



我的第一本百科全书

一所没有围墙的学校
一座知识与智慧的殿堂

MY FIRST ENCYCLOPEDIA

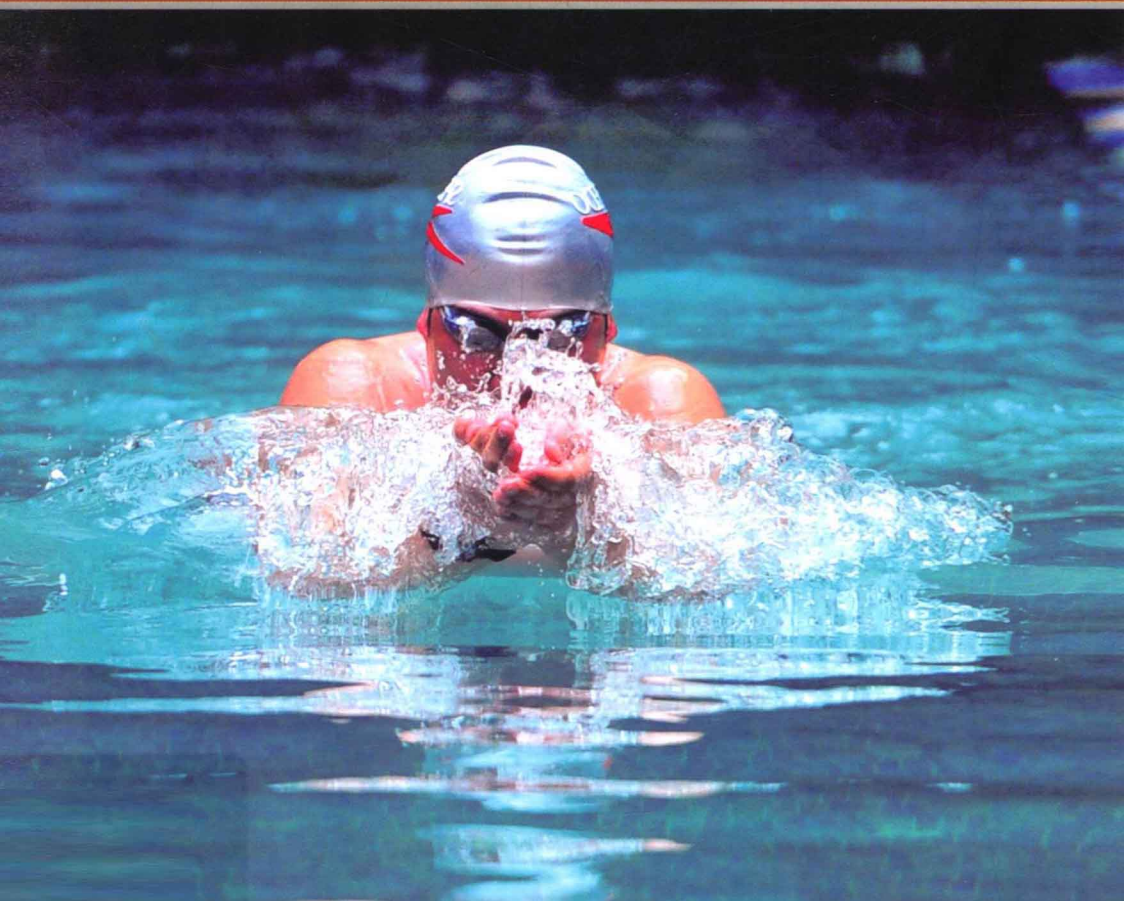


巅峰阅读文库

体育百科知识博览

王志艳 编

TI YU BAI KE



天津出版传媒集团

天津人民出版社



巅峰阅读文库



我的第一本百科全书

MY FIRST ENCYCLOPEDIA

体育百科知识博览

TI YU BAI KE

王志艳 编



常州大学图书馆
藏书章



天津出版传媒集团

天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

体育百科知识博览 / 王志艳编. —天津: 天津人民出版社, 2013.2

(巅峰阅读文库. 我的第一本百科全书)

ISBN 978-7-201-07961-5

I. ①体… II. ①王… III. ①体育—普及读物 IV. ①G8-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 011547 号

天津人民出版社出版

出版人: 刘晓津

(天津市西康路 35 号 邮政编码: 300051)

