



中国体育科学学会资助项目

奥运知识之必备典籍



走近奥运

Approaching the 2008 Olympics

田慧 主编



北京体育大学出版社

中国体育科学学会资助项目
北京维奥康经贸有限责任公司资助出版

走近奥运

Approaching the 2008 Olympics

田 慧 主编

北京体育大学出版社

策划编辑 梁 林
责任编辑 梁 林
审稿编辑 李 飞
责任校对 森 森
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

走近奥运/田慧主编. - 北京:北京体育大学出版社,
2007.3

ISBN 978-7-81100-703-9

I. 走… II. 田… III. 奥运会-基本知识
IV. G811.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 019692 号

走近奥运

田 慧 主编

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区中关村北大街
邮 编 100084
发 行 新华书店总店北京发行所经销
印 刷 北京市昌平阳坊精工印刷厂
开 本 787×960 毫米 1/16
印 张 16.5

2007 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 43.00 元(平) 63.00 元(精)

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

《走近奥运》编委会

主 编：田 慧

副主编：李 晶

编 委：（按姓氏笔划排序）

尹红蕾 田 慧 李 晶

柳莉蕊 梁志芳 韩 冰

韩亚辉



作者简介

田慧，教授，英语语言文学硕士。北京体育大学外语系主任，北京市大学英语研究会常务理事，先后留学于澳大利亚、美国。其科研项目多次获国家体育总局科研成果奖励，并获霍英东教育基金优秀青年教师奖、北京高校哲学社会科学中青年优秀奖等。主编《体育英语》教材、《英语词典》等10余部，发表学术论文20余篇。

总 序

随着我国综合国力的增强和体育事业的不断发展,体育科技事业取得了明显进步。中国体育科学学会作为联系体育科技工作者的桥梁和纽带,在科学研究、学术交流、科技奖励、科学普及、资助出版、科技培训、科技咨询、国际交流等方面开展了大量的工作,为体育科技进步、学术繁荣和科学化水平的提高,做出了积极的努力。

资助出版工作是通过专项资金对科技含量高、科学性强的体育科技著作和体育科普著作进行资助出版。这项工作对充分调动广大体育科技人员的科技创新和著书立说起到了积极的促进作用。中国体育科学学会从1999年至2003年受国家体育总局的委托开展资助出版工作,共资助出版了11本具有较高学术水平的体育科技专著,在体育科技界产生了积极的影响。在北京维奥康经贸有限责任公司的资助下,自2005年起,中国体育科学学会设立了体育科技和科普专著资助出版项目。学会将继续坚持高水准、出精品的原则,把体育科技和科普专著资助出版工作不断向着科技含量高、创新性强的目标迈进。

我们希望通过这项工作,促进广大体育科技人员以2008年北京奥运会为契机,加大科技创新的力度,加快体育科技发展,以强大的科技实力和完善的服务体系,促进竞技体育水平的提高;以满腔的热忱投入人民群众科学健身的科普知识宣传和科学技术普及工作中,满足广大人民群众对科学健身的需求,为中国体育事业的全面进步做出积极的努力!

感谢北京维奥康经贸有限责任公司对中国体育科学学会体育科技和科普专著资助出版项目的大力支持。

中国体育科学学会

二〇〇五年十一月

前 言

公元 1896 年，当第一届现代奥林匹克运动会在希腊雅典举行的时候，在世界的东方，古老的中华民族还处在闭关锁国，贫穷落后，屡受西方列强凌辱与瓜分的年代，中国人还被蔑称为“东亚病夫”。物换星移，时移世异，100 多年以后，公元 2008 年，现代奥林匹克运动就要在这个古老的东方大地上欢庆她的第 29 个盛典。此时的中国，已是一个经济高速发展，对外高度开放，国力空前强大的现代化国家，中国的体育健儿在所经历的奥运会上用他们的信心、实力和表现使中国人彻底甩掉了“东亚病夫”的帽子。

忘不了公元 2001 年 7 月 13 日那个不眠之夜，全世界的炎黄子孙欢呼雀跃，世界为中国喝彩——我们伟大祖国的首都将在 2008 年迎接八方宾朋，承诺举办历史上一届出色的奥运会。中国人终于如愿以偿地实现了 100 多年以来参与奥运、夺取金牌、举办奥运的三个梦想。

