

根据新课标《体育与健康课程标准》编写

体育 与健康

TIYU YU JIANKANG

高中二年级（下）



北京体育大学出版社

体育与健康

高二下册

主 编:袁运平

副主编:赵 波 陈志相

编 委:赵志明 唐建倦 谢永清

北京体育大学出版社

责任编辑:谭 鹏

审稿编辑:熊西北

责任校对:李晓东

绘 图:李海亮

图书在版编目(CIP)数据

体育与健康. 高二. 下册/袁运平主编. —北京:
北京体育大学出版社, 2005. 5

ISBN 7-81100-338-4

I. 体... II. 袁... III. ①体育课—高中—教材
②健康教育—高中—教材 IV. G634. 961

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 029141 号

策 划:北京体育大学出版社中小学教材编辑室

电 话:010-82899082(带传真)

开 本:787×1092 毫米 1/16 印 张:7.625

字 数:154 千字

定 价:8.00 元

印 数:1~1000 册

印 厂:北京海德印务有限公司

编写说明

本丛书以“体育与健康课程标准”为纲,结合不同年级学生的年龄、生理和心理特征编写。为达到各个学习领域和各个层次的基本目标,编写人员设计了相应的学习内容、方法和步骤,以尽可能多的让同学们参加一些丰富多彩的体育活动,来激发同学们的体育兴趣,让同学们在掌握最基本的体育技能的同时,积极开展体育与健康的理论知识的学习;而且,在编写内容方面,尤其注重让同学们走出封闭的课堂,与课余生活、家庭生活、社会活动和人际交往结合起来,力争将体育与健康融入到同学们日常生活和学习的每一个角落。

本书参加编写人员的分工如下:

第一、二、三、四、五章:袁运平;第六章:谢永清;第七、十章:赵波;第八、十二、十三章:陈志相;第九章:赵志明;第十一章:唐建倦。

由于编者水平有限,难免有疏漏或错误之处,敬请批评指正。

编者

2005年1月



目 录

第一部分 体育与健康基础知识	(1)
第一章 体育欣赏	(1)
第二章 重大体育赛事	(7)
第三章 体育法规	(13)
第四章 传统养生保健	(19)
第五章 心理健康	(25)
第二部分 体育与健康的基本活动内容	(31)
第六章 田径	(31)
第七章 健美操	(41)
第八章 篮球	(51)
第九章 足球	(61)
第十章 乒乓球	(72)
第十一章 武术	(84)
第十二章 游泳	(96)
第十三章 野外生存	(106)

第一部分 体育与健康基础知识

第一章 体育欣赏

内容提要:本章主要介绍了极限运动、球类运动、水上项目、体操等项目的欣赏要点。

据调查,目前我国城市 16 岁以上人口的人均闲暇时间已达每周 19.16 小时,随着人们生活水平的不断提高,收入逐年增长,社会服务系统及第三产业不断扩大。到 21 世纪初人均闲暇时间每周可达到 30 小时左右。在这逐渐增多的闲暇时间里,怎样善度余暇,用科学文明健康的方式支配余暇时间已经成为越来越多的家庭及个人需要认真考虑的问题。通过体育改善生活方式,提高生活质量的观念在社会中开始建立,把更多的余暇时间投入到体育中来逐渐成为一种时尚、一种新生活的理念。为了便于大家加深对现在流行的一些体育娱乐项目的了解,进而做出符合自己兴趣的选择,下面对几个有特色的体育项目作以简要的介绍:

一、极限运动的欣赏

极限运动被称为勇敢者的运动。

极限运动指人类在与自然融合的过程中。借助现代各种技术手段最大限度地发挥自我身心潜能,向自身挑战的娱乐项目。除了追求竞技体育超越生理极限的“更快、更高、更强”外,它更强调参与和勇敢精神,在跨越心理障碍时所获得的愉悦感、成就感。同时它还体现了人类返朴归真、回归自然,强调绿色环保、生态平衡的美好愿望,因此被誉为“未来体育运动”。

极限运动的项目可分为夏季、冬季两大类。运动领域涉及高山、海洋和天空。夏季主要有难度攀岩、速度攀岩、高山滑翔、滑冰、激流皮划艇、冲浪、水上摩托、蹦极跳、滑板、滑轮等运动项目;冬季主要有高山滑雪、攀冰岩等项目。