邮购部电话: (022) 23332469

网址: <http://www.tjrmcbs.com.cn>

电子信箱: tjrmcbs@126.com

永清县晔盛亚胶印有限公司印刷 新华书店经销

2013 年 2 月第 1 版 2013 年 2 月第 1 次印刷

690 × 960 毫米 16 开本 12 印张 字数: 120 千字

定价: 24.00 元

前言

PREFACE

体育也称“体育运动”，包括身体教育（狭义的体育）、竞技运动和身体锻炼三个方面。身体教育与德育、智育、美育一样，都是教育的重要组成部分，是促进身体全面发展、传授锻炼身体的知识和技能、培养意志和品德的过程；竞技运动则可以最大限度地发展和提高个人身体的潜力，以取得优异成绩；身体锻炼是以健身、医疗卫生、娱乐休息为目的的身体活动。

古代的体育没有固定的概念，有时与体操混同。直到20世纪初，体育才在世界范围内逐渐被统称起来。它是人们根据生产和生活的需要，遵循人体的生长发育规律和身体活动的规律，以身体练习为基本手段，结合日光、空气、水等自然因素和卫生措施，达到增强体质，提高运动技术水平，丰富社会文化娱乐生活等目的的一种社会活动。体育也是社会文化教育的组成部分，受一定社会的政治和经济因素的制约，也为一定的社会政治和经济服务。

一个国家体育运动水平的高低，通常会从人们的体质水平，体育的普及程度，体育制度和体育措施及其执行情况，体育的学科理论水平和体育设施状况，运动技术水平和最好的运动成绩五个方面衡量。随着国

WO DE DI YI BEN BAI KE
我的第一本百科全书 SHU

际交往的加深，体育事业的规模和水平已成为衡量一个国家、社会发展进步的重要指标，也成为各国家外交及文化交流的重要手段。

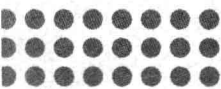
为了能让读者了解更多的体育知识，我们特意编撰了这本《体育百科》。本书分为奥林匹克运动、球类运动、田径运动、武术运动、体操运动、自行车运动、赛车运动、水类运动、冰雪运动、户外运动、射击运动、极限运动以及棋牌运动等多个章节，分别详细地介绍了奥林匹克体育运动的发展历史，以及各种竞技体育、健身体育中各个运动项目的起源、发展和规则等，其中也包括一些国际、国内影响较大的体育赛事，群众体育和竞技体育运动的器材及场地设置，体育与科技、文化和经济的关系等内容。

在本书当中，我们还根据内容及版面编排的需要，添加了“小知识”版块，旨在提高内容的丰富性及版面的灵活性，从而令本书的内容更加全面，版面也更加活泼。

希望《体育百科》这本书能够帮助体育爱好者了解更多、更全面的体育知识，让身心都能够有所受益。

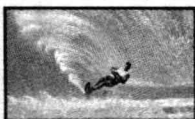
WO DE DI YI BEN **BAI KE**
我的第一本百科书 **SHU**

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com



目 录

CONTENTS



我的第一本百科全书 / 体育百科知识博览

■奥林匹克运动

- 2 古代奥运会
- 3 奥运会的复苏
- 5 奥运会的标志
- 8 奥运会的仪式
- 9 奥运会的比赛项目
- 10 历届奥运会举办地点
- 12 国际奥委会
- 13 北京奥运会

■球类运动

- 16 棒球
- 18 乒乓球
- 19 保龄球
- 22 冰球
- 23 台球
- 25 手球
- 27 排球
- 29 沙滩排球
- 30 曲棍球
- 31 马球

- 32 板球
- 33 橄榄球
- 35 水球
- 36 篮球
- 36 NBA
- 40 网球
- 41 羽毛球
- 43 足球
- 45 高尔夫球
- 46 合球
- 47 地掷球
- 48 足垒球
- 49 门球
- 50 草地滚球
- 51 藤球