如今，随着 2008 年北京奥运会日益临近，组织与筹备工作正如火如荼地展开，北京的城市建设日新月异，北京的市民和全国人民正以饱满的热情翘首企盼奥运圣火在北京点燃。

2008 年奥运会，对于中国及首都北京的发展无疑是个契机。在筹办、举办奥运会的过程中，如何认识和理解奥林匹克运动，如何观赏奥运会比赛，提高奥运文化素养，都是我们每个普通市民应该思考的问题。从世界范围来看，四年一度的奥运会，不仅是各国竞技体育的较量和对竞技体育发展的检验，同时也是各国进行文化交流、弘扬奥林匹克精神的盛大节日。作为奥运会主办国的公民，作

为主办城市的市民，理应提高自身奥运知识水平和对奥运精神的认识。

正是基于以上的思考，从2004年开始，我们历时两年，编写了这本《走进奥运》。全书共分两大部分，第一部分力图以通俗易懂的语言，言简意赅地介绍奥林匹克历史、文化和传统以及奥运会中的兴奋剂问题等热点话题，并且还单独开设章节讲解了奥运志愿者的相关知识；第二部分在对主要运动项目进行通俗讲解的同时，渗透奥运礼仪的教育，提供观赏指南等基本知识，旨在为普通市民以及观看奥运会比赛的观众提供一本指南性书籍，便于他们更好地观看比赛，欣赏比赛，同时向世界各国人民展现文明古国、礼仪之邦深厚的文化底蕴和中国人民良好的精神风貌和文化素养。希望此书的出版发行能为更多人了解奥运、参与奥运、观看奥运，进而更好地融入奥运贡献出绵薄之力。

本书在编写过程中参考了大量的中外相关书籍、报纸和网站等资料，同时得到了北京体育大学各运动项目专家的指导和帮助，在此谨表谢意。

由于编者水平有限，加之编写时间紧迫，书中缺点和错误在所难免，恳请读者批评指正。

上篇 奥运基本知识介绍

第一章 古代奥运会和现代奥运会..... (2)

第一节 古代奥运会 (2)

第二节 现代奥运会 (6)

第二章 奥运会的誓词、会歌、会旗、会徽和奥运精神 (12)

第一节 奥运会的誓词和奥运精神 (12)

第二节 奥运会会歌、会旗、会徽 (16)

第三章 国际体育组织与奥运会的申办 (19)

第一节 国际奥委会及其他国际体育组织 (19)

第二节 奥运会申办 (23)

第四章 奥运志愿者 (28)

第一节 志愿者与奥运志愿者 (28)

第二节 北京奥运志愿者 (31)



第五章 奥运热点问题 (34)

- 第一节 奥运会的政治问题 (34)
- 第二节 妇女与奥林匹克运动 (39)
- 第三节 奥运会中的兴奋剂问题 (47)
- 第四节 奥运会的环境问题 (56)

第六章 观看比赛重礼仪 (62)

- 第一节 观赛前的准备 (62)
- 第二节 文明观赛 (64)

下篇 主要运动项目简介、观赏 及礼仪提示

1. 古老技艺的现代演绎——射箭 (68)
2. 舞动青春的韵律——艺术体操 (71)
3. 刚柔并济——羽毛球 (73)
4. 美式娱乐——棒球 (79)
5. 巨人的游戏——篮球 (85)
6. 阳光运动——沙滩排球 (97)
7. 力量的对抗, 搏斗的艺术——拳击 (101)
8. 动静之间穿越激流——皮划艇 (107)
9. 车轮转动定乾坤——自行车 (109)
10. 空中的艺术体操——跳水 (113)