二、大球项目比赛的欣赏

(一) 篮球比赛的欣赏

篮球是巨人的对抗运动。它选择的开局是争球,也就是说从裁判的第一声哨音

吹响,激烈的对抗就宣布开始。由于篮球运动的赛场较小,而运动员的身材又高大,在较小的空间内进行比赛,大大增强了对抗的激烈性。

高水平的篮球比赛有着无穷的魅力,明星们精彩绝伦的表演让人如痴如醉,它带给人们的享受也是多方面的。

首先是对场上运动员的欣赏。从20世纪70年代起,世界篮球运动向超高度、超速度、超强度的方向发展。各国家队都有“巨人”,以争得“空中优势”。

这些巨人训练有素,技术熟练,例如美国篮坛的贾巴尔的“天钩”绝技,“魔术师”约翰逊那令人眼花缭乱的传球,“飞人”乔丹的飞身扣篮等精彩绝伦的高超技艺无不令观众为之倾倒,为之疯狂。

其次,欣赏篮球比赛还给人以集体主义、团结互助的教育。篮球的灵魂在于配合,因此一只训练有素的球队,在攻击分球时几乎不看人就将球往习惯的位置上传去。

篮球的战术和技术也是丰富多彩的,有的队喜欢打联防,有的队则擅打全场紧逼的战术。各种战术的技巧在激烈的对抗中被运动员淋漓尽致地发挥出来,熠熠生辉。比如运球过人,有“胯下运球”,有“转身运球”,表现出高度的技巧性、协调性。投篮的技术更似“杂技”一般,除了有出人意外的急停跳投外,还有防不胜防的钩手投、转身投等。

总之,篮球比赛无论是进攻或防守的一方,都是在充分发挥自己的力量、速度、技巧和机智,使整个比赛高潮迭起、精彩纷呈,并不时出现许多意想不到的场面,令人回味无穷。

(二)排球比赛的欣赏

排球运动的历史较短,但技术水平提高很快,特别是进入20世纪80年代以后,排球竞技面貌发生了很大的变化,比赛的进攻与防守,前排与后排,高打与低防有机地组合在一起,成为一种立体的对抗运动。这种对抗要求运动员的身体素质和技术水平更高。一位好的排球选手,不仅要有篮球运动员的高度、乒乓运动员的反应、跳高运动的弹跳、拳击运动员的力量、体操运动员的灵敏、棋类运动员的机智冷静,还要有网球运动员的耐力,几乎综合了各类运动员的优点。正是这样一种对抗,才能让观众欣赏到一场精彩的比赛。

无论是国内或国外的比赛,也无论是男排或是女排的对抗,它给人第一个感染力就是团结的集体主义精神。还未开赛,双方队员在自己队内就相互招呼吆喝,意即互相鼓励增强信心,行话称之为“打锣鼓”。这种“锣鼓”从开场响到终结,胜负也不能使其中途停顿。另外,伙伴打了一个好球,大家就上前互相击掌祝贺。倘若一人失常,他人则拍拍他(她)的肩膀或做其他手势,安慰他(她)不要灰心。这种在场上互相关心、互相激励的活跃气氛是别的项目所没有的。

比赛现场人们还可以看到这样的现象,接发球的一方,二传手由队友“保护起来”;站在前排的队友悄悄做个“手语”,告知伙伴们准备怎样打,于是不管谁接来球都



把球顺势给二传手,然后由二传手把球传给三号或四号位队员,或后排跳起进攻的队员进行攻击,对二传手的“派工”大家都是绝对服从的,而且配合得天衣无缝,打出各种各样的战术,所以人们把二传手称为排球的灵魂,场上的组织者。

战术是观众欣赏的重点。排球的技术和技术有着极密切的关系。

在欣赏战术中,请注意“变化”两字,这“变化”频频给观众带来妙趣横生的乐趣。比如二传手见三、四号位有拦网,他(她)突然双手一托来个“背溜”,球擦过鼻尖向后飞去,避开对手的阻拦,使二号位上队员攻击得手。这种“变化”除了二传手屡有杰作之外,攻击手亦可随机应变。比如当他起跳扣球时,见对方四只大手封来,要是扣球定会被封死,在这种情况下突然改扣为吊,轻轻地把球吊在对方空当上,这一轻吊比一记重扣还要奏效。有时主攻手见对方早有准备,重扣不成轻吊又不可,便当即将错就错,故意把球往界外一打,对方收手不及,落得个打手出界。

总之,攻防双方的瞬息即变,使人联想到魔术的意外、杂技表演的恰到好处。就是这种不停的变化,使整个赛场掀起阵阵欢笑,使观众得到极大的满足。

(三) 足球比赛的欣赏

足球这个堪称世界第一的运动,以它独特的魅力和无法抗拒的诱惑力,成为世界人民的宠儿,风靡全球。目前它是世界上开展最广泛、影响最大的体育运动。国际足联已成为世界上规模最大的单项体育组织。如今,许多人觉得看一场精彩的足球比赛是种莫大的享受与乐趣。足球比赛也往往成为街头巷尾、茶余饭后议论的有趣话题。足球既然具有如此魅力,那么我们在休闲日该如何欣赏足球比赛呢?

