

蘇聯最流行的民間體育遊戲

擊木運動

鮑耶夫等著 仇標譯



上海北新書局出版

國家體健行政局及海關資助

擊木運動

歐陽世平著 伍 樂編



上海世界書局出版

蘇聯最流行的民間體育遊戲

擊木運動

鮑 耶 夫 等 著
仇 標 譯



上海北新書局出版

版權所有★不准翻印

印數• 0001—5,000冊

★

一九五三年三月印刷

一九五三年三月初版

擊 木 運 動

(НАРОДНАЯ ИГРА В ГОРОДКИ)

定價二千七百元

著 者 蘇聯：鮑耶夫等
(Н. БОЕВ)

譯 者 仇 標

印 刷 大 新 印 刷 廠

出 版 北 新 書 局

上海復興中路五四一號

總 發 行 通 聯 書 店

上海九江路二九五號

目 錄

第一節 擊木運動是一種民族形式的遊戲	一
第二節 擊木運動部	六
第三節 擊木運動場的建造	〇
一 泥地擊木場	四
二 混合土擊木場	四
三 木板擊木場	五
四 水泥擊木場	六
五 柏油擊木場	七
六 冰地擊木場	八
第四節 怎樣玩擊木運動	九

第五節	擊木運動的技術	三六
第六節	擊棒的製造	四九
第七節	擊木運動比賽的組織和舉行	五三
一	淘汰制	五五
二	循環制	五九
三	混合制	六一

擊木運動

第一節 擊木運動是一種民族形式的遊戲

擊木運動在蘇聯民間早就非常流行，在古時候的俄羅斯就婦孺皆知了，就是在各種傳說中也提到這種運動。

十月革命以前，擊木運動還不能認為是一種運動，因為擊木運動的競賽帶有偶然性質，不是有組織地舉行的。在發展擊木運動中的巨大障礙就是沒有統一的規則：場地的大小任意劃定，「小城」（也可以稱「壘」）的式樣有的是正方形，有的是圓形，大大小小又不一律，放在小城內的小木柱的數量也不固定。

只有在蘇維埃政權時代，體育得到了全面的重視，俄羅斯民間體育遊戲也獲得了真正的地位。編訂了統一的規則，成立了專門的裁判會。不論在輕重工業的工廠和大小農

村裏，或者是各城、各邊區、各省、各共和國內，舉行着無數次的這種引人入勝的擊木運動比賽。

擊木運動在蘇聯的城鄉居民中，逐漸取得了巨大的評價，那些羣衆性的比賽大大地豐富了擊木運動的技術，並幫助了全面發展擊木運動員的技能。

在全蘇聯擊木運動的表格中，從一九三四年起，就確定了團體和個別球員所表現的非常高超的成績，出現了許多優等的記錄創造者——百發百中的好手。

在蘇聯，舉行着無數的擊木運動比賽，千千萬萬個擊木運動員出現在運動場上，想奪得區的、市的、省的、共和國的、全國的錦標。

一九三六年，首先舉行了蘇聯全國性的擊木運動冠軍賽。在這個時期以前，經常做擊木運動的運動員人數是幾萬人。

蘇聯全國最優秀的擊木運動員都參加全國性的擊木運動冠軍賽。這種比賽常常吸引了許許多多的觀衆，他們懷着很大的興趣注意那些擊木運動員的又緊張又頑強的鬥爭。在比賽中的優勝者，會獲得一件畫着蘇聯國徽的顏色鮮紅的選手背心。

獲得鮮紅的選手背心，這是不容易的，不但要有高超的技能，而且還要有堅忍不拔的精神和走向勝利的意志——這是每一個擊木運動員所必備的品質。

這些品質——走向勝利的意志、剛毅和不屈不撓的精神——可以幫助一個人經常做擊木運動訓練。擊木運動員一面可以得到準確性、體力、正確的目測力的發展，一面因為在新鮮的空氣中運動又可以強健自己的身體，在健康上會有良好的反映，並能提高工作的能力。

