

体育竞赛

在裁判员的主持下.....具有社会价值

裁判员基本要求

- 1. 坚持原则
- 2. 精通业务
- 3. 严格的组织纪律
- 4. 具备一定的体能、技能

裁判员基本任务

- 1. 维持竞赛秩序
- 2. 维持竞赛正义

户外裁判员工作的特殊性

- | | |
|--------|--------|
| 1、裁判工作 | 4、协调工作 |
| 2、保护工作 | 5、救援工作 |
| 3、后勤工作 | 6、其他工作 |

竞赛规程

定义：组委会制定，以赛定规程，一赛一规程

主要内容：竞赛名称、目的、任务、时间、地点、主办单位、承办单位

基本原则：可行性、公平性、稳定性

竞赛规则

体育单项协会制定，某一体育项目竞赛的“通则”

基本功能：制约、协调、促进

基本原则：权威性、可操作性、稳定性

赛事评价体系

安全、顺畅、精彩

四个满意：地方政府、群众、运动员、媒体

3+X

- 1、纵向攀爬或下降
- 2、横向长距离大强度位移
- 3、户外技能

一定难度、技术全面性、观赏性

山地户外多项赛

在山地自然场地中进行的两个以上项目组合而成的竞赛

- 1、多个项目；2、连续进行；3、无机械动力

分为S级山地户外多项挑战赛，L级探险越野赛

探险越野赛(L级)高危

超过42.195公里

海拔超过3500米

涉及夜间行进

使用绳索、上升下降器械

分为A专业、B爱好者、C大众级

山地越野跑分级

S1	<25KM	<3500	
S2	<25KM	>3500	B类高危
M1	25<M1<42	<3500	
M2	25<M2<42	>3500	B类高危
L1	42<L1<100	<3500	B类高危
L2	42<L2<100	>3500	A类高危
XL	>100KM		A类高危

登山赛

海拔3500米以下山地自然场地，低海拔向高海拔攀登，非高危

S级<3KM<M级<10KM<L级<30KM<XL级<42KM

交替站

项目与项目进行转换的站点

交替站TA、检查点CP、补给点SP

设置的原则：公平性、顺畅性、封闭性

直通I型站、环形U型站；一次性、重复式；

两两检查制度

检查运动员穿戴安全装备情况

检查运动员安全装备与绳索之间连接情况

每个环节必须有两名裁判独立进行检查

交替站风险控制

TA1必须在起点发枪前1小时完成布置

观察运动员身体状况是否适合继续参赛

必须手动记录运动员进出站时间

赛事风险控制

风险与安全是对立统一关系

高海拔1500-3500，超高海拔3500-5500

风险因素：自然、人为、突发、耦合



By 小西行长 (lintex)
cheatography.com/lintex/
ixxj.com

Not published yet.

Last updated 20th October, 2025.

Page 1 of 1.

Sponsored by CrosswordCheats.com

Learn to solve cryptic crosswords!

<http://crosswordcheats.com>