(1)看阵形。在当今的足球比赛中,最常用的阵形:进攻阵形有“四三三”、“四四二”、“三五二”等。例如“四三三”阵形即四名后卫、三名前卫、三名前锋,其他阵形只是各位置上人数不同而已。防守阵形有“五三二”、“五四一”等。当然这些阵形在比赛中不是一成不变的,它会根据比赛中的具体情况而千变万化,灵活运用。

(2)看风格和作风。每支球队都有自己固有的技术风格。一般来说南美洲的球队注重个人技术,擅长短传配合,而欧洲球队讲究力量、速度,表现出长传冲吊、大力射门。但是近年来,随着足球运动的发展,欧美两大流派已无明显的区别,都朝着技术、战术、力量、速度、意志品质等全面的方向发展。运动比赛作风也是非常重要的。运动员的勇猛顽强、敢于拼搏、积极奔跑,以及胜不骄、败不馁的敬业精神,也使得比赛变得精彩、激烈、扣人心弦。

(3)看技战术特点。一场精彩的足球比赛之所以吸引人,就在于它绝无一种定式,场上攻防转换千变万化,为了战胜对方,双方不遗余力,充分展示进攻与防守的魅力,使得观众的心随着比赛的进程七上八下,不到终场哨响,胜负就是个谜。这就是足球。

三、小球项目比赛的欣赏

(一) 网球比赛的欣赏

网球是古老的球类项目之一,也是当今体坛惟一能够和足球“分庭抗礼”的大项目。那我们该如何去欣赏网球比赛呢?

首先看发球。发球分为上旋球、下旋球、侧旋球、前冲以及大力发球等。而优秀选手在发球上都具有自己的“绝招”。如世界名将桑普拉斯、伊万尼塞维奇的发球,又刁又准又狠,常常让对手难以招架。

其次,看战术的运用。网球战术,具有“快、狠、准、变”的特点,运动员在场上既能“满场飞”,又能凌空跳跃击球,斜飞鱼跃救球,或者缩前吊后,斜线大力抽打等等。正是这些前后左右、真真假假的变化,使得比赛精彩激烈、扣人心弦。

另外,网球运动被看作是高雅的体育。因此它处处注重美感,从场地设施到器材使用,以及比赛环境的布置和运动员服装的设计,都很讲究美,美几乎无处不在。

网球运动员在场上的动作更富于美感。爱好网球的艺术家们认为网球运动的许多动作与舞蹈是相通的。如网坛名将博格,在双手握拍反手抽打底线球时,就表现出东欧民间舞蹈的韵味。网坛女杰辛吉斯快速网前击球和奔跑接球的身姿,仿佛再现了“天鹅湖的白天鹅兴高采烈地扑向王子的舞姿”。网坛巨星桑普拉斯击高压球的动作,不但具有非洲土风舞的艺术特色,而且当他调整位置,举拍争取高点压球时,动作的造型简直犹如古希腊的一座精美雕像,强烈的阳刚之美,感染着千万观众。

总之,一场高水平的网球比赛,除了运动员精湛的技艺之外再加上那富于美感的舞蹈韵味,使观众如痴如醉,得到极大的满足。

(二) 羽毛球比赛的欣赏

羽毛球运动是一个全球性的体育项目,深受世界人民的喜爱。欣赏羽毛球比赛,除了要懂得比赛规则之外,我们可以从快、准、刁、活这四个方面去细细品味。

“快”,在羽毛球竞技中起着决定胜负的作用。高水平选手都具备判断快、跟快、起快的特点,能够从对方的击球姿势、击球响声的一刹那,判断出对手是扣球、吊球或者拉高远球的意图;从而迅速做好妥善回击来球的准备。另外,运动员在插上前后左右、急起急停地奔跑,特别是接吊球时,大蹬跨上网,其速度完全可以和足球门将飞身接球媲美。

