

兼具足球、篮球、橄榄球运动特点

手球

国内的冷门小众项目 在欧洲热度仅次于足球

《亚运微课堂》科普你听过或没听过的比赛项目



本报记者 杨渐

纵观各体育运动项目,球类运动应该是参与度最高、群众基础最好的项目之一。然而有一项球类运动,在国内却相对小众,它兼具足球、橄榄球等运动规则,以“追逐”和“争夺”为主要特色,同时又表现出对抗性较弱、但技巧性较高的特点,形成了独有的运动风格,它就是手球。

手球是奥运项目,也是亚运项目,杭州亚运会上,手球比赛将在浙江工商大学文体中心和浙江师范大学(萧山校区)体育馆进行,预计将产生2枚金牌。

手球在欧洲是仅次于足球的第二大团体项目

手球起源于欧洲。19世纪末,德国、丹麦等国出现类似手球的游戏,1917年,柏林体育教师海泽尔发明手球规则,迄今已超过100年。

手球运动从最初的11人制到后来的7人制,经历了相当长时间的发展才最终定型。现如今,我们在各大赛事中看到的手球比赛均为7人制手球比赛。手球比赛场地为长方形,长40米,宽20米,长界线称边线,短界线称端线。端线包括球门线(球门柱之间)和外球门线(球门的两侧)。球场两端线中央各放置一球门,球门前各有一扇形的球门区和一个比赛场区。

一场手球比赛时间分为上、下半时,各30分钟,最终得分高的队伍获胜。比赛时,上场队员为每队7名。手球规则允许防守队员用张开的手臂进行防守,用手拨开但不允许用拳头击打对方手中的球。防守队员可以用身体阻挡对方持球或不持球队员的移动,可以用弯曲的手臂从正面接触进攻队员,但不允许使用推、拉、抱、撞、打、绊和故意向对方身上掷球等动作。

1928年在德国举行了第一届世界男子7人制手球锦标赛,并规定以后每4年举行一次。同时,手球项目在1928年和1932年连续两届作为表演项目登上奥运会舞台,并于1936年成为奥运会正式比赛项目。随即手

球运动由中欧向北欧、东欧国家传播开来。

20世纪50年代,手球运动又在美洲及亚洲相继开展,进而在世界各地兴起。奥运会、世界杯等大型手球赛事的举办让世界手球格局不断变化。而自1982年第9届亚运会以来,历届亚运会均设置手球比赛。

在欧洲,手球是仅次于足球的第二大团体项目。手球比赛在2004年雅典奥运会上的全球收视率位居所有28个比赛项目中的第2位,2008年北京奥运会、2012年伦敦奥运会手球比赛全球收视率也高居第3位。目前,在世界男子手球队中,克罗地亚、法国、瑞典、丹麦等国家实力较强;女子手球队中,法国、俄罗斯、韩国、挪威等国家处于领先水平。

中国手球运动员曾登上欧冠决赛舞台

中国的手球运动始于20世纪50年代中期的广东。1955年,位于广州的解放军体育学院将手球列入教学计划,在国内率先开始手球教学与训练。在1959年第一届全运会上手球便成为正式竞赛项目。

1982年,中国男子手球队斩获亚运会冠军,紧接着在1984年的洛杉矶奥运会上,中国女子手球队首次参加奥运会便斩获铜牌,堪称我国手球史上里程碑式的突破,而在2010年广州亚运会中,中国女子手球队历史上第一次获得该项目的亚运会金牌。

中国手球历史上曾取得过辉煌成绩,但近十多年来中国手球的发展陷入低谷。去年的东京奥运会上,手球成为了中国没有参加的三个项目之一。

近年来,中国手球一直在努力改变现状,2019年中国男子手球超级联赛应运而生,目标就是将其打造成为继中超、CBA、排超之后的“中国第四大职业联赛”。随着手超联赛的成功推广,参赛队伍也从创立之初的四支发展至七支,包括中国华体、太平洋江苏、北京体彩、山东、安徽、广东以及天津等国内手球强队。

值得一提的是,2020年初的欧洲手球冠军联赛小组赛上,两名中国球员王权、姚雪岩

代表萨格勒布队出战与巴塞罗那队的比赛。这是首次有中国手球运动员登上欧冠赛场。

杭州亚运会延期后,中国男女手球队的备战节奏并没有因此停滞。截至目前,两队已经在手球强国俄罗斯进行了两个月的集训比赛。期间,中国男女国家手球队分别与俄罗斯男女国家级球队及顶级俱乐部球队进行了热身赛。此外,中国女子手球队还计划以俱乐部的形式参加俄罗斯女子手球超级联赛,以便能够通过高水平的俄超联赛快速提升国家女手竞技水平。据悉,中国女手在俄成立的俱乐部将跨过甲、乙级,直接晋级俄超级联赛,而这也是中国女手冲出亚洲走向世界的破冰之旅。

就运动特性来说,手球运动特点鲜明,集、跑、跳、投为一体,有速度、有力量的要求,对学生素质的发展具有综合作用。尤其小手球对于儿童的身体素质、创新思维和合作意识都有很好的锻炼。

目前,杭州不少幼儿园和中小学都开展了手球项目。期待在不久的将来,手球运动在国内逐步从小众走向大众,成为像足球、篮球一样的全民体育运动。

