姓名	得分	黄牌			红牌	替换	乙队 号码	姓名	得分	黄牌			红牌	替换
			1	2	3						1	2	3		
暂停	上半场：_____			下半场：_____			暂停	上半场：_____			下半场：_____				
上半场比分	甲队：_____	乙队：_____	主裁判员签字：_____				总计时员：_____				比赛结束时间				
下半场比分	甲队：_____	乙队：_____	副裁判员签字：_____				1 min 30 s 计时员：_____				时 分				
决胜期比分	甲队：_____	乙队：_____	副裁判员签字：_____				2 min 计时员：_____				备注				
总比分	甲队：_____	乙队：_____	值场裁判员：_____				记录员：_____								
胜队	_____						司炮员：_____								

任务评价

班级：_____ 姓名：_____ 学号：_____ 小组：_____

评价指标	自我评价 (1~5分, 1分最低, 5分最高, 请根据情况给自己打分)				
	1	2	3	4	5
知识掌握情况					
技能掌握情况					
素质目标达成情况					
存在的问题 及解决办法					

任务二 组织和编排花炮竞赛

学习目标	知识目标	了解花炮竞赛组织的工作要求，以及循环赛制和淘汰赛制的编排原理
	能力目标	能够制订基层或一般规模花炮竞赛的规程，组织和编排小型花炮赛事
	素质目标	培养认真负责、不怕困难的精神，注重团队协作，增强团队精神



任务引入

本次花炮比赛预计有10多支队伍参赛。负责赛事组织的人手不足，赛事组织委员会请你协助赛事的规程制订和编排工作。那么，你知道组织和编排花炮竞赛应从哪些方面入手吗？



任务分析

科学、有序地开展竞赛组织与编排工作，是比赛顺利进行的关键性保障。这不仅要求我们具备良好的个人能力，而且需要集体协作、合理分工、高效沟通。竞赛规程作为举行比赛的指导性文件，是所有参赛的单位和个人共同遵守的章程。竞赛编排是竞赛组织不可或缺的重要环节，合理的竞赛编排能保障比赛的公平和有序，让运动员、教练员、观众等有良好的赛事体验。



知识准备

一、竞赛组织工作

花炮竞赛组织工作可参考一般体育运动项目的竞赛组织工作。竞赛组织工作是一项重要而细致的工作，是否做好竞赛组织工作是决定竞赛能否顺利进行的关键。竞赛组织工作一般分三个阶段进行。

（一）赛前筹备工作

在准备工作中，大型的竞赛要成立组织委员会或竞赛委员会。学校等基层单位一般规模的比赛可根据实际需要成立筹备小组，讨论决定竞赛的组织方案、竞赛规程、组织机构以及竞赛工作计划等。

1. 确定组织方案

根据竞赛的目的、任务和计划，确定竞赛的组织方案。组织方案是大会一切工作

开展的依据，一般包括以下内容。

(1) 竞赛的名称、目的和任务。

(2) 竞赛的组织机构：包括组织形式、工作人员名额、组织委员会下设的主要部门和负责人名单等。

(3) 竞赛经费预算：要根据实际需要决定预算，一般包括场地、器材、设备、奖品、交通、饮食、住宿、医药等的费用。

(4) 工作计划：主要说明竞赛筹备工作分几个阶段进行，以及各个阶段的任务和进行工作的步骤。

2. 成立组织机构

组织机构的设置要与竞赛的性质和规模相适应，可分为大型竞赛的组织机构（图 1-1-3-4）和基层或一般规模竞赛的组织机构（图 1-1-3-5）。

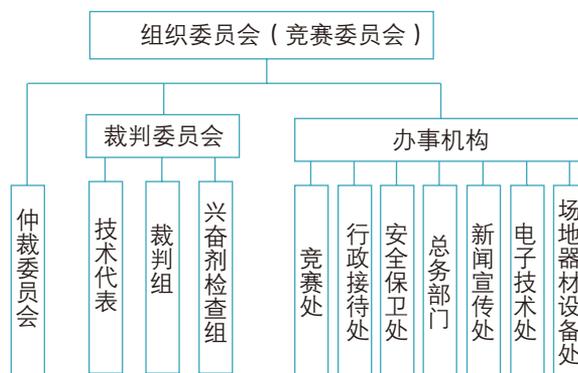


图 1-1-3-4 大型竞赛的组织机构

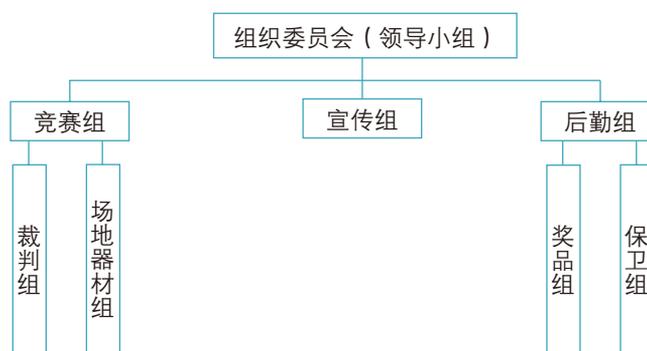


图 1-1-3-5 基层或一般规模竞赛的组织机构

3. 制订竞赛规程

竞赛规程是竞赛的指导性文件和主要依据。竞赛规程要提前发给有关单位和个人，以便各单位和个人做好竞赛前的准备工作。竞赛规程主要内容包括：竞赛名称、目的

和任务，主办单位和承办单位，举办日期和地点，参加单位和参加人数，运动员资格，报名及报到的日期和地点，竞赛办法和规则，录取名次和奖励办法，抽签日期和地点，仲裁委员会、技术代表和裁判员要求等。