“准”,也是吸引观众的一个方面。羽毛球在空中来回飞行一次的时间在一秒钟之内,而羽毛球高手能在这瞬间控制住球,使它按照自己的意志飞行和下落。

“刁”,刁钻是高手们的球艺特点。无论是球路的刁钻还是技术手法的刁钻,都是运动员聪明才智的反映。高手们能在电光石火之间稍稍拨动手腕便打出搓、钩、推、



扣几种刁钻而落点不同的球,让对手顾此失彼,难以招架。

“活”,为变化多端,这是羽毛球比赛的特点,在比赛时双方的打法都是不断变化的;各人都想扬长避短,克敌制胜;因此在赛前,各人心中都准备了几套“作战方案”。第一套不奏效就改用第二套、第三套,不断变化翻新,大有孙悟空与牛魔王斗法那股劲头。

总之,一场精彩的羽毛球赛,既有乒乓球比赛那样细腻精巧的技术,又有足球、篮球比赛中以力相搏的角逐;既有优雅的韵味,又有汗流浹背近乎残酷的对峙,能带给人们最佳的视觉享受。

四、水上项目比赛的欣赏

(一)游泳比赛的欣赏

欣赏游泳比赛,除了“看谁游得最快”之外,还可细细地欣赏四种游泳姿势,也会获得有趣的享受。

自由泳(也称爬泳)的速度最快,人俯卧在水上恰似一只快艇在鼓浪前进,游过之后还留下一条白浪,美不胜收;蛙泳是模仿青蛙游泳,把善泳的两栖动物的泳姿吸收过来了以提高人的游泳能力;蝶泳的姿势不单酷似彩蝶扑浪,而腰脚部分的海豚动作,是那样富于弹性,那样协调,每当运动员跃起向前扑去的一刹那,勇猛有力的造型给人一种阳刚美的感受;仰泳的姿势在激烈的比赛中总是给人一种悠闲的感觉。人“睡”在水上,两臂有节奏地一起一落地划水,使人感到戏水的自由,无论比赛是如何的白热化,但从手臂“哒、哒”的打水声中还是传递出“闲庭信步”的格调。

总之,我们在观看游泳比赛时,把运动员的速度和泳姿以及战术特点结合起来看,不但可以增添情趣还可获得思想的启迪。

(二)跳水比赛的欣赏

人称跳水运动是“空中芭蕾”,像金童起舞,凌空揽月;似玉女下凡,飘然戏水。

跳水运动无论是跳板或跳台跳水,运动员一般都要经历助跑、起跳、空中动作、入水四个阶段,这四个阶段是我们欣赏跳水比赛的着眼点。

跳水比赛的得分,主要是根据级别、动作编号、姿势、高度和起跳方式等动作评定的。观众主要看运动员在空中垂落的短暂时间内,动作是否高难、惊障、奇异多姿;看运动员在空中的直体、屈体、抱膝、翻腾、转体等造型是否优美;看运动员入水是否像针一样地插入水中。

起跳前的阶段,是凝思阶段。此时运动员一定要排除外界干扰,凝思片刻,把要跳的动作在脑海中迅速过一次“电影”,谨记动作要点。在这几秒钟之内,运动员有如一尊铁铸的塑像,给人一种对事业认真、自信的感觉。

第二阶段是起跳。对起跳的评分要求是起跳有力,身体各部分协调平稳。这时运动员有如拔地而起的火箭,有力地冲向蓝天。

接着是空中动作阶段,这是全套动作的高潮。运动员在这短短的一瞬间,根据动作组别,迅速地做完翻腾、转体。技术上要求动作干净利索,造型要优美准确,全部动作完成质量高。“停”在空中的运动员,借助身体的惯性,不停地翻滚转体,在空中“跳芭蕾”。就在您想留住眼前这美妙的一瞬间,运动员已经到了入水阶段。在临近水面时,身体与水面垂直,入水后反弹的水花越小越好。

跳水比赛实质上是一种比美的体育,它是在展示运动员的健美、力量、勇气和姿势造型的综合的美。在看台上观看跳水,运动员从起跳到入水,是那樣的富于节奏和瞬息多变,充分显示了跳水这个项目的丰富内容和运动员的健美姿态。