■田径运动

- 54 跳高
- 54 跳远
- 55 撑竿跳高
- 56 三级跳
- 57 铅球

WO DE DI YI BEN BAI KE SHU

我的第一本百科全书

- 58 标枪
- 59 铁饼
- 60 链球
- 61 短跑
- 62 跨栏
- 63 中长跑
- 64 马拉松
- 65 接力跑
- 66 竞走

■武术运动

- 68 武术
- 72 拳击
- 73 击剑
- 75 剑道
- 76 合气道
- 77 柔道
- 77 桑搏
- 78 截拳道
- 79 摔跤
- 80 空手道
- 81 跆拳道

■体操运动

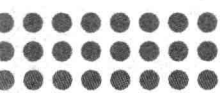
- 84 自由体操
- 84 鞍马
- 85 吊环
- 86 跳马
- 87 双杠
- 88 单杠
- 89 高低杠
- 90 平衡木
- 91 艺术体操
- 93 蹦床
- 93 健美操

■自行车运动

- 96 公路自行车
- 97 场地自行车
- 99 山地自行车
- 101 BMX小轮车

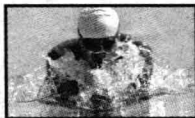
■赛车运动

- 104 小型赛车
- 104 一级方程式赛车(F1)



目 录

CONTENTS



我的第一本百科全书 / 体育百科知识博览

106 三级方程式赛车

106 美国印第赛车

107 世界拉力锦标赛

■水类运动

110 游泳

112 铁人三项

114 现代五项

115 水上芭蕾

116 跳水

■冰雪运动

120 速度滑冰

122 短道速滑

123 花样滑冰

124 滑雪

125 单板滑雪

127 自由式滑雪

128 高山滑雪

129 越野滑雪

131 跳台滑雪

■户外运动

134 徒步

135 露营

136 登山

137 攀岩

141 降溪

142 速降

143 潜水

144 冲浪

145 野外定向

146 生存游戏

147 漂流

148 皮划艇

149 蹦极

■射击运动

152 射击的规则

155 箭术

155 飞镖

■极限运动

158 溜溜球

WO DE DI YI BEN **B**AI KE
我的第一本百科全书 **SHU**

158 滑翔伞

161 滑板

■ 棋牌运动

164 围棋

165 中国象棋

166 国际象棋

168 五子棋

169 桥牌

170 升级

170 拖拉机

172 斗地主

173 麻将

174 跳棋

176 军棋

177 黑白棋

178 斗兽棋

179 蒙古象棋

180 二八杠

181 炸金花

182 德州扑克



我的第一本百科全书

WO DE DI YI BEN BAI KE

体育百科知识博览 SHU

奥林匹克运动

· AOLINPIKEYUNDONG ·

奥林匹克运动会简称“奥运会”，是由国际奥林匹克委员会主办的国际性综合运动会，包括夏季奥林匹克运动会、冬季奥林匹克运动会、青少年奥林匹克运动会、残疾人奥林匹克运动会、听障奥林匹克运动会和特殊奥林匹克运动会。

奥林匹克运动会每四年举办一次（曾在两次世界大战期间中断三次，分别为1916年、1940年和1944年），每届运动会会期不超过16天。

奥林匹克运动会因起源于古希腊奥林匹亚而得名。古代奥运会从公元前776年到公元394年为止，共历经293届，后被罗马皇帝狄奥多西一世因邪教活动罪名而废止。1894年，在巴黎召开的国际体育会议中，在法国贵族皮埃尔·德·顾拜旦的倡议下成立了国际奥委会，并决定恢复奥运会。

现代第一届奥运会于1896年在希腊雅典举行，此后在世界各地轮流举行。由于在1924年设立了冬季奥林匹克运动会，因此人们习惯称奥林匹克运动会为“夏季奥林匹克运动会”。奥林匹克运动会现在已经成为和平与友谊的象征。





古代奥运会

有关古代奥运会的起源的传说有很多，主要有以下两种：一是古代奥林匹克运动会是为祭祀宙斯而定期举行的体育竞技活动；另一个传说与宙斯的儿子赫拉克勒斯有关，赫拉克勒斯因力大无比获得“大力神”的美称，他在伊利斯城邦完成了常人无法完成的任务，不到半天工夫便清扫干净了国王堆满牛粪的牛棚，但国王不想履行赠送300头牛的许诺，赫拉克勒斯一气之下便赶走了国王。为了庆祝胜利，他在奥林匹亚举行了运动会。