目 录

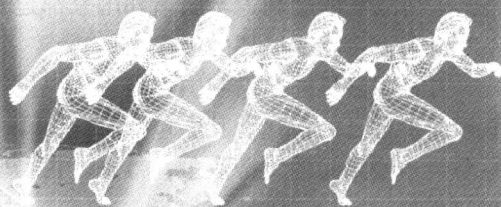
11. 王者的运动——马术	(122)
12. 高雅优美的贵族运动——击剑	(125)
13. 技术与激情的碰撞——曲棍球	(134)
14. 绿茵场上的较量——足球	(138)
15. 运动与人体之美——体操	(146)
16. 温文而雅的格斗——柔道	(150)
17. 毅力与信念的比拼——现代五项	(154)
18. 心随帆影随风舞动——帆船	(159)
19. 于无声处听惊雷——射击	(161)
20. 巾帼不让须眉——垒球	(166)
21. 水中赛跑——游泳	(170)
22. 水上芭蕾——花样游泳	(176)
23. 魅力小球——乒乓球	(179)
24. 踢的艺术——跆拳道	(185)
25. 优雅与力量的结合——网球	(190)
26. 古老的竞技——田径	(198)
27. 源于杂技的体育项目——蹦床与技巧运动	(214)
28. 空中飞球——排球	(218)
29. 水上手球——水球	(223)
30. 力拔千斤气盖世——举重	(227)
31. 直面的对抗——摔跤	(233)

附 录

附录1 国际单项体育联合会	(238)
附录2 各国在奥运会中的简称	(239)
附录3 历届夏季奥运会举办国家及城市	(243)
参考资料	(245)

上 篇

奥运基本知识介绍



第一章 古代奥运会和现代奥运会

第一节 古代奥运会

古代奥林匹克运动会（Ancient Olympics）是在希腊奥林匹亚举行的古代竞技赛会。公元前 776 年开始有文字记载，每 4 年一届，这一历时 293 届的竞技会，长达近 1170 年，为人类留下了宝贵的文化遗产，到 394 年为罗马皇帝狄奥多西一世所禁止。

一、古代奥运会的起源

位于欧洲南部的巴尔干半岛上的古希腊，孕育了欧洲最古老的文明。半岛充满生机的自然环境，使古希腊人形成了爱美和爱好运动竞技的传统，对后世产生了极大的影响。

古代希腊有诸多的城邦国家，这些国家连年战争。为了能得到身体强壮的士兵，赢得战争的胜利，希腊诸邦国家都建有专供人们进行锻炼的练身场，练身场一度成为古希腊诸城邦的标志之一。

古希腊最早的奴隶制国家出现于克里特岛，克里特人在古代东方文化的影响下创造了自己的文化。其中包括舞蹈、斗牛、拳击和摔跤等。随着城邦经济文化的繁荣和城邦间的复杂竞争，带来了古希腊体育的繁荣，战车赛、站立式跤、拳斗、赛跑、标枪、铁饼、跳跃、格斗、射箭等成为了古希腊人最常见的运动形式。斯巴达和雅典先后成为繁荣时期希腊体育的代表。而也就在这一过程中，孕育、产生了许多地方性或全希腊的运动会，其中影响较大就是诞生于奥林匹亚的奥林匹克竞技会。

古代奥林匹克运动会是古希腊文明的重要组成部分，它不仅表现了古希腊人对健美体魄的追求，还体现了古希腊人崇尚荣誉的精神和维系民族团结的愿望。

古希腊人以神人同形的多神信仰为主，因此古代奥运会的起源就与丰富多彩的希腊神话密不可分。相传早在竞技会创立之前，奥林匹亚就举行过纪念希腊神话英雄珀罗普斯的殡葬会，后来大力神赫拉克勒斯重又举行竞技会，用来奉献给众神之父宙斯。公元前 776 年，斯巴达与埃利斯城邦结成神圣同盟，再度恢复了竞技会，并确定每 4 年举行一次。这一年也就成为按竞技会计算的全希腊纪元的开端，公元前 4 世纪时人们开始把奥林匹克竞技会的序次作为纪年的序次。

二、奥林匹克的盛典——古代奥运会的举行

（一）盛会前的准备

奥林匹亚竞技会在夏至（6 月 22 日）后第一个望月日开幕。由埃利斯城邦选派 3 名纯希腊血统的使者，他们被称为“季节传令兵、宙斯的休战信使”。盛典开始前的几个月，他们便离开埃利斯，四处奔波，受到各城邦的热烈欢迎，各地官员热情接待他们，并在圣火坛前抛洒奠酒，宣布“奥林匹克神圣休战”（Olympic Truce）的开始。从这时开始，整个埃利斯城邦国土便成为神圣不可侵犯的地方，境内任何人不准携带武器。各城邦也务必休战，派出使节和体育代表团提前一周赶往奥林匹亚，竖起一个个帐篷，形成一个热闹的帐篷城。各城邦的官方代表要参加各种外交活动，运动员则要登记、审查。赛会规定，只有纯希腊血统的公民和自由人才能参赛，还必须是从未受过刑罚，道德上没有污点的男子。从第 30 届（前 660 年）开始，希腊大陆全体居民都可参赛；从第 40 届开始，希腊殖民地的居民也可以参赛。

