

附件 1:

## 极限飞盘运动介绍

### 一、 极限飞盘运动的历史

1968 年，美国哥伦比亚高中的学生制定了飞盘橄榄球的规则，并成立飞盘队进行比赛。这项新鲜有趣的运动到学生们的喜爱，并迅速传播到更多的中学和大学。随着运动的传播，极限飞盘的规则逐步引入篮球和足球和曲棍球的规则，并形成了独特的飞盘体育精神，成为一项全新的团体竞技运动。

1978 年，美国极限飞盘协会 UPA 成立，加快了极限飞盘运动在美国的普及，每年组织的大学生极限飞盘锦标赛已有几百个学校队伍参加。(www.usultimate.com)

1984 年，世界飞盘联盟 (WFDF) 成立，推动该项运动在全球的推广。目前已有 54 个正式成员国/地区和 25 个临时成员，每 2 年举办一次的世界极限飞盘俱乐部锦标赛已成为全球最高级别的大型赛事。(www.wfdf.org)

2001 年极限飞盘列入世界运动会项目，目前 WFDF 正在推动该运动进入奥林匹克运动会。

### 二、 极限飞盘运动在国内的发展前景

1) 丰富新兴体育产业，培养特色体育人才。

在美国境内制造飞盘的公司约有 30 家左右，每年销售的飞盘(frisbee)的数量要比橄榄球、棒球、以及篮球数量的总数还多，可见该项运动在全美的风靡程度。随着国外极限飞盘运动

的流行，越来越多的外国留学生将该项运动带来中国，2005 年左右，已出现部分民间组织开始玩这项运动，至 2014 年，第中国极限飞盘公开赛已连办第八届。通过政府正确引导，调动社会力量参与，形成全民参与发展极限飞盘市场的局面，在校园中既引入了新型时尚运动项目，也提高了市场对极限飞盘人才的需求。

2) 发挥学校体育资源优势，建立科学全面的推广平台。

我国有着丰富的体育人力资源，并且有着系统的体育专业知识和理论基础，有着扎实的各项体育技能，师生在体育教学活动中都有一技之长，为校园开展极限飞盘运动教学提供了技术人员的保证。在各地中小学，学生未完全独立的情况下，通过体育运动间的学习与互动可提高学生身心发展，为引入新型时尚运动也提供了较良好的开端。

3) 适合男女同场竞技，贯彻全民健身计划。

极限飞盘运动是一项不允许有身体接触的比赛，在比赛过程中没有裁判，比赛的顺利开展需要场上队员进行自我裁判，因此这项运动是不分性别适合男女同场竞技，因此使得比赛更加具有观赏性。加之，随着全民健身活动的不断深入，学校的体育场所也不断向社会开放，一般的学校都有田径场、篮球场、排球场、足球场等体育活动场地，而极限飞盘运动对场地要求简单，只需要八个角标和一张飞盘就可以开展运动，因此这些场地都能很好地满足极限飞盘运动的练习和比赛需要，为极限

飞盘运动提供了最根本的物质保障。

### 三、 推广极限飞盘运动的意义

在这个发展过程中，许多高校、中学陆续成立了飞盘社，比如北京体育大学、清华大学、复旦大学、上海大学、重庆大学、华南理工、深圳外国语学院等。甚至，有部分学校开设了飞盘课程，比如北京师范大学-香港浸会大学联合国际学院、西交利物浦、南昌航空大学科技学院、天津泰达枫叶国际(中学)、大连枫叶国际(中学)等。

#### 极限飞盘运动普及的意义

极限飞盘不仅仅是一项运动，在这四十多年的发展里，形成了独特的飞盘体育精神，这些精神影响着一代又一代的飞盘人。

#### 遵守规则，文明竞赛

这是一项君子运动，不允许有身体接触，也没有裁判，参与的前提是每个人都会遵守规则。场上互相监督，出现犯规时双方共同商量，自行裁决。而且，在争议解决后会给对方一个友好的示意，可以是一个拥抱，可以是一次握手，可以是一次搭肩，也可以是一个眼神。

#### 团结队友，尊重对手

团队精神在极限飞盘运动被发挥的淋漓尽致，因为这项运动必须依靠队友的相互配合才能得分，所以场上的跑动配合尤

其重要。一场飞盘比赛需要的体能是足球赛的两倍，但场上没有一个人会偷懒，因为只有团结才能取得最后的胜利。

“场上激烈对抗，场下亲如兄弟”也是这项运动的独特之处，虽然场上激烈的去争取每一分，但每次飞盘比赛结束后，双方队伍都会在一起合影、交流和做一些互动游戏来增加友谊，“We are all the same team”是每一个飞盘人的心声。

