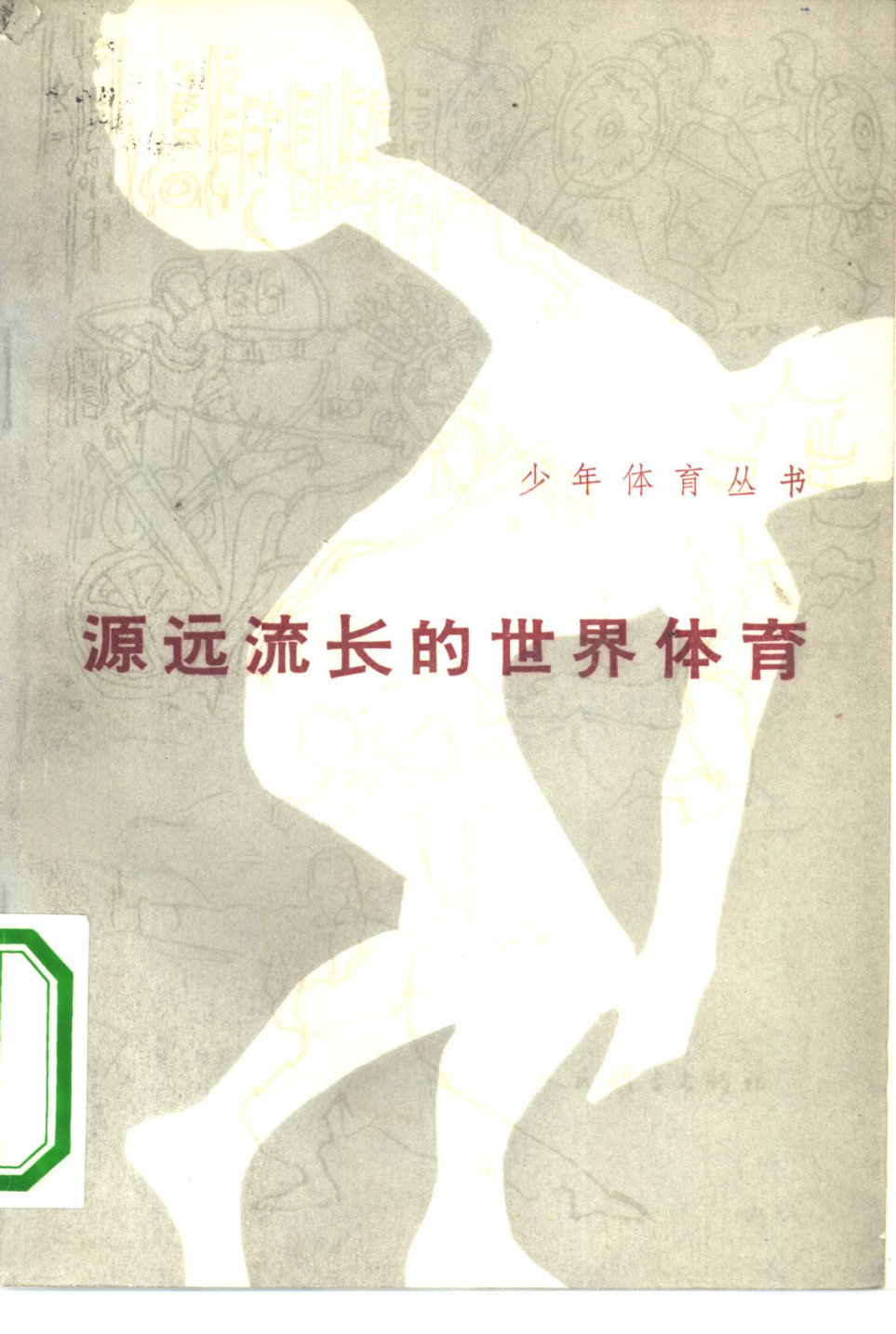




少年体育丛书

源远流长的世界体育



2 041 1978 3

源远流长的世界体育

杨文清 编著

677-74/58



人民体育出版社

源远流长的世界体育

杨文清 编著

人民体育出版社出版

787×1092毫米 100千字 32开 $5\frac{20}{32}$ 印张

展望印刷厂印刷

1983年2月第1版 1983年2月第1次印刷

新华书店北京发行所发行

印数：1—9,000册

封面设计：张守义

责任编辑：杜忠德

内文插图：杨悦浦

统一书号：7015·2077

定 价：0.46元

引 言

世界体育是怎么发展演变过来的？从古今中外具有代表性的体育事件中，不难把握住它的来龙去脉。

世界体育最远的源头应该追溯到人类史前期的原始公社制社会。

在世界史上，古埃及最早建立起奴隶制国家，那里产生了世界上最早的奴隶社会的体育。

在欧洲，奴隶社会的体育以古希腊为最盛，古罗马次之。在世界五大文明古国中，古希腊的体育最为丰富。主要内容有早期的体育活动；雅典的体育教育；斯巴达的尚武教育；以及古代的奥林匹克运动会。

