

JUNDUTIYUZHISHI CONGSHI

JUNDUTIYUSHIHUA

军队体育史话

军队体育知识丛书

主编 陈德平 钱伯成



彭玉康 编著



解放军出版社



《军队体育知识丛书》

军队体育史话

彭玉康 编著

解放军出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

军队体育史话/彭玉康编著. —北京: 解放军出版社,
1999

(军队体育知识丛书)

ISBN 7-5065-3735-4

I. 军…

II. 彭…

III. 军事体育-历史-通俗读物

IV. G870.9-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 50507 号

解放军出版社出版

(北京地安门西大街 40 号 邮政编码: 100035)

北京市宏文印刷厂印刷 新华书店发行

2000 年 5 月第 1 版 2000 年 5 月第 1 次印刷

开本: 787×1092 毫米 1/32 印张: 4.5

字数: 89 千字 印数: 4000 册

定价: 6.90 元

《军队体育知识丛书》编委会成员

主 任：张训才

副主任：于庆金 陈德平 胡亚军

委 员：钱伯成 刘德佩 陈永礼 林建棣

李之文 贾传文 舒进军 刘建华

陈孝平 张学玲 闵腊根

主 编：陈德平 钱伯成

副主编：胡亚军 陈孝平 林建棣 张学玲

前 言

在总参谋部军训部的直接指导和大力支持下，由解放军体育学院编写的《军队体育知识丛书》终于和大家见面了。

军队官兵的体能是军队战斗力的重要组成部分，古今中外各国军队都十分重视军队体育训练。我军自建军之日起，老一辈革命家就十分重视体育训练，把军队体育同军事训练、军队建设密切联系在一起，为增强官兵体质，提高部队战斗力和取得战争的最后胜利起到了十分重要的作用。

建国后，我军继续发扬开展军队体育运动的光荣传统，并在总结战争年代开展军队体育活动的基础上，不断赋予军队体育活动以新的内容，制定了一系列规章制度，把开展体育活动纳入了军事训练体系，从而使我军体育训练得以进一步制度化、正规化，为我军的全面建设作出了重要贡献。

然而，由于多方面的原因，我军体育的学科建设，教材建设处于滞后状态，全军部队在开展体育训练时，缺乏知识性与指导性相结合的读物。编写出版《军队体育知识丛书》，旨在进一步加强军队体育学科建设，完善教材体系，为部队基层官兵提供一套具知识性、趣味性和指导性相结合的军队体育科普读物，促进我军体育训练的开展，提高部队战斗力。

《军队体育知识丛书》共十册。《军队体育史话》、《高技

术战争与军队体育》、《现代战争与军人的体能训练》、《军体训练的生物学》、《军警格斗》、《军事五项》、《武装泅渡》、《军体操》、《军队中的田径运动》、《军队中的球类运动》等。

《军队体育知识丛书》在编写出版过程中，得到了总参军训部体育局、八一军体训练大队等单位的大力支持，在此一并表示衷心感谢。

编委会
1999年3月

目 录

第一章 漫话军队体育的产生与发展	(1)
一、谈谈体育的起源	(1)
二、从战争中脱胎出来的军队体育	(3)
1. 国家军队的出现及其军事训练	(3)
2. 战争的出现与军队体育的产生	(4)
3. 体育成为军事训练不可缺少的重要内容	(6)
4. 古代统治者十分重视军队的体育训练	(7)
5. 古代军事家把体育作为训练军队的重要 手段	(8)
6. 古代农民起义领袖也非常重视起义军的 体育训练	(9)
第二章 绚丽多姿的古代军队体育	(11)
一、古代军事训练中的体育	(11)
1. 古代军队体育训练的主要内容	(11)
1) 射	(11)
2) 御	(13)
3) 田猎	(14)
4) 角力	(14)
5) 击剑	(16)