五、体操、艺术体操、花样滑冰比赛的欣赏

在体操比赛的过程中,主要看运动员的动作是否有勇敢性、独特性和熟练性。具体地讲,第一,看运动员的运动难度和幅度,是否舒展大方、协调、连贯、落地稳定;第二,看运动员在做空翻、跳跃、平衡和静止等动作时,体态和造型是否优美,动作是否独特、新颖。总之,男运动员要求动作做得潇洒、挺拔、刚健,女运动员则要求热情、奔放、流畅。

艺术体操是徒手或手持器械,在音乐伴奏下,进行有韵律的身体活动的一项体操运动,它是当代女子特有的带表演性质的竞技运动项目。欣赏艺术体操比赛;第一,看运动员的动作是否协调、柔软、有鲜明的节奏、难度大、编排巧;第二,看运动员做的动作是否有想象力、表现力和完成各种器械动作的准确性,以及动作与音乐的协调配合。

在欣赏花样滑冰时,主要欣赏运动员的动作是否有健、力、美、新、难、快等特点。也就是说,第一,看运动员在冰面上是否在快速滑行中完成舞步、跳跃、飞转、托举、捻转、抛接、步法等各种优美的人体造型的舞蹈动作;第二,看运动员的整套动作是否连贯、有难度及滑行路线是否合理;第三,看整套动作的编排和音乐的内涵是否一致,与音乐的配合是否和谐一致。

思考题:

1. 如何欣赏足球比赛?
2. 可从哪几个方面欣赏羽毛球比赛?



第二章 重大体育赛事

内容提要:本章主要介绍国际重大的单项体育赛事的概况。

- 一、世界杯足球赛
- 二、世界篮球锦标赛
- 三、世界排球锦标赛
- 四、世界乒乓球锦标赛
- 五、世界羽毛球锦标赛
- 六、世界杯田径赛
- 八、世界杯体操赛

一、世界杯足球赛

在国际足联创建之初,创办者就想举办一种世界范围的足球比赛。因为当时各国的职业足球俱乐部的比赛不断发展,水平越来越高,许多优秀的球员都到俱乐部中效力,而奥运会足球赛又只允许业余运动员参赛,这样就不能反映出各个国家足球的真实水平。面对这种情况,许多人就呼吁创办一种新的世界足球比赛。于是,在第三任国际足联主席法国人雷米特倡议下,国际足联在1928年召开的代表大会通过决议,举办4年一度的“世界杯足球锦标赛”。为纪念这项赛事的创始人雷米特,1946年7月1日在巴黎国际足联全体代表大会上将这项比赛更名为“世界足球锦标赛——雷米特杯”,简称雷米特杯或者世界杯足球赛。后来因为种种原因,冠军奖杯改为我们现在见到的“大力神杯”。世界杯足球赛是国际足联创办最早、组织规模最大、世界上水平最高的比赛,国际足联下属会员协会都可以报名派一个队参加,队员资格不分职业和业余都可以参赛。



大力神杯

1930年7月13日,第一届世界杯足球赛在乌拉圭首都蒙得维的亚举行,从此揭开了这一世界最高水平比赛的历史。从那时起至2004年共举行了17届,1942年和1946年因世界大战而中断。由于参赛国家和地区较多,世界杯赛一般都要举行预选赛,然后再进行决赛。从1998年世界杯开始,参赛决赛队定为32个,2002年韩日世界杯的参赛名额为:亚洲2.5个,欧洲13.5个,非洲5个,中北美洲3个,南美洲4.5个,大洋洲0.5个,东道主及上届冠军3个。第17届世界杯足球赛于2002年由韩国和日本联合举办,巴西获得冠军。

二、世界篮球锦标赛

世界篮球锦标赛是奥运会以外的最高水平的世界性篮球比赛,也是国际篮联主办的最重要的世界性篮球比赛,每四年举办一次。首届男子世锦赛于1950年在布宜诺斯艾利斯举行,东道主阿根廷队获得冠军。首届女子世锦赛则于1953年举行。

和足球世界杯一样,世锦赛参赛队名额分配上充分考虑到各大洲的参与性,产生办法为:上届奥运会及世界锦标赛前三名,东道主、北美洲、中美洲、欧洲、大洋洲、亚洲、非洲的冠亚军球队。代表亚洲参加2002年世锦赛的球队是亚锦赛冠军中国队和亚军黎巴嫩队。

