

百科小补丁  
冬奥项目知多少  
□黄世凤

2月4日，万众瞩目的北京冬奥会拉开帷幕，本次北京冬奥会共设7个大项、15个分项和109个小项，是设项和产生金牌最多的一届冬奥会。同学们，对于这些短道速滑、速滑、自由式滑雪、越野滑雪等项目，你们能分得清吗？

### 短道速滑

特点：战术千变万化，像风一样飞驰，决胜在秒的千分位

简介：1992年冬奥会上被列为正式比赛项目。跑道内圆周长111.12米，直道长28.85米，弯道最小半径8米。一般进行三到四轮，接力比赛分为半决赛和决赛两轮进行。短距离和接力4人（队）一组，长距离6人一组。接力比赛通常每人每次滑一至两圈进行替换，替换采用推接方式在直道上进行。

### 速度滑冰

特点：历史最悠久的滑冰运动

简介：简称速滑，个人比赛每组两名选手，内外两道抽签决定，每滑行一圈双方都要交换赛道。团体追逐赛每组2队，每队3名选手，从相对的直道上同时出发。中国为这届冬奥会修建了国家速滑馆——“冰丝带”，馆内有亚洲最大的冰面，赛道周长400米。

### 花样滑冰

特点：把惊险和美丽发挥到极致

简介：18世纪诞生于英国，是曾进入夏季奥运会的冬季项目。比赛由两部分组成：男、女单人滑和双人滑分别进行短节目和自由滑的比赛；冰上舞蹈进行韵律舞和自由舞的比赛。短节目和韵律舞都有规定动作。比赛不允许使用布景和灯光效果，服装成为艺术表演的唯一辅助因素。

### 冰 球

特点：令人窒息的激烈对抗

简介：发源于加拿大，是冬奥会传统项目，1920年曾被列入夏季奥运会的比赛项目。冰球比赛对抗剧烈，手中还握有球杆，装备防护武装到牙齿，女运动员、守门员和青少年运动员还有特殊规定。冰球比赛双方各6人出场，共进行3局。每局净比赛时间20分钟。

### 冰 壶

特点：看似风平浪静，实则暗流涌动、斗智斗勇

简介：被称为“冰上国际象棋”，展现的是静动之美和取与舍的智慧。为减小壶与冰面的摩擦，比赛前要在冰面上均匀喷洒水珠，形成点状麻面。比赛双方各4人登场，分一垒、二垒、三垒和四垒，顺序交叉投壶，10局比赛，每局中冰壶最接近圆心的一方得分，得分多者获胜。

### 雪 车

特点：风驰电掣般的高速行驶是最大看点

简介：起源于瑞士，从第一届冬奥会就被列入比赛项目。雪车的平均时速在100公里左右，最高可达160公里。舵手通过雪车内两个把手控制的滑轮系统驾驶雪车。规则对车身和运动员体重都有要求，重量不足可以为车体配重。

### 钢架雪车

特点：惊险刺激的单人挑战

简介：规则对车身和运动员体重都有要求，如果超重需要减重。中途允许运动员掉落雪车，但在通过终点时，选手必须在雪车上才算完成比赛。钢架雪车设男子、女子各一个项目。它和雪橇比赛最主要的区别是：头朝前俯卧滑行。

### 雪 橇

特点：高速滑向胜利终点

简介：起源于瑞士及北欧地区。雪橇比赛规则允许运动员通过配重增加重量，但如果配重超出规定的范围，则会被取消比赛资格。雪橇橇刃和钢体部分在使用前后，需进行打磨，根据气温、冰温和运动员技术水平调整出合适角度。

### 越野滑雪

特点：体力消耗巨大，终点冲刺竞争激烈

简介：是最基础的雪上传统项目，1924年被列入首届冬奥会比赛项目。比赛线路要求上坡、下坡和平地各约占1/3。传统技术比赛场地需要压制专用雪槽，雪板在雪槽里，选手运用双腿的前后摆动和雪杖撑动前进。自由技术比赛对技术动作没有限制。

### 高山滑雪

特点：速度与技巧完美结合，尽显滑雪的魅力

简介：起源于欧洲，1936年第4届冬奥会首次被列为比赛项目。滑降比赛场地的垂直高度差通常男子800米以上，女子450米以上。回转、大回转、超级大回转场地高度差从140米到650米不等。比赛中，运动员须穿越相应数量的旗门。碰倒旗杆不算犯规，如漏过一个旗门，则为犯规不计成绩。

### 自由式滑雪

特点：华丽的技巧和娴熟的滑雪技术浑然一体

简介：上世纪九十年代陆续被列入冬奥项目，由双板完成。自由式滑雪项目包括空中技巧、雪上技巧、U型场地技巧、坡面障碍技巧、障碍追逐和大跳台等小项，不同小项各具特色。

### 单板滑雪

特点：自由、时尚、惊险

简介：1998年第18届冬奥会才成为正式比赛项目。北京2022年冬奥会共设有男女U型场地技巧、坡面障碍技巧、平行大回转、大跳台和障碍追逐等项目，一共产生11枚金牌，其中障碍追逐混合团体比赛是北京冬奥会新增小项。

### 跳台滑雪

特点：在落差100多米山地自由飞翔

简介：起源于挪威，第一届冬奥会起就被列为比赛项目。在飞行过程中，运动员可靠手臂摆动控制身体平衡。落地采用类似弓箭步的双腿微曲姿势，能有效减少对人體强大的冲击力。

由于跳台助滑道的角度及起跳端的仰起角度等不同，加上气温、雪温、风力等自然条件的差异，跳台滑雪比赛没有世界纪录只有最好成绩。