### **突破自我，挑战极限**

极限飞盘运动是一项积极向上的运动，提倡“只要盘子未落地，你就要奋不顾身的去接”，你会受到队友和对手的鼓舞，让你更加的热爱自己，更加的挑战极限。许多看似不可能接到的盘，在场上一切皆有可能发生，飞盘里的“飞扑接盘”是一个高技巧、极具观赏性的动作，甚至会出现防守方在进攻方的得分区里直接截断得分。

### **倡导环保，热爱和平**

极限飞盘运动的成员大部分是受过高等教育的人，包括高校学生、教师、医生、白领等，大家都提倡环保，热爱和平，渐渐的形成了一种高尚的思想氛围。每次组织比赛和活动都会尽量绿色环保，减少铺张浪费，比如要求自带水杯盛水喝，双面打印减少纸张浪费，不用非环保的一次性餐具……

国际上的极限飞盘运动爱好者们成立了极限飞盘和平组织，该组织通过极限飞盘这项注重性格培养的运动使居住在遭受冲突划分的各社区青年之间建立起相互理解和友谊的桥梁。

## 讲师简介

姓名：胡琨 (Michael Hu)

学历：硕士

盘龄：25 年 (1989-2014)

现任职务：

1. WFDF 世界飞盘总会：常务理事
2. AFDF 亚洲飞盘总会：秘书长
3. CTFDA 中华台北飞盘协会：秘书长
4. TCFDC 台中市体育总会飞盘委员会：总干事
5. NTFDC 南投县体育会飞盘委员会：总干事

飞盘运动经历：

1. 担任选手或教练

(1). 台湾地区赛事：

- 1992-2014 飞盘回收计时赛纪录青少年组保持人，12 秒 94。
- 2006-2009 大专杯极限飞盘锦标赛男子组冠军 (担任教练)
- 2006 飞盘个人全能赛，公开组冠军
- 2011 飞盘个人全能赛，公开组冠军

(2). 国际赛事：担任中华队教练

- 2013 世界 23 岁分龄极限飞盘锦标赛 (加拿大多伦多，教练)
- 2012 世界青少年极限飞盘锦标赛 (爱尔兰，教练)
- 2011 亚洲大洋洲极限飞盘锦标赛 (高雄，总教练)
- 2011 新加坡争夺公开赛 (选手&教练)



- 2009 世界运动会中华飞盘代表队(高雄, 教练)
- 2009 Poultry Day(美国俄亥俄州, 戴顿市, 选手&教练)
- 2009 东区混合赛(美国, 波士顿, 选手&教练)
- 2009 日本梦幻杯(静冈, 选手&教练)
- 2008 马尼拉 Spirits(菲律宾, 选手&教练)
- 2008 世界极限飞盘暨勇气锦标赛(加拿大温哥华, 选手&教练)
- 2008 日本梦幻杯(静冈, 选手&教练)
- 2007 亚洲大洋洲极限飞盘锦标赛(高雄, 选手&教练)
- 2007 新加坡极限飞盘公开赛(选手&教练)
- 2006 马尼拉 Spirits(选手&教练)
- 2006 新加坡极限飞盘公开赛(选手&教练)
- 2005 世界业余飞盘高尔夫锦标赛(美国亚利桑那旗杆市, 选手)
- 2004 世界极限飞盘暨勇气锦标赛(芬兰, 土库市, 选手)
- 2003 世界飞盘大赛(美国加州 Santa Cruz, 选手&管理)
- 2001 新加坡极限飞盘公开赛(选手)
- 2000 香港极限飞盘公开赛(选手)
- 2000 新加坡飞盘公开赛(选手)
- 2000 世界极限飞盘暨勇气锦标赛(德国 Heilbronn, 选手)
- 2000 印度尼西亚巴里岛 Nusantara Cup(选手)
- 1999 澳洲公开赛(布里斯班, 选手)
- 1994 世界极限飞盘暨勇气锦标赛(英国 Colchester, 选手)
- 1992 世界极限飞盘暨勇气锦标赛(日本, 宇都宫, 选手&队长)

## 2. 担任赛会执行长或教学活动

### (1). 台湾地区

- 2008-2014 台湾极限飞盘例行赛
- 2007-2014 台中市体育总会飞盘委员会总干事
- 2006-2011 大专极限飞盘锦标赛

### (2). 国际赛会：

- 2011 亚洲大洋洲极限飞盘锦标赛
- 2010, 2012, 2014 台湾极限飞盘公开赛
- 2009 世界运动会飞盘竞赛技术指导
- 2007 亚洲大洋洲极限飞盘锦标赛