古罗马兴起以后，其前期，在对外扩张的战争背景下，军事体育比较兴盛；后期，随着贵族的腐化，体育走向衰败，出现了极其残忍的角斗活动。

公元四七六年，日耳曼人灭掉了西罗马帝国，从此，西欧进入了封建社会。在西欧封建社会里，基督教势力强大，教会推行蒙昧主义、禁欲主义，阻碍了民间和学校体育的发展。但在世俗封建主子弟中施行了骑士教育，他们注重军事体育。

十四至十八世纪，欧洲的文艺复兴、宗教改革和启蒙运

动，在意识形态领域里，打击了教会封建势力。新兴资产阶级的学者在革新教育的过程中，初步提出了近代体育思想，并进行了一些实施近代体育的实验活动。

从一六四〇年英国资产阶级革命开始，至一九一七年俄国十月革命为止，是世界史分期的近代。近代体育随着资本主义的发展，首先在欧洲兴起。当时，有三个国家的体育对近代体育的发展起了奠基作用。这就是德国的体操，瑞典的体操和英国的户外运动。

随着工人运动的发展，空想社会主义者在进行教育实验活动时，曾对工人阶级一些子女实行过体育教育。马克思和恩格斯在领导无产阶级的政治斗争，以及教育斗争中，提出了无产阶级的教育理论体系，把体育作为这个体系的重要组成部分。十九世纪中叶以后，开始出现工人阶级的体育组织。

在近代体育活动中，奥林匹克运动会的恢复和发展也是一件相当重要的大事。

东欧的主要国家是俄国。俄国的历史并不长，从形成俄罗斯国家至今只有四百多年。它的古代体育，内容比较单薄。在旧俄国，彼得一世的社会改革，以及苏沃洛夫的军事思想和练兵实践，对体育发展都起了较大的促进作用，并有一定的国际影响。俄国十月革命后，在列宁领导的苏维埃国家里，开创了社会主义的体育。这是世界体育史上具有划时代意义的一件大事。

在美洲，印第安人的体育活动，丰富多采，独具一格。

美国的体育多由欧洲传来,经过美国人民加以创新和发展,逐渐兴旺发达起来。其中以篮球和田径两项活动最为兴盛,最有影响。在美洲其他国家的体育当中,巴西的足球最为著称。这个国家曾经三次夺得世界足球锦标赛的冠军,并培养出了足球之王——贝利,对世界足球运动的发展作出了重大贡献。

在亚洲,我国古代的体育,内容丰富,水平较高,在世界体育史上占有重要地位。其中足球、导引和武术,发展更为完备,最有民族特色,国际影响也比较广泛。

印度的体育由于受宗教影响,不甚发达。但是,印度有一项与宗教修炼有关的瑜珈术,历史悠久,养生作用良好,现已流传于世界。

日本人曾长期推崇武士道。武士道对日本体育的发展有很大的影响。在日本的各种体育活动中,传统的相扑和柔道比较兴盛,并富有民族色彩。日本人称相扑为“国技”,对它珍爱备至。他们还把柔道播于世界,使之终于被列为奥运会的比赛项目。

在非洲,近、现代体育一般来讲是比较落后的。但是,非洲人有能走善跑的传统。二十世纪六十年代以来,非洲中长跑运动崛起,雄风盖世,影响很大,成了非洲现代体育的代表。

在澳洲,澳大利亚这个年轻的国家,水上运动兴盛。其中在世界上有影响的项目是游泳、冲浪和救生。

二十世纪六十年代以来,在世界体育中,勃然兴起一股“大众体育”的风潮,现已成为与奥林匹克运动并驾齐驱的第

二股国际体育力量。

到此，全书上起远古，下迄现代，涉及了所有主要国家，反映了世界体育发展的大致面貌。世界体育产生的源头究竟在哪里，作为社会文化的一支主流，它又是以怎样汹涌澎湃、波澜壮阔的气势，浩浩荡荡地流经上下千万年，纵横全球五大洲的，在这里都一目了然了。

目 录

体育的远源.....	(1)
埃及法老的体育轶事.....	(7)
古希腊早期的体育活动.....	(12)
雅典的体育教育.....	(18)
斯巴达的尚武教育.....	(23)
古代的奥林匹克运动会.....	(27)
第一个跑马拉松的人.....	(36)
罗马的军事体育.....	(39)
从角斗士到英雄.....	(43)
基督教与西欧体育的衰败.....	(47)
骑士教育.....	(51)
近代体育的蓓蕾.....	(55)
德国的体操.....	(62)
瑞典的体操.....	(67)
英国的户外运动.....	(70)
无产阶级体育的先声.....	(76)
顾拜旦与奥林匹克运动会的复兴.....	(81)