奥运会的发起和兴盛（公元前776年至前388年）：公元前776年，伯罗奔尼撒的统治者伊菲图斯努力使宗教与体育竞技合为一体。他不仅革新宗教仪式，还组织大规模的体育竞技、活动，并决定每四年举行一次此活动。时间定在闰年的夏至之后。所以，公元前776年古代奥林匹克运动会就正式载入了史册，成为古代第一届奥运会。当时仅有一个比赛项目，即距离为192.27米的场地跑。

虽然这一时期各城邦之间有纷争，但希腊仍然是一个独立的国家，政治、经济、文化都比较发达，是运

动会的黄金时期。特别是公元前490年，希腊雅典在马拉松平原的河谷地带大败波斯军之后，民情奋发，国威大振，兴建了许多运动设施、庙宇等，参赛者遍及希腊各个城邦，奥运会盛极一时，成为希腊最盛大的节日。

奥运会的衰落（公元前388年至前146年）：由于斯巴达和雅典长期的伯罗奔尼撒战争（公元前431年至前404年），希腊国力大减，马其顿逐渐吞并了希腊。马其顿君王菲利普还亲自参加了赛马。随后，亚历山大大帝虽不喜爱体育活动，但仍积极支持，并视奥运会为古希腊最高体育活动的开幕式，为其增添设施。不过，这一时期的古奥运会精神已大为减



◇古代奥运会的比赛场地是古代奥运会奥林匹亚体育场遗址，在奥林匹亚村的阿尔齐斯神域内进行的，后来在神域的东北角修建了一块长方形运动场，周围有依天然地形形成的看台。



色，并开始出现职业运动员。

奥运会的消亡（公元前146年至公元394年）：罗马帝国统治希腊后，起初虽仍举行运动会，但奥林匹亚已不是唯一的竞赛场地了。如公元前80年的第175届奥运会，罗马就把优秀的竞技者召集在罗马比赛，而只在奥林匹亚举行了少年赛。这时职业运动员已开始大量出现，奥运会成了职业选手的比赛，希腊人对之失去了兴趣。

公元2世纪后，基督教统治了包括希腊在内的整个欧洲，倡导禁欲主义，主张灵肉分开，反对体育运动，从而使欧洲处于一个黑暗时代，奥运会也随之更趋衰落，直至名存实亡。

公元393年，罗马皇帝狄奥多西一世宣布基督教为国教，认为古奥运会有违基督教教旨，是异教徒活动，翌年宣布废止古奥运会。

■ 奥运会的复苏

1776年，英国考古学家在勘察中发现了古代奥运会遗址。1875—1881年，德国库蒂乌斯人在奥林匹亚遗址中发掘出了出土文物，引起了全世界的兴趣。

1858年，希腊发布了《奥林匹克

令》，并于1859年10月1日在雅典举办了第一届泛希腊奥林匹克运动会。

1889年7月，在法国巴黎召开的国际田径代表大会上，被后人尊称为“奥林匹克之父”的法国教育家皮埃尔·德·顾拜旦首次公开了恢复奥运会的设计。1891年1月，顾拜旦以法国田径协会联合会秘书长的身份，向全世界几乎每个体育组织和俱乐部发出邀请——参加于1894年6月16日在法国巴黎索邦神学院召开的国际体育运动代表大会。此次大会就是第一届奥林匹克代表大会。会议召开一个星期后，即6月23日，大会就通过了成立国际奥林匹克委员会的决议，而6月23日也就成了“国际奥林匹克日”。当时，顾拜旦成为首任秘书长。大会决定在1896年召开首届现代奥林匹克运动会，希腊的历史名城雅典获得了主办权。

1896年4月6日至4月15日，希腊雅典举办了第一届现代奥林匹克运动会。

《奥林匹克宣言》：1892年11月25日，顾拜旦在巴黎索邦大学举行的庆祝法国田径运动联盟成立五周年大会上发表了一次精彩演讲。他号召人们“坚持不懈地追求，实现一个以现代生活条件为基础的伟大而有益的事业”。这个内容极其丰富、热情四溢