蘇聯人民是愛好、重視這種引人入勝的有益運動的。在擊木運動場上，青年人和上了歲數的人是可以同樣會戰的。

這種俄羅斯民族形式的運動波及到各兄弟般的加盟共和國的體育組織中越來越廣泛了。其中有些體育組織的擊木運動員的技能已經提高到他們可以在全國性的冠軍比賽會上表現。例如，在一九五一年的全蘇聯擊木運動比賽會上，烏克蘭的、白俄羅斯的、阿捷爾拜疆的、烏茲別克的、土爾克明的、塔什克的、卡查赫的、拉脫維亞的、卡列里、芬蘭的運動員們爭取那受人尊敬的全國選手稱號。

現在認為擊木運動是一種季節性運動的想法，那是過去的事情了。實際上，擊木運動員們證明了這種運動是可以的，而且應當是全年性的。許多城市的擊木運動員們冬季在新鮮的空氣中進行這種運動比賽而有很好的成績已經一連有好幾年了。

莫斯科的市民取得了更優越的成績，他們是有系統地終年訓練擊木運動，這能幫助他們始終具備很好的運動技巧，所以蘇聯差不多全部的擊木運動記錄都是屬於首都（指莫斯科）百發百中的老手，這不是偶然的。

擊木運動在冬季也要訓練，這是非常重要的。冬天不作訓練，就不會很快獲得適當的運動技能。終年不斷地訓練擊木運動，這是將來提高技能的保證。

擊木運動員的人數，一年一年地在增加，現在在蘇聯很難找到一個運動場、公園或體育場，在那裏看不到平坦而整潔的擊木場、聽不到把小木柱擊出的一種特殊響聲的。

農村裏的體育員對於擊木運動，也懷着極大的愛好心理。在許多地區、各省、各共和國內，每年舉行着冠軍賽；在這些冠軍賽以前，在各地還舉行了無數的比賽，組織城鄉之間運動員們的會戰。

但是，還需要分出相當注意力，把擊木運動推行得普遍，那還差得遠呢！所以，農村青年，尤其是共產主義青年團團員的首要任務，就是團結和組織希望從事擊木運動的體育員，幫助安排擊木運動部的工作。

第二節 擊木運動部

擊木運動是一種簡單的遊戲，所以學習起來是不困難的，而且建築擊木運動場也非常容易，運動器具的製造又是廣大人民都可以辦到的。尤其是，農村地方具備了推行擊木運動訓練和比賽的良好條件，所以農村體育員的主要任務是在於創立友好的擊木運動團體，在於組織經常性的擊木運動訓練和比賽。

在每個集體農莊和國營農莊裏，不光是發掘一個愛好擊木運動的人就行了；幫助團結初學者加入運動部，購買必要的學習參考書，選舉教練員，這些都是體育運動積極份子的責任。

宣傳擊木運動的良好方法就是用直覺的參考材料，這些參考材料自己製造也並不困難，譬如：親手繪製各種等級標準一覽表、全蘇聯的記錄表、擊木人物的姿勢、擊木運動場的圖樣。把這些東西都掛在擊木運動場附近的看台上。

在體育團體中進行擊木運動的訓練和比賽，應認為有重大意義的。在訓練時，首要

的條件就是紀律和很好地組織訓練課程。

訓練課程一般都應進行得有趣而多樣性，必須儘量把課程計劃得使初學者在學習過程中或由於簡短的談話結果都獲得了理論上的知識；這種簡短的談話應當在開始訓練以前舉行。

任何一種運動的比賽，不但是運動員們技能的檢查（如果要作出他們個人工作的結論時），而且是一種良好的宣傳方法。

愛好運動的人只要一到運動場上做了觀衆以後，就表示希望做一個體育團體的會員，這是很常見的事。所以，每一次比賽都應佈置得興高采烈，組織得活潑有趣。

擊木運動部是集體農莊體育團體的一個組成部分，它的訓練工作必須和全團體的工作計劃相符合。運動部的享有權力，是在全體會員大會以後；在這個全體會員大會上應選出一個由三——五人組成的擊木運動部委員會（任期通常是一季），擬定運動部的訓練計劃，根據各體育員所進行的工作和他們的年齡等關係編制隊伍。

