

田径运动竞赛长距离跑中的“双组两线跑”

纪和江

(大连铁道学院 体育部, 辽宁 大连 116028)

摘要:论述了“双组两线跑”的方法及其意义;实行“双组两线跑”与《田径竞赛规则》对于场地使用的规定精神以及实行“双组两线跑”的场地布置和裁判组织工作。

关键词:长跑竞赛;双组两线;田径

中图分类号:G823.3 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2004)05-0127-02

The research about “far - distance running” with “two group - two line run” in the track and field competition

Ji He-jiang

(Department of Physical Education, Dalian Railway Institute, Dalian 116028, China)

Abstract: The item of far - distance running and walking race in track and field competition can adopt “two group - two line run” pattern. It is an effective method to change the previous method that we let outer track lie idle in the far - distance competition; it also can raise the using efficiency of ground and save the competitive time. the article expound what “two group - two line run” is and its regulation with “two group - two line running” and the framework of the ground and the work of referee.

Key words: far - distance run; two group - two line running; the track and field

这里所说的“双组两线跑”不是两线起跑的含义。而是某一长距离项目的一组运动员按照常规的比赛方法和赛跑路线跑完全程,此组称为常规组或内侧组;另一长距离项目的一组运动员在跑道的外4道进行比赛,即沿着第5分道计算线跑完全程,直至抵达终点,该组叫做新增组或外侧组(见图1)。

超人和终点跑也超不过内侧4条分道的宽度,外侧的跑道长时间处于闲置状态。采用“双组两线”的比赛方法可以节省大量的比赛时间,或在相同的时间里完成更多的比赛项目,并且还有助于活跃赛场气氛。

1 “双组两线跑”的实施

(1)“双组两线跑”不违背《田径竞赛规则》的规定精神。

《田径竞赛规则》对于正式比赛使用的场地,在场地周长、分道宽度、分道条数、圆心至曲段外侧分道的最大半径以及创纪录使用场地的规格都有明确的规定。“双组两线跑”外侧组运动员的赛跑路线不违背《规则》对于场地使用的规定精神。

通过对于分道跑项目的分析可知,各分道运动员的赛跑路线半径不等,但是赛跑距离相同,成绩有效。因此,对于处在外侧组运动员所创造的成绩应该视为有效成绩。

(2)设置外侧组赛跑路线内侧标志物,防止误跑现象的发生。为了避免外侧组运动员在跑程中进入内侧组的赛跑路线,由于缩短赛跑距离而导致犯规现象的发生,可在第5分道的内侧分道线上周围放置标志物。标志物向内的倾斜角度以及两标志物的间距,参照不设内突沿的场地在内侧标志线上插放标志旗的相关要求进行(相邻两标志物的间距不

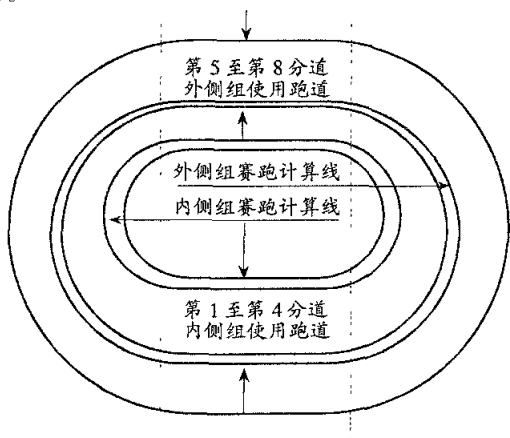


图1 双组两线赛跑路线示意图

田径竞赛长距离跑(包括竞走)项目,赛程距离的计算是按第1分道的赛跑路线计算的,赛程中对于跑道的利用包括

必过小,能够提醒运动员按照正确的路线跑进即可)。也可将第 5 分道的内侧分道线用区别于其它分道线的颜色画记。

(3)“双组两线跑”的起跑组织工作。内侧组与外侧组起跑时间的安排:为了避免采用“双组两线跑”造成起跑时组织与裁判工作的忙乱,内侧组与外侧组的起跑时间应稍错开,分先后进行。内侧组的运动员起跑进入正常的赛程后,再组织外侧组的运动员上道起跑。这样,有序、清晰的组织工作既可保证两组运动员之间互不干扰,又有利于避免裁判工作中出错,保证比赛质量。