的历史性演讲，后来被人们称为《奥林匹克宣言》。

第一届现代奥运会：希腊雅典举办奥运会的时间，距罗马皇帝狄奥多西一世下令禁止举行的古代奥运会已经过去了1500多年。1896年4月6日下午3点，在经过重修的雅典帕那辛尼安体育场，希腊国王乔治一世宣布：第一届现代奥林匹克运动会开幕。乔治一世在开幕词中说：“但愿奥林匹克运动会的复兴能增进希腊人民与各国人民的友谊，但愿体育运动和它所崇尚的道德观念有助于造就新一代的希腊人，无愧于他们的先辈。”

此届奥运会设田径、游泳、举重、射击、自行车、古典式摔跤、体操、击剑和网球9个大项43个小项，共有13个国家的311名运动员参赛。

冬季奥运会：19世纪末至20世纪初，一些冰雪运动如滑雪、滑雪橇、滑冰、冰球等项目在欧美国家逐渐得到普及和发展。在这种情况下，现代奥运会创始人顾拜旦建议单独举办冬季奥运会，但由于1901年北欧两项运动在欧洲斯堪的纳维亚半岛的成功举行而被拖延。

正式的冬季奥林匹克运动会始于1924年。当时，法国夏蒙尼市承办了当时被称为“冬季运动周”的运动会，两年后国际奥委会正式将其更名

为第一届冬季奥林匹克运动会。

冬季奥运会最初规定每四年举行一次，与夏季奥运会在同年和同一国家举行。从第二届冬奥会——1928年圣莫里茨冬季奥运会开始，冬季奥运会与夏季奥运会的举办地点改在不同的国家举行。1994年起，冬奥会与夏奥会以两年为相隔交叉举行。为将冬奥会与夏奥会时间错开，故只有1992年冬奥会与1994年冬奥会相隔两年。

青年奥运会：青少年奥林匹克运动会（YOG）是一项专为年轻人设立的体育赛事，糅合了体育、教育和文

小知识

奥林匹克运动

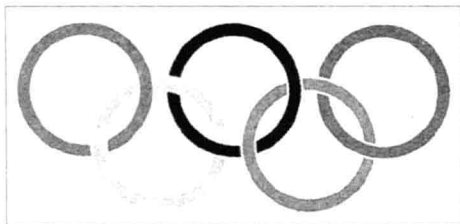
奥林匹克运动是在奥林匹克精神指导下，以体育运动和四年一度的奥林匹克庆典——奥运会为主要活动内容，为促进人的生理、心理和社会道德全面发展，沟通各国人民之间的相互了解、在全世界普及奥林匹克主义、维护世界和平的国际社会运动。奥林匹克运动包括以奥林匹克主义为核心的思想体系，以国际奥委会、国际单项体育联合会和各国奥委会为骨干的组织体系和以奥运会为周期的活动体系。

1998年，著名的《生活》杂志刊载了历史学家精选的过去千年中最重要的1000个事件和人物，顾拜旦于1896年恢复奥运会的壮举也跻身其中，被誉为千年盛事之一。



化等领域的内容，并为推进这些领域与奥运会的共同发展起着催化剂的作用。2001年，国际奥林匹克委员会主席雅克·罗格提出了举办青奥会的设想。青奥会与奥运会一样，每四年一届。夏季青奥会最长12天，于仲夏时节举办。

国际奥委会在2007年7月5日于危地马拉城举行的第119次国际奥委会全会上，一致同意创办青少年奥运会，运动员的年龄需在14~18岁之间，首届青年奥运会将由新加坡承办，举办的时间为2010年8月间（夏季青年奥运会），而冬季青年奥运会首次举办时间为2012年。



◇奥林匹克五环旗帜的含义是：象征五大洲的团结以及全世界运动员以公正、坦率的比赛和友好的精神在奥运会上相见。

歌在各国和国际上获得法律保护。

会旗：奥林匹克会旗于1913年由顾拜旦亲自设计，长3米，宽2米。1914年为庆祝现代奥林匹克运动恢复20周年，在巴黎举行的奥林匹克代表大会上首次升起。1920年安特卫普奥运会正式采用。奥林匹克会旗上面是蓝黑红三环，下面是黄绿两环。五环代表五大洲的团结和全世界的运动员在奥林匹克运动会上相聚一堂。

会歌：该会歌在1896年第一届夏季奥林匹克运动会开幕式上首次演唱，但当时并未确定为奥运会会歌。20世纪50年代后，有人建议重新创作新曲，作为永久性的会歌，但几经尝试都不能令人满意。国际奥委会在1958年于东京举行的第55次全会上最后确定，还是将《奥林匹克圣歌》（《撒马拉斯颂歌》）作为奥林匹克会歌。其乐谱存放于国际奥委会总部。从此以后，在每届奥运会的开、