盛会举行前，埃利斯城邦还要选派 3 名经过严格挑选的纯希腊血统的运动员，在宙斯神殿的“圣火坛”前，接过希腊少女经过宗教仪式用凹凸镜点燃的太阳火炬，跑遍全希腊境内的各个城邦国家，传谕联合城邦：奥林匹克运动会就要召开了，各城邦的运动员们都要作好准备，到奥林匹亚去参加运动会。在各城邦传谕的火炬回到奥林匹亚村时点燃宙斯神殿前的“圣火”，圣火熊熊燃烧，竞技赛会在“圣火”中宣布开幕，这“圣火”按照神示，必须要到运动会结束时才能熄灭。这项活动在古代奥林匹克运动会上就形成了传统。这也就是现代奥运会开幕式上点燃“圣火”仪式的渊源。

古代奥运会中，还设有法官。法官负责管理奥运会参赛者的最初训练，收集参赛者信息，对他们的参赛资格进行审查（因为开始规定只有纯希腊血统的公民和自由人才能参赛，还必须是从未受过刑罚，道德上没有污点的男子）。

参赛者必须提前一个月将自己的名单交上，并在执法官的监督下，进行为期一个月的及其严格的训练。执法官在这一个月中要检验参赛者，淘汰不合格者，进一步证实其出身及参赛权。运动员要严格遵守训练规则，以示对神的遵从。比赛被视为对众神的一种奉献，所以运动员在比赛中必须尽善尽美，以求神的恩宠。

奥运会开始前几天，所有执法官和参赛者就离开埃利斯，前往奥林匹亚。同时，成群结队的人们也前往奥林匹亚相聚。

（二）奥运会开幕

赛会的头一天先要向宙斯举行隆重的祭祀典礼。会场放着祭祀宙斯的圣坛，宙斯手握霹雳，以示对作恶者的警告。所有参赛者以及他们的父兄和教练都伫立在这个令人敬畏的神像前，将一头猪作为献祭，举手宣誓，保证在将要举行的比赛中不采用任何不公正手段，还要进一步保证在十个月训练期间自己严格遵守了训练规则。随后，裁判员宣誓，保证将公正裁决，不受贿赂，不泄露裁决缘由。

一系列祭祀仪式结束后，再对各竞赛项目进行抽签，决定比赛顺序后，将名单贴在白色布告板上。

（三）古代奥运会的比赛项目

古代奥林匹克竞技会的比赛项目，主要是从古希腊传统体育活动形式发展而来的。在古代奥林匹克竞技会初创时期，主要进行田径项目的比赛，其影响也并不大。后来，随着竞技会规的不断扩大，比赛项目也在不断增加，到了公元前6世纪，逐渐增加了摔跤、五项全能、拳击、赛马、角斗以及战车赛、武装赛跑等，达到了20多项，且大多与军事技术和军事训练有关。

最初的比赛项目大多数为现代运动项目的原始雏形，比赛规则简单，任意性很大。场地跑是古代奥林匹克竞技会最早设立的竞赛项目，是从第1届到第13届运动会上的惟一竞赛项目，也是当时最普及的运动项目之一，后来有了往返跑和长跑。

在古代奥林匹克竞技会期间，少年比赛项目是从第37届开始设立的，参加少年比赛项目的竞技者年龄限定为17~20岁。在设立的比赛项目中，大多数与成年人的比赛项目相同，形式和内容也基本一致，只是在规则的要求、动作的难度方面要低于成年人。而拳击、混斗等项目，在有些城邦国家，如斯巴达等地是严禁青少年参加的。也有一些专门为少年选手设立的比赛项目。