6) 投掷	(17)
7) 跳跃	(19)
8) 游泳	(19)
9) 拔河	(20)
10) 奔跑	(20)
11) 武舞	(21)
12) 骑射	(22)
13) 蹴鞠	(23)
14) 水塘	(24)
15) 冰塘	(25)
16) 举重	(26)
17) 贵由赤	(27)
18) 马球	(28)
二、古代军事家与体育	(30)
1. 赵武灵王	(30)
2. 飞将军李广	(31)
3. 霍去病	(32)
4. 杨坚	(33)
5. 李世民	(34)
6. 李靖	(34)
7. 狄青	(35)
8. 岳飞	(36)
9. 俞大猷	(37)
10. 戚继光	(38)
11. 郑成功	(39)
第三章 近代军队体育的兴起	(42)

一、近代体育的产生	(42)
二、近代体育的几种形式	(43)
1. 德国体操	(43)
2. 瑞典体操	(45)
3. 英国的户外运动	(45)
三、清代洋务军队和军事学堂的体育	(47)
1. 清代八旗军队的体育	(47)
2. 洋务军队的体育	(48)
3. 洋务军事学堂的体育	(49)
四、黄埔军校体育	(51)
第四章 红军体育	(53)
一、领导带头参加体育活动，党政军各部门极其重视体育工作	(53)
二、“俱乐部”和“列宁室”的建设及其体育工作任务	(56)
三、中央苏区的红军体育	(57)
四、中央苏区机关和干部学校中的体育	(59)
五、中华苏维埃共和国第一次运动大会	(60)
六、“九四”国际青年节运动会	(62)
七、其它苏区红军的体育	(63)
八、长征途中红军的体育活动	(67)
九、一个美国记者眼中的红军体育	(69)
第五章 抗日烽火下的八路军、新四军体育	(71)
一、中央领导、八路军、新四军首长大力推动和宣传体育运动	(71)
二、延安体育会与延安新体育学会	(73)

三、艰苦奋斗，自己动手，勤俭办体育	(76)
四、延安“九一”扩大运动大会	(77)
五、新四军的体育	(79)
六、120师“战斗”篮球队	(83)
七、129师的体育运动	(86)
八、八路军驻渝（含新华日报社）、驻西安办事处体育活动	(90)
第六章 建国后，解放军体育的蓬勃发展	(94)
一、建国初期到“十年动乱”期间，我军体育工作概况	(94)
二、战略中心转移以来，我军体育事业有了新的 发展	(98)
三、建国后，我军采取的体育训练措施	(99)
四、勇攀体坛高峰的突击队	(102)
五、体育能出战斗力	(108)
第七章 共和国将帅的体育情	(111)
共和国体育元勋——贺龙	(111)
朱德的体育情	(112)
刘伯承少年学艺	(114)
叶帅的体育情怀	(115)
陈毅与围棋	(117)
第八章 军中体育骄子	(118)
陈镜开	(118)
李淑兰	(119)
王锡华	(120)
徐开才	(121)

王荣娟	(121)
石桂珍	(121)
董湘毅	(122)
李亚敏	(122)
陈招娣	(123)
曹慧英	(124)
杨锡兰	(125)
李延军	(125)
马燕红	(125)
郑海霞	(126)
王涛	(127)
刘国梁	(127)
贺慈红	(127)
国林跃	(128)
李双红、李对红	(128)
叶乔波	(129)

第一章

漫话军队体育的产生与发展

一、谈谈体育的起源

体育的历史与人类社会的历史一样悠久而漫长，它与教育、宗教、艺术等和人类社会密切相关的社会现象一样，堪称是人类最古老的社会现象之一。

今天，令人目眩的现代体育，似乎找不出一点原始的蛛丝马迹；然而，追溯多姿多彩的现代体育的起源，却又不得不从原始体育说起。一般说来，体育的起源经历了漫长的历史过程，体育作为人类社会的实践活动之一，它是随着人类社会的产生而产生，并随着人类社会的发展而发展的，它与人类社会共始终。

众所周知，原始人类为了生存和繁衍，就必须从事劳动，必须同无情而恶劣的大自然进行搏斗，在这个过程中，原始人的各种生活和劳动技能，诸如走、跑、跳、投掷、攀越、游泳等生活和生产技能都得到了不断发展，而所有这些