奥运会的标志

奥林匹克运动有一系列独特而鲜明的象征性标志，如奥林匹克标志、格言、奥运会会旗、会歌、会徽、奖牌、吉祥物等。这些标志都有着丰富的文化含义，形象地体现了奥林匹克理想的价值取向和文化内涵。

《奥林匹克宪章》规定：奥林匹克标志、奥林匹克旗、奥林匹克格言和奥林匹克会歌的产权归国际奥委会专有。国际奥委会可采取一切适当措施使奥林匹克标志、会旗、格言和会

闭幕式上，都能听到这首悠扬的古希腊乐曲。

格言：奥林匹克格言亦称奥林匹克口号。奥林匹克运动有一句著名的格言：“更快、更高、更强。”这一格言是顾拜旦的好友、巴黎阿奎埃尔修道院院长迪东，在一次学生举行的户外运动会上鼓励学生们时说过的一句话，他说：“在这里，你们的口号是：更快、更高、更强。”顾拜旦借用过来，将这句话用于奥林匹克运动。

1920年，国际奥委会正式确认“更快、更高、更强”为奥林匹克格言，在1920年安特卫普奥运会上首次使用。此后，奥林匹克格言的拉丁语“Citius, Altius, Fortius”出现在国际奥委会的各种出版物上。

奥林匹克格言充分表达了奥林匹克运动所倡导的不断进取、永不满足的奋斗精神。虽然只有短短的六个字，但其含义却非常丰富。它不仅暗示在竞技运动中要不畏强手、敢于斗争、敢于胜利，而且鼓励人们在自己的生活和工作中要不甘平庸、朝气蓬勃、永远进取、超越自我，将自己的潜能发挥到极限。

精神：《奥林匹克宪章》指出，奥林匹克精神就是相互了解、友谊、团结和公平竞争的精神。奥林匹克精

神对奥林匹克运动具有十分重要的指导作用。

首先，奥林匹克精神强调对文化差异的包容和理解。

其次，奥林匹克精神强调竞技运动的公平与公正，人人平等，实现更高、更快、更强的理想。正如已故美国著名黑人田径运动员杰西·欧文斯所说：“在体育运动中，人们学到的不仅仅是比赛，还有尊重他人、生活伦理、如何度过自己的一生以及如何对待自己的同类。”

宗旨：《奥林匹克宪章》指出，奥林匹克运动的宗旨是：“通过没有任何歧视、具有奥林匹克精神——以友谊、团结和公平竞争的精神相互理解的体育活动来教育青年，从而为建立一个和平的更美好的世界作出贡献。”

奥林匹克日：1948年1月，国际奥委会在第42次全会上，将每年的6月23日定为奥林匹克日，举行庆祝活动，纪念国际奥委会的诞生，宣传奥林匹克理想和推动普及运动。自1987年起，举行“奥林匹克日长跑”。

奖牌：1896年，在雅典举行的第一届现代奥林匹克运动会上，冠军获得的是一枚银质奖章和一个橄榄枝做的花冠，亚军获得的是一枚铜质奖章和一顶桂冠。此奖章是由法国艺术家



儒勒·夏普朗精心设计的。

第二届奥运会在巴黎举行时，竞赛组委会规定要颁发“特别富有艺术意义”的奖品，因而取消了奖章，而给每个奥运会参加者发了一枚长方形的纪念章，图案是勇士手执橄榄枝。

随后的几届奥运会中，奖章图案设计都各具风格，没有形成固定的样式。直到1928年，奥运会在荷兰的阿姆斯特丹举行，奖章由意大利佛罗伦萨艺术家朱塞佩·卡西奥里教授设计，图案是象征友爱、和睦、团结的手抱橄榄枝的女性塑像。这枚奖章不仅授予运动员，也授予与奥运会同时举行的艺术竞赛的优胜者。自此，以后各届奥运会奖章正面的图案保持不变，只把举办地名与届数