赛会期间，来自各城邦的艺术家展出自己的作品，诗人吟诵诗歌，哲学家、

历史学家发表演说，而商人们则藉此谈买卖、定契约，使竞技会同时成为全希腊思想、文化、经济交流的大集会。

（四）古代奥运会的颁奖仪式

古代奥运会的发奖仪式场面宏阔、热烈、壮观。古代奥运会的授奖台设在天神宙斯像前。对优胜者授予野橄榄叶编成的桂冠。优胜者站在用黄金和象牙制成的授奖台上接受奖品，头戴月桂花环、身着绛红色礼服、手持棕榈树枝的裁判员，用高亢而庄严的声调向公众宣布优胜者的姓名、个人历史、父母姓名、所属城邦国家的名称，以及他们在本界运动会上获胜的项目，并同时向优胜者授予一枝棕榈树叶。随后优胜者被观众簇拥着参加各种庆祝活动，成千上万羽信鸽腾空而起，直上云霄，把奥林匹克竞技优胜者的英名和功绩传报四方。橄榄冠成为古代奥运会的至高奖品，获得它是最高的荣誉。获3次优胜者则可在奥林匹亚立像纪念。

（五）奥运会闭幕

奥运会最后一天是在盛大宴会和庆祝活动中度过的。获胜者在众神的祭坛前起誓，晚上便举行盛宴纵情欢乐。

失败者偷偷溜走，遍身伤痛，没有一张笑脸迎接他们回来；胜利者则被欣喜万分的朋友迎接，受到自己城邦人民的盛大迎接，人们边歌边舞，簇拥英雄们来到自己城邦的神庙，在那里祭神并且庆祝胜利。

三、奥林匹克的灾难——古代奥运会的陨灭

公元前4世纪后，马其顿人入侵希腊，竞技会逐渐衰落。公元前146年，罗马人征服了希腊，竞技会变成了罗马帝国的地方性竞技观赏会。公元394年，罗马皇帝狄奥多西一世立基督教为国教禁止异教活动，奥林匹克竞技会亦被废止。公元426年，狄奥多西二世又下令烧毁了奥林匹亚残存的庙宇，百年后经过几次洪水和地震的冲击，古代奥林匹克竞技会遗址被埋于地下。这样一来，从公元前776年至公元394年历时1170年，共举行了293届的古代奥林匹克竞技会便渐渐被人们忘记了。

第二节 现代奥运会

现代奥林匹克运动（Modern Olympics）是在奥林匹克主义（Olympianism）指导下，以体育运动和4年一度的奥林匹克运动会庆典为主要活动内容，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。

一、奥林匹克运动的复兴（The Modern Revival of Olympic Games）

奥林匹克运动兴起于欧洲资本主义工业化时代。它以坚实的社会经济、政治、文化基础为依托，顺应了社会发展的需要和体育发展的潮流，是人类社会进入工业文明后开始的一项伟大的社会实践。

（一）奥林匹克运动复兴的时代背景

首先，文艺复兴、宗教改革和启蒙运动这三大思想文化运动为奥林匹克运动的兴起奠定了思想基础。在14~16世纪的文艺复兴运动中，欧洲新兴资产阶级热烈歌颂了古希腊体育精神，使人们再度回想起泯灭久远的古希腊奥运会。古代奥运会的遗址引起了人们的强烈向往，英、法、德等国的学者都开始了寻找古代奥运会的遗迹的漫长历程。经过科学家们的不懈努力，1881年，古代奥运会遗址的主要设施终于重见天日。1887年，在柏林展出从奥林匹亚发掘出的大量文物，激起了人们对奥林匹克运动的憧憬，人们期望奥运会尽快回到现实中来。

其次，体育的国际化趋势为奥林匹克运动的产生创造了条件。19世纪后半叶，随着自由资本主义向垄断资本主义过渡和世界市场得以形成，民族间的壁垒被打破，体育也超越国界，出现了国际间的体育交流和比赛，形成了体育国际化趋势。由于国际体育竞赛和相互交流的需要，一些国际性的单项体育组织相继诞生。世界各地复兴奥运会的尝试为奥林匹克运动的兴起积累了经验。19世纪初期，欧美一些国家为复兴奥运会进行了各种尝试。19世纪30年代，瑞典伦德大学的斯卡图教授曾举办过两次被当地报纸称作“奥运会”的比赛活动。从1849年起，每年一届，英国布鲁克斯博士组办过长达几十年的“奥林匹克节”。