世锦赛是最能直接反映世界篮坛局势的赛事,纵观以往14届世锦赛成绩,不难看出世界篮坛三雄争霸的局面:南斯拉夫队五度夺冠,美国和前苏联均“三星在手”。1989年国际篮联开始允许职业球员参赛,这使拥有大批NBA好手的美国人在争霸中当仁不让地占据领军位置,奥尼尔领军的“梦二”队在1994年多伦多世锦赛上夺冠就是一个转折。但也许是对这项比赛不够重视,在接下来的两届比赛中,他们都没能夺冠。夺得2002年篮球世锦赛冠军的男子队为南斯拉夫队。

三、世界排球锦标赛

世界排球锦标赛是由世界排球联合会主办的国际排球比赛,是排球最早的、规模最大的世界性比赛,每4年举行一届,受到各国普遍重视。原来与奥运会同年举行,1962年起改在奥运会后第2年举行(女子第5届除外)。冠军获得者可直接参加下届奥运会。

第一届世界锦标赛始于1949年,最初只有男子比赛,女子比赛始于1952年。最开始比赛并不受洲际人数的限制,即提出参赛申请的队,都可获得参赛资格。1986年(男第11届,女第10届)国际排联规定只允许16个队参加世锦赛,因为排球运动已逐渐成为一项世界性的热门运动,希望获得参赛资格的国家越来越多。1994年国际排联对世锦赛的参赛资格作了修改。对国际排联直辖举办的最后资格预选赛,从取原来的前3名增加至前9名有资格参加比赛。取消“世锦赛上届比赛2至7名有



当然参赛资格”的规定。

而1998年参赛资格修订为:除东道主日本队获直接参赛资格外,其余参赛队全部来自各洲举行的预选赛。世锦赛决赛阶段的参赛队的名额分配为,男子队:欧洲11个,亚洲5个,中北美洲3个,南美洲2个,非洲2个;女子队:欧洲5—6个,亚洲4—5个,中北美洲3个,南美洲2个,非洲1个。

到2004年,该项赛事男子已经举行15届,女子举行了14届。

四、世界乒乓球锦标赛

世界乒乓球锦标赛是国际乒乓球联合会主办的一项最高水平的世界乒乓球大赛,具有广泛的影响。第一届欧洲锦标赛的组织者向欧洲的德国、匈牙利、英格兰、瑞典、奥地利、捷克斯洛伐克、丹麦和亚洲的印度发出了邀请,共有9个国家的64名男运动员参加了比赛。由于印度提出要更改“欧洲锦标赛”的名称,国际乒联当即做出了决定,把这次比赛改称为“第一届世界乒乓球锦标赛”。第一届世乒赛谱写了乒乓球早期运动的历史新篇章,为今后的世界锦标赛奠定了基础。从1926年至1939年,每年都举行一次世乒赛。第二次世界大战期间停办。从1947年至1957年,仍然是每年一届。从1959年至1997年,每两年举办一届比赛。1999年,第45届世乒赛因战争首次“一分为二”,单项比赛和团体赛分别于1999年在荷兰、2000年在马来西亚举行。第46届世乒赛再次“合二为一”,于2001年4月在日本大阪举行。国际乒联决定从2003年第47届世乒赛开始把单项与团体比赛分开进行。

1959年,中国运动员容国团在第25届世乒赛男单比赛中连续战胜了许多世界高手,为中国夺得了有史以来的第一个世界冠军。1961年至1965年,中国队又以独特的打法,夺得11项冠军。其中在1965年的第28届锦标赛中,中国队夺得了5个冠军,达到了中国运动队有史以来的第一个高峰,也标志着中国男女队均已进入世界先进行列。60年代后期,中国队没有参加第29、30届世乒赛。

中国队在33届和44届世乒赛上重新夺回男女团体冠军。在第35届世乒赛上,欧洲队复兴,匈牙利队在失去男团冠军整整27个年头后,又从中国男队手中夺走了斯韦思林杯。70年代的5届世乒赛,在总共35项冠军中,中国队获得16.5项。

1981年,中国队在36届世乒赛上囊括了7项冠军及5个单项的亚军,创造了世界乒坛55年来由一个国家包揽全部冠军的空前纪录。此后,在第37届、38届、39届世乒赛上,又连续3次夺得6项世界冠军。但在1989年的第40届世乒赛上,成绩跌至低谷,男队丢了团体、单打、双打冠军。整个80年代,中国男队从顶峰到跌入低谷,都是与欧洲队交手的结果。

在41届世乒赛上,欧洲男队囊括了团体前5名,以瑞典为首的欧洲男队,已领先于中国队和亚洲各队。中国男队走出低谷,从男双项目最先有所突破。由第40届世乒赛的第3名开始,一直升至第42届的男双金、银、铜牌以及混双的金牌。在第43