4. 制订工作计划

根据组织委员会的组织方案、竞赛规程和竞赛的主要工作日程，由各工作部门拟订具体的工作计划，经组织委员会批准执行。主要部门工作内容如下。

(1) 仲裁委员会的主要职责是解决竞赛中出现的重大问题。

(2) 裁判委员会的职责是组织裁判员学习、讨论、研究竞赛规程和裁判法，布置临场裁判工作。其中，技术代表的主要职责是在竞赛中监督记录台工作人员的工作，并协助裁判员，使比赛顺利进行。兴奋剂检查组的主要职责是对运动员进行兴奋剂检查，并做好资料备案。

(3) 竞赛处的主要职责包括：①审查参赛运动员资格；②编印秩序册，秩序册内容包括规程，开幕式、闭幕式程序，组织委员会名单，大会工作人员名单，裁判员名单，各代表队名单，竞赛日程表，成绩登记表等；③做好裁判组织工作；④检查场地、器材、设备的准备情况；⑤安排好各队在赛前和休息日的训练场地与时间；⑥召开领队、教练员会议，讨论确定有关问题；⑦技术统计，根据预定的任务和要求，确定参加工作的人员和人数，准备各种所需仪器和图表并组织学习；⑧公布比赛成绩。

(4) 行政接待处的主要职责是做好竞赛前和竞赛期间的接待工作。

(5) 安全保卫处的主要职责是维持好竞赛场地的秩序和做好安全工作。

(6) 总务部门的主要职责包括：按计划做好住宿、交通、票务等工作；安排好医务人员，准备好医疗用品等。

(7) 新闻宣传处的主要职责包括：在竞赛期间做好宣传报道工作；制订工作日程，内容包括竞赛、采访、经验交流等。

(8) 电子技术处的主要职责是保证竞赛期间场馆内电子仪器设备的安全使用。

(二) 竞赛期间工作

竞赛期间的工作是组织管理工作的重点。大型竞赛从开幕到闭幕都要严格执行工作计划，加强管理，保证竞赛的顺利进行。

(1) 根据竞赛日程，合理安排好裁判员，使竞赛按时进行，并组织裁判员及时进行总结，以提高临场裁判员水平。

(2) 做好现场各项技术统计资料存档工作，便于总结以及新闻发布、科研等工作。

(3) 遇特殊情况需要更改竞赛场次、场地、时间，应及时通知有关人员。

- (4)要经常检查竞赛场地、器材和设备。
- (5)应对运动员做兴奋剂检查,并深入竞赛场地,及时处理伤害问题。
- (6)应及时了解住宿、交通等方面的情况,做好改善措施。
- (7)应做好住宿和竞赛场地的治安工作,保证竞赛的顺利进行。
- (8)要经常与各队取得联系,定期召开领队或相关人员会议,及时处理有关问题。

(三)竞赛结束工作

竞赛结束后,要做好有关竞赛技术资料统计工作,编印竞赛成绩册并归档;组织和召开大会闭幕式,公布竞赛成绩,并做好颁奖工作;办理各队运动员和其他工作人员的离会手续等事宜;对竞赛器材和设备进行整理入库,做好大会各部门的工作小结和竞赛工作总结。

二、花炮竞赛编排方法

(一)赛制

花炮竞赛可以采用循环制或淘汰制。

循环制:每个队都能和其他队比赛1次或2次,最后按成绩(或净胜炮数)计算名次。这种竞赛方法比较合理、客观和公平,有利于各队相互学习和交流经验。预赛阶段多采用此赛制。

淘汰制:比赛中,队伍两两相对,输一场即淘汰出局。其结果具有一定的偶然性,一般在决赛阶段使用。

(二)名次排定

1. 循环赛名次排定

(1)每队胜1场得2分,平1场得1分,负1场得0分。弃权1场,取消本阶段全部成绩。以各队积分多少决定名次,积分多者名次列前。

(2)如2队或2队以上积分相等,依下列顺序排列名次:

- ①积分相等队之间,相互比赛的积分多者。
- ②积分相等队之间,相互比赛的净胜炮数多者。
- ③积分相等队之间,相互比赛的总进炮数多者。
- ④在整个比赛中,净胜炮数多者。
- ⑤在整个比赛中,总进炮数多者。
- ⑥抽签优胜者。

2. 淘汰赛名次排定

若比赛结束时，两队比分相等，则进行决胜期比赛。在决胜期结束时，以最后得分多的队为胜。若两队比分相等，则以罚点球决定胜负。



任务实施

1. 小组探讨。4~5人一组，各小组讨论并制订一份花炮竞赛规程，其他小组针对该规程的严谨性和可行性发表意见。

2. 竞赛编排。本次全校性花炮比赛共有12支队伍报名参赛。请预设相应情况，制订循环赛、淘汰赛，或两者相结合的竞赛编排方法，将编排结果列在下面的方框里。



任务评价

班级：_____ 姓名：_____ 学号：_____ 小组：_____

评价指标	自我评价 (1~5分, 1分最低, 5分最高, 请根据情况给自己打分)				
	1	2	3	4	5
知识掌握情况					
技能掌握情况					
素质目标达成情况					
存在的问题 及解决办法					