後來，等到各個運動員表現有確定運動技能的能力時，就可以根據各運動員的技術

成績編制隊伍的成員。

擊木運動部在開全體會員大會時，必須邀請體育團體委員會的代表參加。

運動部委員會對全體體育團體負有訓練擊木運動工作的責任；在委員會中，要推出幾位最積極而且最守紀律的擊木運動員。

委員會計劃訓練課程，規定和進行定期性的比賽。當隊伍出發到鄰近的集體農莊或城市裏去比賽的時候，代表隊伍的責任往往由委員會的委員來負擔。

擊木運動員們對於參加正式比賽或參加在集體農莊裏所舉行的冠軍賽而編制代表隊的問題，應在運動部全體會員大會上討論解決。

運動部主要的文件，就是它在擊木運動員中間所進行的整個訓練和組織工作所反映的計劃。

在計劃中，要列入訓練的程序和進行定期比賽的日期，也要擬定擊木運動員的課程。在計劃中，還要表示出獲得「勞衛制」證章者的數量，並且註明運動部對各級運動員訓練的責任和他們的訓練期。

如果在集體農莊裏沒有體育組織的話，那末擊木運動員團體應當開始積極地做體育工作，在鄉村中做一個體育活動的倡導人。

擊木運動部的工作計劃應當和全體育團體的總的工作計劃協調、一致。擊木運動部委員會的計劃應取得體育團體委員會的同意，並且擊木運動部委員會應向體育團體委員會每季一次的提出自己的工作報告。

每一個擊木運動部必須具有計劃，不然的話，它的工作就會帶有偶然的、沒有系統的性質。因為計劃可以組織運動部的工作，足以順利地幫助提高擊木運動員的技能，足以幫助爭取擊木運動的普遍性。

第三節 擊木運動場的建造

擊木運動場有幾種類型。最普通的，如：泥地的、混合土的、木製的（夏天適用）、冰的（冬天適用）和一種最複雜的水泥（或是以柏油鋪面的）擊木運動場，但是要算水泥的擊木運動場最適宜，因為它能使用一個很長的時期。

在着手建造擊木運動場以前，必須選擇一個地方。如果擊木運動員的團體是本莊或本村中第一個組織的運動團體，那末在選擇地方時，要考慮到將來在擊木運動場的附近可以劃出進行體操的地方，田徑運動的區域和賽跑的跑道等地位。

擊木運動場應當是建立綜合運動場的開端。

如果集體農莊體育員們已經有了自己的運動基地，那末擊木運動場就可以設在這個基地上。

擊木運動的場地是長方形的，長為三十公尺，闊為十五公尺（青少年的為二十五公尺長，十三公尺闊）。

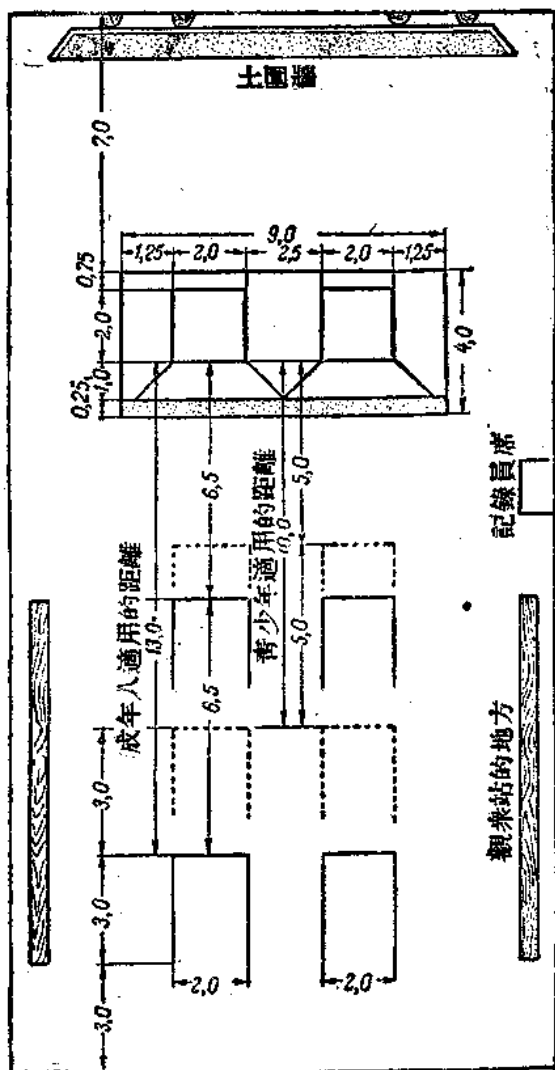


圖 1. 木運動場平面圖

圖 1.