届世乒赛上,中国队继 1981 年囊括冠军之后,历时 14 年,又一次从低谷奋起,夺得全部比赛的 7 项冠军,真正重攀高峰,再创辉煌。

第 43 届中国队的全胜,改变了自 80 年代末至 90 年代中期世界乒坛的实力次序。在 44 届世乒赛上,中国男女队再次保持荣誉,夺得 6 金。1999 年第 45 届世乒赛单项比赛,中国队又一次大获全胜,包揽了 5 个单项的冠亚军。但在第二年举行的 45 届世乒赛团体赛上,中国男队再一次负于老对手瑞典队,在小球时代的最后一次世乒赛中失去了斯韦思林杯。第 46 届世乒赛,中国队再次囊括全部冠军。第 47 届世乒赛,中国队丢掉了男单冠军,圣·勃莱德杯被奥地利选手施拉格夺走。

五、世界羽毛球锦标赛

世界羽毛球锦标赛是国际羽毛球联合会为了适应世界羽毛球运动日益发展的需要而设立的一种以个人单项为竞赛项目的羽毛球锦标赛。

1934 年,国际羽毛球联合会在英国成立,是第一个世界性的羽毛球组织。1978 年,世界羽毛球联合会成立。在两个组织联合之前,它们各自已经举行了两届彼此认为是世界性的羽毛球单项比赛,即国际羽联于 1977 年和 1980 年,而世界羽联在 1978 年和 1979 年举行的比赛。

1981 年,两个国际性羽毛球组织宣布联合,名称仍为国际羽毛球联合会。在联合会上协商决定,每两年举行一次世界羽毛球单项比赛,即世界羽毛球单项锦标赛,并延续两个国际羽毛球组织以前的届数。1983 年在丹麦首都哥本哈根正式举行了第三届世界羽毛球单项锦标赛。此项赛事只进行 5 个单项的比赛,即男女单打、男女双打和混合双打。所有项目的冠军都将获得金牌,亚军得银牌,半决赛的负者得铜牌。1988 年国际羽联决定世界羽毛球单项锦标赛与新设立的苏迪曼杯赛同时同地举行。国际羽联根据当时的世界排名,国际羽联邀请每个项目中的前 16 名(对)运动员直接参加比赛。国际羽联的每个会员国和地区可以在每个项目中报名的运动员不得超过 4 名(对)。从 2003 年开始,国际羽联决定世界羽毛球单项锦标赛与苏迪曼杯赛分开不同时间和地点举行。

2003 年在英国伯明翰举行的世界羽毛球锦标赛上,我国选手夏煊泽获得男单冠军,张宁获得女单冠军,高崚和黄穗获得女子双打冠军。

六、世界杯田径赛

上个世纪 70 年代前,世界性田径赛,只有国际田联与国际奥委会共同举办的奥运会田径赛,进入 70 年代后,国际田联从 60 年代中期就已经开始的欧洲杯田径赛得到启迪,想效仿欧洲杯赛,组织与之类似的世界杯田径赛,借以促进世界特别是亚非田径运动的发展。经过多年的酝酿,1975 年组办这类比赛的方案基本形成。随后国



际田联向各国和地区田径组织征询了有关意见。1976年7月第二十一届奥运会期间国际田联会议正式通过决议,决定举办世界杯田径赛,每两年一届,赛期在奥运会前一年或后一年。1977年于联邦德国杜塞尔多夫举行了首届世界杯田径赛,随后1979年于加拿大蒙特利尔、1981年于意大利罗马召开了第二届和第三届。1981年第三届举办后,第四届本应在1983年举行。因国际田联首次组办的世界田径锦标赛定在该年,所以将比赛改为1985年于澳大利亚堪培拉举行。并从此开始,比赛由两年一届改为四年一次,赛期固定在奥运会后一年。第五届于1989年在西班牙巴塞罗那举行。第九届田径世界杯赛2002年9月在马德里举行。

世界杯以洲际为单位,欧、亚、非、美、大洋洲五大洲各派一支队伍,美国和欧洲冠军德国队单独派出男女队、英国单独派男队、俄罗斯单独派女队,共8支队伍参赛,东道主西班牙单独派男女队参加所有各项比赛,径赛共设9条跑道。比赛以团队计算总分,因此更能看出洲际的整体实力,也是各大洲尖子之争,许多名将的对抗会很激烈。