(4)“双组两线跑”的裁判工作。裁判工作要适应长距离跑比赛对于场地使用方法的改革。计时和终点裁判工作应分 2 组进行,赛前应进行严密的组织和明确的分工。报圈牌也应准备 2 个,内侧组按常规的方法放置,外侧组可放在外突沿的外侧,这样可使运动员醒目的观察到自己的赛程情况。运动员到达终点前的最后 1 圈,应用不同的声响(枪声和锣声)予以区别,跑前要告知每组运动员。2 组运动员到达终点的时间,估算时也要尽量错开,使得终点名次判定和计时工作互不影响。

(5)内侧组与外侧组的组别安排。对于长跑和竞走非决赛的其它赛次,组数较多时,可以把同组别的 2 组运动员分别安排在内外两线进行比赛;如果参赛的组别较多,也可将内外两线分别安排给不同组别、不同性别的参赛者;内外侧组运动员的性别和比赛项目也不必完全相同,应根据比赛的实际需要进行合理安排,男女运动员分为 2 组,各自按自己的赛跑路线跑进,不等于男女混组编排。例如:内侧组进行甲组男子 5 000 m 跑,外侧组可进行乙组女子 3 000 m 跑。

(6)关于外侧组起跑线位置的确定。外侧组运动员的赛跑路线等于在大半径、不设内突沿的场地上进行,每圈的计算线长度与第 5 分道计算线长度相同,其计算公式为:

$$C = 2\pi(R + 4D + 0.2) + 2L$$

C = 第 5 分道计算线长度, R = 场地半径, D = 分道宽度, L = 一侧直段长。外侧组运动员赛跑圈数与起跑线位置的计算:

圈数 = S/C (取整数),起跑线位置 = S/C (取余数), S = 某一项目的比赛距离。

用此项目的比赛距离除以第 5 分道计算线长度,得到的整数部分为应跑整圈数;余数部分为在整圈数基础上应加上的距离,即为确定起跑线位置的依据。

(7)起跑线的划线方法。内侧组运动员起跑线的划线方法,可按常规的划线方法进行,如果参赛的人数较多,也应按照一组两线的起跑方法进行,以避免人员密度过大而导致运

动员间相互拥挤冲撞,此种做法并不会对外侧组造成影响。

外侧组运动员的起跑线可采用如下 3 种方法划线:第 1,划在第 5 至第 8 分道之内,适用于参赛人数较少的情况下。如果参赛人数较多,可参照《规则》的有关规定,每参赛单位成纵队站位起跑。第 2,在起跑线划在第 5 至第 8 分道之内的基础上,再从第 8 分道向外延伸至第 8 分道以外的场地可用区域。第 3,起跑线向内 4 道延伸,处在内 4 道起跑的运动员,起跑后逐渐汇集于外 4 道的赛跑路线,内 4 道起跑线至汇合点的距离尽可能长些,避免回合时拥挤冲撞的现象发生。(两线跑具体的划线方法和计算,另文再述)

2 结论

(1)“双组两线跑”不违背《田径竞赛规则》对于场地使用的规定精神。在标准的 400 m 径赛场地上,只要跑程距离相等,不同半径的赛跑路线所创造的成绩都应视为有效成绩,应该视为公平竞争。

(2)“双组两线跑”可以节省大量的比赛时间,对于 3 000 m 及 3 000 m 以上距离的赛跑和竞走项目,此法对比传统的场地使用方法可以从总用时中节省近 1/2 的比赛时间。

(3)“双组两线跑”可使在中长距离项目的比赛中,外侧跑道处于闲置状态得到解决,是提高场地使用效率的新举措。在参赛组别较多的情况下,也可增加赛场气氛。

(4)“双组两线跑”带来场地布置、裁判方法的新变化,只要比赛组织严密,分工合理,完全可以保证比赛的顺利进行。

(5)“双组两线跑”适用于高等院校等非纯竞技性质的田径运动会,也可在纯竞技性质的田径竞赛中尝试实行。

(6)“双组两线跑”应该得到广泛的普及与推广,也应得到《田径赛规则》的认可。

参考文献:

- [1] 编写组. 体育学院普修通用教材·田径[M]. 北京:人民体育出版社,1995:158-170.
- [2] 田径竞赛规则[M]. 天津:天津人民出版社,1998.
- [3] 国际田联手册[S]. 天津市津出 1991 登记证 070 号 1991.
- [4] 谭燕秋,陈野,姜迪,等. 我国田径大赛中田赛管理裁判员在执法中存在的问题[J]. 体育学刊,2002,9(5):127-128.
- [5] 徐国营,朱长跃,刘迅雷. 田径裁判记圈方法探讨[J]. 体育学刊,2003,10(5):112-114.

[编辑:周威]