

一次看懂北京冬奥会 15 个比赛项目

北京冬奥会共设7个大项、15个分项和109个小项，金牌总数达109枚，是设项和产生金牌最多的一届冬奥会。我们日常中提到的冬奥项目多指15个分项。



高山滑雪

(Alpine Skiing)



高山滑雪具体项目包含滑降、超级大回转、大回转、回转、全能等。滑降比赛场地的垂直高度差通常男子在800米以上、女子在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。比赛在延庆赛区的国家高山滑雪中心进行，共产生11枚金牌。



自由式滑雪

(Freestyle Skiing)



自由式滑雪包括空中技巧、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。大跳台比赛在北京赛区的首钢滑雪大跳台进行，其余小项在张家口赛区的云顶滑雪公园进行，共产生13枚金牌。



单板滑雪

(Snowboard)



单板滑雪就是运动员只用一个滑雪板，通过脚进行力量和方向的传递，在赛道上滑行、跨越障碍，做出技术动作的一种运动方式。大跳台比赛在北京赛区的首钢滑雪大跳台进行，其余小项在张家口赛区的云顶滑雪公园进行，共产生11枚金牌。



跳台滑雪

(Ski Jumping)



跳台滑雪就是运动员从跳台上的助滑道滑下，借助速度和力量向上跳跃，在空中做出技术动作，然后再着陆在跳台的斜坡上向下滑。比赛在张家口赛区的国家跳台滑雪中心进行，共产生5枚金牌。



越野滑雪

(Cross-Country Skiing)



越野滑雪就是运动员脚穿滑雪板，手拿滑雪杖，利用滑雪技术越野滑行，比赛场地分为三段，上坡、下坡、平地各占三分之一，以最后谁滑行时间最短获胜。比赛在张家口赛区的国家越野滑雪中心进行，共产生12枚金牌。



北欧两项

(Nordic Combined)



北欧两项是越野滑雪和跳台滑雪的结合体，比赛第一天进行跳台滑雪，把跳台滑雪所得的分转化为时间，决定第二天越野滑雪的站位。比如跳台滑雪第一名在越野滑雪中也是第一个开始滑雪，第二名比第一名晚出发相应时间差，依次类推，最后谁先到达终点谁赢。比赛在张家口赛区的国家跳台滑雪中心和张家口赛区的国家越野滑雪中心进行，共产生3枚金牌。



短道速滑

(Short Track Speed Skating)



短道速滑项目通常在室内冰场举行，比赛所用跑道周长约111米。短道速滑比赛采用淘汰制，4名到8名运动员在同一条起跑线上起跑出发，以到达终点先后顺序论胜负。比赛在北京赛区的首都体育馆举行，共产生9枚金牌。



速度滑冰

(Speed Skating)



速度滑冰是在一定的距离内，看谁速度最快到达终点。速度滑冰根据距离的不同分为短距离、中距离、长距离和全能四个比赛项目。比赛在北京赛区的国家速滑馆（冰丝带）举行，共产生14枚金牌。



花样滑冰

(Figure Skating)



男女单人滑比赛中，比赛按短节目和自由滑的顺序分两天进行。双人滑由一男一女配对参赛，分短节目和自由滑两个项目，两个项目总分构成最终成绩。冰上舞蹈由一男一女配对比赛，比赛按短舞蹈和自由舞的顺序进行。比赛在北京赛区的首都体育馆进行，共产生5枚金牌。



冰球

(Ice Hockey)



冰球是滑冰运动和曲棍球的结合体，就是运动员穿着冰鞋，拿着冰杆在冰上滑行击打球，进入球门，哪方进的球多，哪方就赢。比赛在北京赛区的国家体育馆和五棵松体育中心进行，共产生2枚金牌，分别是男子冰球和女子冰球。



冰壶

(Curling)



冰壶是一种高智商和高雅的技巧类运动项目，以最后哪个队的冰壶离圆心最近定胜负。运动员穿着专用冰壶鞋，还需要一个专门刷冰的运动员，刷冰是为了减少冰壶与冰面的摩擦力。比赛在北京赛区的国家游泳中心进行，共产生3枚金牌，分别是男子冰壶、女子冰壶和混合双人冰壶。



雪车

(Bobsleigh)



雪车比赛所用赛道与雪橇和钢架雪车相同，并与钢架雪车共用一个起点，赛道长1200米至1650米，落差在100米至150米之间。比赛在延庆赛区的国家雪车雪橇中心进行，共产生4枚金牌。



钢架雪车

(Skeleton)



钢架雪车就是运动员俯卧在雪橇上，胸部挨着雪橇，在出发信号发出后，自己给雪橇一个初动力，然后迅速俯卧在雪橇上，冲上赛道，中途允许掉下来，但到终点的时候必须在雪橇上。比赛在延庆赛区的国家雪车雪橇中心进行，共产生2枚金牌。



雪橇

(Luge)



雪橇比赛所用赛道与雪车和钢架雪车相同，但起点不同。比赛线路男子长1000米至1350米，女子800米至1200米，道宽最大值1.5米，全程设11个至18个弯道。比赛在延庆赛区的国家雪车雪橇中心进行，共产生4枚金牌。



冬季两项

(Biathlon)



冬季两项是越野滑雪和射击的组合物，运动员滑行一段时间，到目标地发射5发子弹，如果命中，则不罚时间，如果没有命中靶子，每发子弹罚一分钟。最后比赛成绩是滑行时间加上惩罚时间。比赛在张家口赛区的国家冬季两项中心进行，共产生11枚金牌。