

第十二届全国少数民族传统体育运动会观赛指南

赛事日程

陀螺

23日-25日 8:30-11:30
15:00-18:00
27日-29日 8:30-11:30
15:00-18:00
海南省三亚技师学院篮球场



参加海南省第七届少数民族传统体育运动会陀螺项目的选手在投掷陀螺。海报集团全媒体记者 王程龙 摄

陀螺又称“打陀螺”“打老牛”，在云南、贵州、湖南、广西、福建等地区开展较为广泛，在我国拥有悠久的历史。

陀螺是一项两队在比赛场地上，从守方旋放陀螺开始，由攻方将自己的陀螺抛掷，击打守方陀螺，将守方陀螺击出比赛场区或比守方陀螺在比赛场区内旋转的时间更长的比赛项目。

比赛只计攻方得分，以当场比赛的累计得分决定该场胜负，得分多的队为获胜队。比赛一般采用非金属平头陀螺。鞭由鞭绳、鞭杆组成。鞭绳不得用金属材料制作，其粗细不限，鞭绳最长男子为6米，女子为5米（不得少于2米），鞭杆长度不超过0.6米。

1995年第五届全国少数民族传统体育运动会，首次将打陀螺列为竞赛项目。

2003年第七届全国少数民族传统体育运动会更名为“陀螺”。

赛事日程

押加

23日-25日 8:30-11:30
15:00-18:00
27日 8:30-12:00
海南热带海洋学院体育馆



2024年民体杯全国押加比赛暨第十二届全国少数民族传统体育运动会押加测试赛现场。海报集团全媒体记者 王程龙 摄

押加又称“大象拔河”，是一种趴着拔河的体育项目，在西藏等地广为流传。

押加比赛有着上百年的历史，来源于牛拉犁时奋力向前的劳作过程。每逢节假日或农闲时，在牧场或田间，人们常常把背带或腰带连在一起，以游戏的形式练习或进行比赛。

押加比赛运动员按各自体重参加规定级别的比赛，比赛是由2名运动员在比赛场地上，将一条长绸布带做成的圆环分别套于颈部（带子从两腿间通过），四肢着地并背向对方，向自己的前进方向用力，以一方将置于两者之间的竖条拉过自己一侧的决胜线为胜利。

1999年第六届全国少数民族传统体育运动会，首次将押加列入竞赛项目。

赛事日程

攀椰竞速

23日 9:00-12:00 16:00-18:00
24日 9:00-12:00
西南大学三亚中学体育馆



参加第十二届全国少数民族传统体育运动会攀椰竞速项目的选手正加紧训练。海报集团全媒体记者 王程龙 摄

攀椰竞速源于海南当地群众爬树摘椰子的生活劳作场景，后来发展为民间喜闻乐见的“摘椰子”比赛活动，极具海南地方生产生活特点和海南民族特色，是一项集趣味性、娱乐性、竞技性为一体的体育活动。

攀椰竞速比赛要求运动员在9米（女子为7米）的天然椰子树或人工制作的仿真椰子树上进行攀爬，参赛选手自选攀爬姿势，爬到椰子树顶端并触碰计时按铃，用时最短者获胜。

2008年起爬椰子树被列为海南黎族苗族传统节日“三月三”节庆活动的体育比赛项目。

2010年，该项目首次被列为海南省少数民族传统体育运动会正式比赛项目。

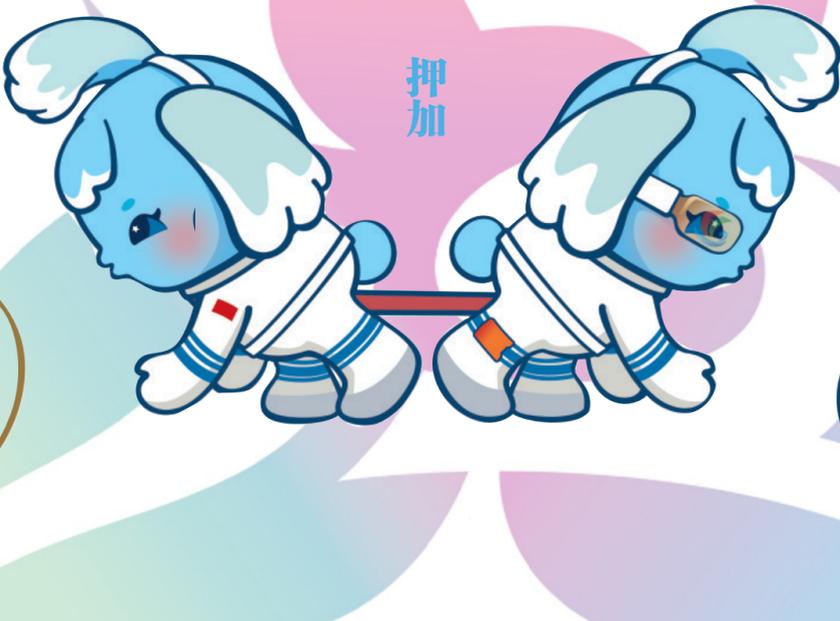
2024年第十二届全国少数民族传统体育运动会，将攀椰竞速列为本届竞赛项目的增设项目。

本版文字整理/刘笑非

陀螺



押加



攀椰竞速



陀螺项目场地、海南省三亚技师学院篮球场位于三亚市吉阳区荔枝沟路53号，占地面积8500平方米。



押加项目场馆、海南热带海洋学院体育馆位于三亚市吉阳区育才路1号，建筑面积6800平方米，移动坐席数约500座。



攀椰竞速项目场地、西南大学三亚中学体育场位于三亚市吉阳区抱坡岭，场地长105米，宽70米，为标准体育场，坐席数800座。