

说起拔河，你是不是想到双方各执绳一端进行角力的体育活动？那只是趣味拔河，而竞技拔河比赛，不仅需要专业的赛道、拔河绳，比赛规则还对参赛选手的体重有限制。日前，潍坊市第十四届全民健身运动会拔河暨2024年“希望田野”山东省美丽乡村拔河争霸赛潍坊赛区比赛在坊子区落幕，来自全市的大力士展开了一场力量与技巧的大比拼。

凝“绳”聚力 拼力量比智慧

3

需要专业赛道和装备

对于普通人来说，平时进行的趣味拔河对抗，参赛选手的体重往往是决定胜利的重要因素。但在专业的竞技场上，技术显得更加重要，竞技拔河比赛双方队员的体重受严格限制。

张向东告诉记者，竞技拔河分为室内赛和室外赛两个大类。室内赛事在用防滑垫制作的赛道上进行，参赛队员需穿平底拔河鞋。室外赛事则是在草地上进行，要穿钉鞋进行比赛。“室内的拔河比赛在一种赛道上进行，赛道的底部是木板，上面附着防滑胶垫，这种赛道长24米、宽0.9米。”张向东介绍，室内比赛用的赛道可以拆装搬运，一般一条赛道价格在8万元左右。而室内比赛队员穿的拔河鞋，类似于举重比赛运动员穿的皮质平底鞋，最大的特点是鞋底摩擦力非常大，一双的价格在几百元至上千元。

张向东称，一场正式的竞技拔河比赛由对抗双方各派出8名队员进行比拼。但因全队总体重有限制，所以不会出现一方体重明显占优的情况。

队伍的“头绳”通常是技术和心理素质最好的选手，而排在最后一位的往往是体重最大的队员，用来稳定整个队伍，也被叫做“锚人”。比赛开始后，一方将另一方拉过4米距离即赢得比赛。“头绳”“锚人”要配合发力，“头绳”往后一拉，“锚人”往下一沉，绳就开始“发力”了。虽然道理听着简单，但在赛场上，队员依次排开后头尾相距8米至10米远，如何配合发力全靠绳上的感觉。用高密市朝阳街道东小庄社区代表队教练张刚常跟队员说的一句话：“8个人拧成一根绳，团队比拼不是比谁最强，而是看谁最弱。”

采访最后，张向东表示，他们会积极推广和宣传竞技拔河，希望更多人了解并喜欢这项体育运动。

◎相关链接

拔河运动的历史

拔河是中华民族传统体育项目，据考早在春秋战国时期，就有拔河这项活动，源于水战军事技能的运动，后来逐渐在民间流行，变得越来越规范。

拔河项目在我国民间拥有广泛的群众基础，从机关单位、学校、企业到部队、社区，从城市到农村，到处都有热火朝天的拔河场面，每年各地各类运动会开展的拔河比赛多不胜数。

国际拔河比赛起源于英国，曾于1900年第二届法国巴黎奥运会中列为正式竞赛项目，后因第一次世界大战而停办，到1920年第七届奥运会时，鉴于运动项目繁多，且当时拔河比赛规则未能统一化，所以国际奥委会在审查比赛项目时，将项目取消。1960年，国际拔河联合会(TWIF)成立，总部设在荷兰，是国际奥委会正式成员，国际拔河联合会多年来也一直努力让拔河项目再次进军奥运会。

在我国，拔河项目于1997年被国家体育总局（现国家体育总局）正式立项，同年成立了中国拔河协会（筹），并加入相关国际组织。2006年，中国拔河协会正式成立，中国竞技拔河队在国际舞台占有一席之地，曾多次获得世界室内拔河锦标赛冠军。

1

惊心动魄的强者之争

本次赛事共有来自我市的8支队伍参加比赛。

在最具观赏性和专业性的8人制720千克组的决赛中，昌邑市北孟镇代表队和高密市朝阳街道东小庄社区代表队站上决赛赛道。“起绳，预备，开始……”随着裁判的发令声响，双方16名运动员在一条长长的赛道上迅速发力，紧绷的拔河绳在力的作用下“吱吱”作响，双方势均力敌，僵持不下，都在等待时机迅速发力。昌邑市北孟镇代表队“头绳”眼睛紧盯对方体力和队形的变化，就在他感觉对方拉力出现微弱变化时，随着他的一声大吼，身后的队员反应迅速，集体发力，场上的均势立刻被打破，他们赢得了这场比赛。队友们激动地互相拥抱、击掌，庆祝胜利。

据了解，这局比赛是三局两胜的最后一局，昌邑市北孟镇代表队在先输一局的不利形势下连扳两局，逆转取胜。他们凭借坚强的意志和不服输的精神爆发出力量，为团队赢得了最终的冠军。

是力量和智慧的较量

获得这次比赛冠军的昌邑市北孟镇代表队一共有8名队员、1名领队兼教练，领队的主要职责是在比赛中为队伍喊口号。作为昌邑市北孟镇代表队的领队，初良瑞和他的队员们接触竞技拔河运动已有四年多时间，“这支队伍已经组建好几年了，队员们特别团结，我们曾代表昌邑参加过三次潍坊市农民运动会拔河比赛，获得两次亚军、一次季军。”初良瑞告诉记者，原来他以为拔河就是比双方谁的力气大，通过参加这几次比赛和赛前培训才了解到，竞技拔河原来还有很多讲究，除了要有力气，还要研究技战术，要想取得好成绩，进行科学和专业的训练是必须。

山东省拔河协会秘书长、本次比赛裁判长张向东，是我省最早一批接触竞技拔河项目的运动员和裁判员，他告诉记者，竞技拔河是一项力量与智慧完美结合的运动，体现集体主义、团队精神、永不放弃和顽强拼搏的精神。“竞技拔河考



主持人:付东升

健身酷玩 跟着大付嗨起来



昌邑市北孟镇代表队在比赛中。



高密市朝阳街道东小庄社区代表队在比赛中。

验参赛队员的心理素质、忍耐力、观察力、向心力、凝聚力和对时机的把握，以及能否协调一致。”张向东说。

张向东告诉记者，拔河运动发展至今，已经形成一套科学、严谨的技战术和规则。“队员在比赛中的站位很重要，队员之间的距离以一臂为宜。而排位是根据身高排列，前高后矮，以保证力的方向是直线斜向下。握绳的正确方式为，双手贴近，手心朝上，右手在前左手在后，身体向前与绳子方向垂直，绳从腋下过，这样才能保证所有参赛队员一根绳拧成一股劲”。