人类在劳动过程中获得的各种身体活动，就属于人类社会最初的体育形态。

通常认为，旧石器时代中期（约10万—5万年前），人类开始进入母系氏族公社时期，人类能够打制石器，还学会了制造骨器和人工取火，这时，与直接劳动过程分离的早期身体练习开始出现。到了这个时代的晚期，人类学会了制造标枪和弓箭等复杂工具，原始农业、畜牧业、纺织业开始产生，原始艺术、原始宗教也迅速发展起来。生产劳动过程更加复杂，各种动作被更精细地整理和有计划地事先练习，并被组合起来作为特定的身体练习形式，这种练习集中表现在模仿劳动的各种游戏之中。于是，更加复杂的体育运动形式也开始出现，并成为了人们谋求自身身体素质发展和学习提高生活技能的重要手段。

历史表明，在原始民族中，即将进入成年的青年须履行一种称为“成年礼”的仪式，这一仪式往往由长者主持，主要方式或是狩猎、格斗或是其它的繁重体力劳动等，对象是一些适龄男子，目的是通过上述内容和方式的检查锻炼，以确认他们是否具备各种知识和技能。到后来，为了使适龄男子能够顺利通过检查，社会上出现了专供训练适龄男子的所谓“青年营”。青年男子集中在“青年营”里共同学习劳动、格斗和舞蹈等知识技能，也通过一定的比赛方式进行学习和训练。于是，出现了体育竞技活动。在原始社会，由于竞技活动充分表现人的能力、意志、智慧和审美情感，因此，它成为了各种祭礼活动中的一项重要内容，某些祭礼活动后来逐渐发展成为以竞技运动为主要内容的祭礼运动会，如古代奥运会。民族学和考古学的材料表明，射箭、跑步、游泳、

投掷等体育竞技形式在氏族社会广泛存在。竞技的出现已经表明原始人的体育进入了一个新的阶段，这是原始人类身体练习发展的必然结果。

就体育的产生而言，一方面，原始人类的体育，无论从内容还是形式上看，都处于原始文化和混沌母体之中，它是融知识和技能学习、身体训练、共同感情和习惯的培养等为一体的多功能的活动。另一方面，原始人类的体育，还没有完全与劳动过程分离。许多体育用品，如标枪、石球、弓箭等本身直接就是劳动工具或武器，许多运动技能，如跑、跳、投掷、游泳、格斗等本身就是生产技能和军事技能。

原始人类的体育，还表现出了初步的地域文化特征。在游牧民族中，骑马、射猎成了首要的体育方式；在渔猎民族中，跑、跳、投掷、游泳等是主要的体育活动；在农业民族中，舞蹈、摔跤、举重、球戏等在生活中占有突出地位。

随着生产工具的改进，社会生产力的不断发展，剩余产品和私有制的出现，人类生活中有了娱乐、宗教、教育、战争等等复杂现象。人的身体活动同这些现象相结合，使原始体育得到了进一步的发展。

二、从战争中脱胎出来的军队体育

1. 国家军队的出现及其军事训练

人类社会发展到了一定历史阶段，出现了阶级，于是出现了阶级统治的机关——国家。统治阶级为维护其统治地位，镇压被统治阶级的反抗，平息被征服民族的反叛，抵御外敌侵略，争夺更多的土地和人口，统治集团就必须建立自

己的专政工具——国家正规军队。

在我国历史上，第一个奴隶制国家王朝——夏，就出现了由少数不参加劳动的贵族上层成员组成的卫队，负责王室的警卫，一旦发生战争，国家就临时征集平民组成军队，进行作战。这支卫队就是国家常备军队的雏形。到了商朝，国家组建了一支有固定编制的军队——“王师”。

适应军队作战能力发展的需要，特别是适应兵器专门化和对外战争的需要，统治阶级就必须对军队进行一定的军事训练，以使作战人员学会兵器的使用和基本作战技能。于是，出现了军队训练实践活动。

2. 战争的出现与军队体育的产生

军队体育是人类社会军事斗争发展到一定历史阶段的产物。在原始社会，没有军队，也就不可能有军队体育，但是原始社会已有原始战争，也就有了原始的军事活动。而由于原始的军事活动所使用的原始兵器，实际上是当时极其简陋的劳动工具，军事技能在某种程度上也只能说是劳动技能延伸而来。