作相应的变更。

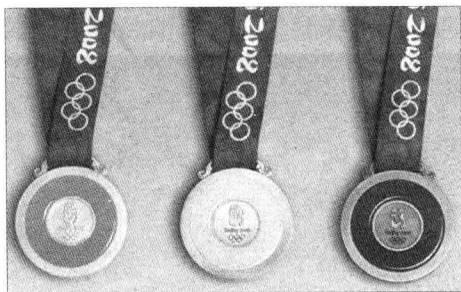
圣火：奥运圣火首次出现在1928年阿姆斯特丹奥运会上。当时顾拜旦提出了这一想法，但仅限于在体育场附近的一个喷泉盛水盘上点燃圣火。

古代奥林匹克运动会点燃圣火的仪式，起源于古希腊人类自上天盗取火种的神话，在奥林匹亚宙斯神前，按宗教的仪式在祭坛上点燃火种，然后持火炬跑遍各城邦，传达奥运会即将开始的讯息，各城邦必须休战，忘掉仇恨与战争，积极准备参加奥运会的竞技比赛，因此火炬象征着和平、光明、团结与友谊。

1920年，为了纪念大战结束，安特卫普奥运会点燃了象征和平的火焰；1928年，阿姆斯特丹奥运会期间在一座高塔上燃烧着火焰，而且火种是从奥林匹克以聚光镜取得的。1934年，国际奥委会确认燃点圣火仪式，并于1936年7月20日在奥林匹亚举行了取火仪式（1936年柏林奥运会）。

吉祥物：在奥运史上，吉祥物第一次出现在1972年的慕尼黑奥运会上，此后吉祥物就成为每一届奥运会具有形象特征的重要组成部分。

在吉祥物的艺术形式上，1992年巴塞罗那奥运会以前，奥运会吉祥物大多以举办国有特色的动物形象为创作原型，一般是一个物种。1992年



◇北京奥运会奖牌直径为70毫米，厚6毫米。奖牌正面为国际奥委会统一规定的图案——插上翅膀站立的希腊胜利女神和希腊潘纳辛纳科竞技场。奖牌背面镶嵌着取自中国古代龙纹玉璧造型的玉璧，背面正中的金属图形上镌刻着北京奥运会会徽。奖牌挂钩由中国传统玉双龙蒲纹璜演变而来。



后，奥运会的吉祥物出现了人物，或者是完全虚拟的形体，数量也有所变化。1998年长野冬奥会吉祥物有四种，2000年悉尼奥运会吉祥物有三种，2004年雅典奥运会有两种，而2008年北京奥运会更多达五种。不管是什么样的形式，其基本的创作核心是有利于表达当届奥运会的主题，有利于表现主办城市独特的地域特征、历史文化和人文特色，同时有利于市场开发和保护。

奥运会的仪式

奥运会的仪式主要有开幕式、闭幕式、颁奖仪式和宣誓誓词四个部分。

开幕式：奥运会开幕式内容包括基本仪式和富有民族特色的团体操及大型体育文艺表演，基本仪式包括以下固定程序：

(1) 奥运会组委会主席宣布开幕式开始，国际奥委会主席和奥运会组委会主席在运动场入口迎接东道国国家元首，并引导他到专席就座；

(2) 各代表团按主办国语言的字母顺序列队入场（但希腊和东道国代表团例外，按惯例希腊代表团最先入场，东道国最后入场；2008年北京

奥运会则是按照简体汉字笔画顺序排列入场）；

(3) 奥运会组委会主席讲话；

(4) 国际奥委会主席讲话；

(5) 东道国国家元首宣布奥运会开幕，奏《奥林匹克圣歌》，同时奥林匹克旗以水平展开形式进入运动会场，并从赛场的旗杆上升起；

(6) 奥林匹克火炬接力跑进入运动场，最后一名接力运动员沿跑道绕场一周后点燃奥林匹克圣火，放飞和平鸽；

(7) 各代表团旗手绕主席台前形成半圆形，主办国的一名运动员登上讲台，他左手执奥林匹克旗的一角，举右手宣誓；

(8) 主办国的一名裁判员登上讲台，以同样的方式宣誓；



◇1988年汉城奥运会的点火仪式上，点燃火炬的是舞蹈演员孙美贞、教师郑顺万和马拉松运动员金元铎三人。三人同时点火，使得汉城奥运会的点火仪式也创了一项奥运会“纪录”。