世界杯田径赛创办于1977年,在25年里举行了9届,前东德女队自1979年第二届至1989年第五届蝉联女队冠军,美国男队曾在1979年蒙特利尔、1985年堪培拉和1989年巴塞罗那夺得三次冠军,1998年在约翰内斯堡却落到第5名。欧洲队是一支劲旅,1998年欧洲男队仅以1分之差落在非洲之后获亚军,女队也比冠军队美国少2分,在历史上,欧洲男队曾在1981年罗马夺冠,其女队在1977年杜塞尔多夫及1994年伦敦两次摘桂。非洲男队在第八届连续获得第3次冠军。亚洲男女队近几届只有垫底的份儿。

七、世界体操锦标赛

世界体操锦标赛由国际体操联合会举办,始于1903年。前六届每隔两年举办一次,从第七届(1922年)起,改为每四年举办一次,与奥运会相间进行。由于第一、二次世界大战曾两度中断。从1978年起又重新改为每两年举行一次。

为不在奥运会之年同时举行锦标赛,所以在1979年举行了第二十届世界体操锦标赛。由于国际体联的竞赛改革,又由于1991年底苏联的解体带来的影响,所以1993年未举行世界锦标赛;而在1994年举行了团体世界锦标赛,即只进行团体比赛。1995年又恢复了两年一届的世界锦标赛。1992年举行了第一届单项世界锦标赛,1993、1994、1996年又举办了三届单项世界锦标赛。到2004年止,世界田径锦标赛共举行了37届。

我国运动员参加了第14届(1958年)和第15届(1962年)世界体操锦标赛。就是在1962年的世界锦标赛上,于烈峰获得了鞍马第三名,第一次在体操世界大赛上竖起中国五星红旗。1964年由于国际体联随从国际奥委会制造两个中国,我国退出了国际体联,1978年恢复我国合法席位。1979年我国参加了第二十届世界体操锦标

赛。就是在这次比赛中马燕红荣获高低杠冠军,为中国运动员夺得世界大赛上的首枚金牌,五星红旗高高飘扬,这意味着中国体操开始跻身世界体操强国之列。在上届美国田径世锦赛中,中国队获得男子团体总分第一、女子团体总分第四的好成绩。

八、世界杯体操赛

为了适应迅速发展着的体操的需要,国际体联于1975年举行了首届世界杯赛,这个比赛只进行全能和单项比赛,而且只有在上年世界锦标赛上的优秀选手才有权参加,所以它是高水平的个人比赛。

著名选手李宁1982年在萨格勒布举行的世界杯赛上获得个人全能、自由体操、鞍马、吊环、跳马、单杠六枚金牌,创造了个人在一次世界大赛上夺得六枚金牌的世界纪录,被载入史册。

现在举行的世界杯体操赛总决赛的前身就是世界杯体操赛。世界杯体操赛从1975年开始举行,第二届在1977年举行,随后每年举行一届,从1980年开始两年举行一届,1982年开始4年举行一届。北京曾在1986年举办了第七届世界杯赛。1990年后,国际体操联合会决定停止举办世界杯赛。1998年,国际体联决定恢复世界杯赛,但改变了以前的赛制,改成了世界杯系列赛,包括预赛和决赛,分别在不同的洲组织预赛,运动员在两年内规定的比赛中,必须至少参加三站在不同的大洲举行的系列赛,按照积分排名获得前8名的运动员获得世界杯总决赛的资格。总决赛只进行单项的比赛,决出单项的世界冠军。

1998年年底,第一届世界杯赛总决赛在日本举行,中国选手一举夺取6块金牌,这届比赛选手的积分是按照1998年前两年国际体联规定的比赛的成绩划定的。2000年的世界杯总决赛定在格拉斯哥举行,系列赛包含了过去两年中9站国际大赛,其中包括1999年10月在天津举行的世界体操锦标赛和2000年9月的奥运会的比赛。9站比赛中,在格拉斯哥举行的比赛有两个,其中包括1999年11月的大奖赛和2000年4月的大奖赛。2002年世界杯体操赛总决赛在经过紧张争夺后,中国队在总决赛中共获3金2银1铜,居各队之首。

在英国伯明翰举行的2004年体操世界杯中,中国选手在本届比赛中共夺得两金两银三铜,在金牌榜和奖牌榜上都名列第一。

思考题:

1. 查阅相关资料,了解各届世界杯足球赛的情况。
2. 你喜欢哪些体育项目? 这些项目有哪些重大赛事?