随着社会的发展，私有制和阶级产生了，出现了部落之间、阶级之间、民族之间、国与国之间的战争。战争的出现，推动了武器和战斗技能的发展。起初，人们是把狩猎和劳动的工具和技能用于作战，后来，在此基础上，逐步分化出了武器和军事战斗技能。据《史记》称：黄帝在征服别的部落和在对蚩尤作战时出现了械斗的兵器和角抵。到了商代后期，便出现了庞大的国家常备军，车战成为了作战的主要作战方式。商王对这支部队进行了严格而专门的军事和体育训练，在商代的军队中，出现了许多优秀的作战人员，如驭马的有

“多马”，善射的“多射”王室和“新射”等都是战车作战的能手，由他们组成了商王的王室侍卫武装。当时频繁的战争使人们认识到要战胜敌手，就要有高于对手的本领。而要提高士卒的作战技能，就必须事先对士卒进行严格的专门的身体和军事技能训练。因此，史料记载我国西周时，射、御、角力就成了军队的重要训练内容，《礼记月令》篇也说到：“孟冬之月……天子乃命将帅讲武，习射、御、角力”。

在古代，由于武器和作战方式的限制，军事技能和体育在形式上没有截然的区别，往往两者是融为一体的，如射箭、投枪、击剑等既是体育项目，又是军事技术。在交通不便，武器和作战方式简单的情况下，士兵身体素质的强弱、技能的高低，是关系到军队战斗力的直接因素，往往对于战争胜负起关键作用。正是由于强壮的身体可以直接产生作战优势，因此，在军队训练中，体育训练也就逐渐从战斗技能训练中分化出来，成为军队训练的一项必不可少的重要内容。在希腊奴隶制时代的斯巴达，就有了专供奴隶主子弟从事体育和军事训练的教练场，奴隶主格外重视对其子弟的体育训练，并把它看作是增强士卒体质，培养士卒战斗作风的重要方面。诚如恩格斯所说的：“在希腊各国中，斯巴达是最尚武的国家，如果说雅典人的普遍体育训练是锻炼技巧和增强体力同时并重，那么斯巴达人则着重增强军人的体力，培养坚韧不拔和刻苦耐劳的精神。”我国的史料也有这方面的许多记载，远在春秋战国时期，各国军队中的举鼎、角力、田猎、赛马、奔走、投掷、跳跃、游泳等体育活动就相当普及，统治者也将体育作为练兵的重要手段，以增强士卒体力，提高军队的作战能力。

由此可见，我们可以把军队体育的产生作这样的概括：作战技能和劳动生活技能是军队体育的重要来源。军队体育是伴随战争的出现而出现的，武器和军事技能的发展又推动了军队体育的不断发展。在古代，体育训练是提高士卒作战技能的重要手段。

3. 体育成为军事训练不可缺少的重要内容

在冷兵器时代，军队的战斗力，尤其是单个作战主体的战斗力，主要是建立在作战主体自身的体力基础上。就单个作战主体而言，体力强作战能力也强，体力弱其战斗力也弱。特别是在弓、剑、刀的冷兵器出现后，格斗、擒拿、搏击成为了作战的主要技能，因此，在冷兵器时代，军队的军事训练自然就离不开对作战主体的体育训练。为了使人们的身体适应战争的需要，提高将士的身体素质、技巧等，有许多体育活动自然地成为军事训练中的重要手段。这表现为：一方面许多军事体育项目运用于军事训练，另一方面一些能够促进作战主体体质和作战技能提高的体育项目也在军队中广泛开展。如射、御、角力用于军事训练，它的直接目的就是提高射箭技艺、驾车技术和角力水平。奔跑、跳远，投石等田径运动用于军事，就是为满足作战人员行军长跑、跳跃、投掷的能力。球类运动用于军事，直接目的也是在于增强作战人员的体质，锻炼技巧。武术运动用于军事，则直接可以提高作战人员的作战技能和能力。水上、冰上运动用于军事，也具有明显的练兵目的。

由此可见，古代的体育活动在当时来讲，不仅是训练士兵身体素质的手段，而且在军事战斗中为夺取胜利也发挥了巨大的作用。