现代奥运会简释·····	(86)
彼得大帝与俄国体育·····	(99)
苏沃洛夫的练兵小史·····	(103)
列宁与社会主义体育的开端·····	(106)
印第安人的体育活动·····	(111)
美国的篮球运动·····	(117)
“黑色的闪电”·····	(121)
足球之国与足球之王·····	(125)
中国古代的足球·····	(129)
中国古代的导引·····	(133)
少林武术的源流·····	(138)
印度的瑜伽术·····	(142)
日本的武士和武士道·····	(146)
日本相扑和柔道的今昔·····	(150)
非洲人的赛跑春秋·····	(154)
澳大利亚的游泳、冲浪和救生·····	(159)
“大众体育”的兴起·····	(165)

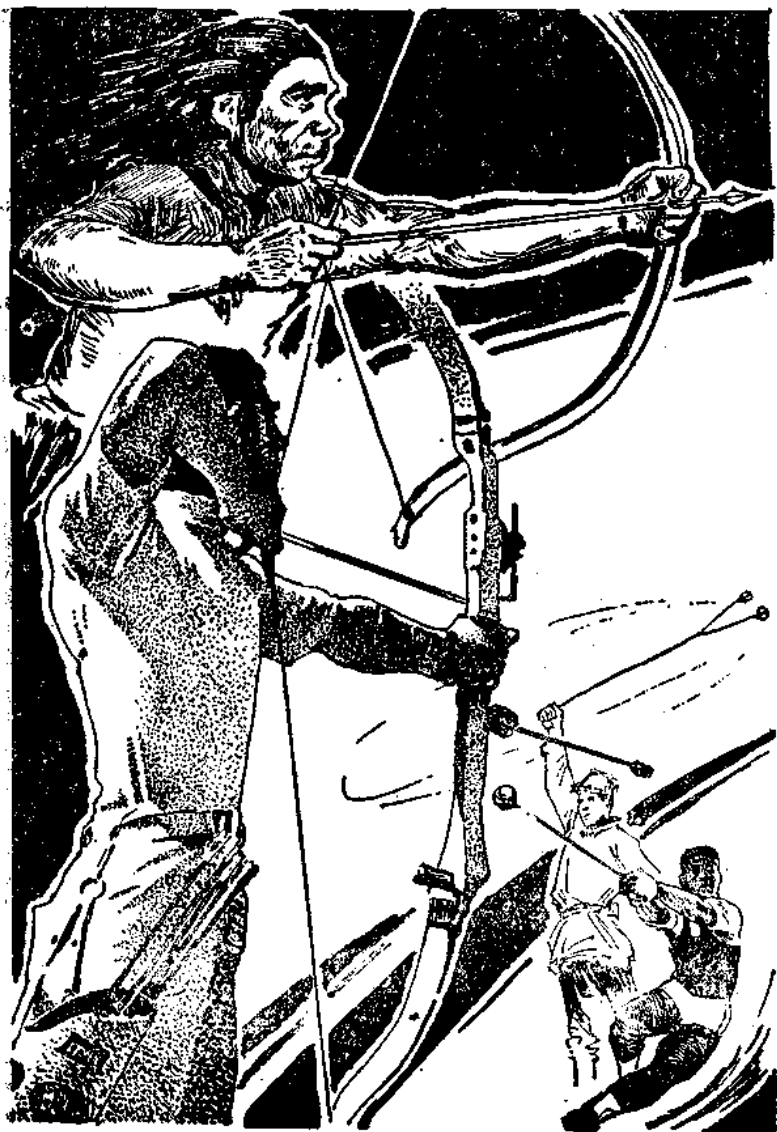
体育的远源

沿着历史的长河，回顾体育的往事。让我们先从那时间荒远的史前时期，来探寻体育的远源。

大约在三百万年以前，地球上开始出现了人类。有了人，就有了人类社会。人类社会的第一个阶段是原始社会。

那时，严酷的生活条件，迫使人类不断地改进体力和智力。人们在社会生产和生活中，发展了走、跑、跳、投、攀登、游泳和搏斗等各种技能。五十万年前的北京猿人，能猎获肿骨鹿、斑鹿、羚羊和三门马等善跑的野兽，具有快速和持久的奔跑能力。二、三十万年前的北非猿人，与鬣狗、犀牛、狮子和剑齿虎等凶猛的野兽伴生，在同这些猛兽作斗争的过程中，锻炼出很强的自卫能力。

原始人在长期的采集和狩猎生活中，发展起来的体能和技巧比现代一般人强得多。这种情况，可以从几百年前尚未脱离原始生活的民族中得到印证。我国明清时期，台湾岛上



居住着一些原始人，从事农耕和狩猎。他们的足皮很厚，赤脚在棘刺上行走如履平地，跑起来，既快又远，速度不亚于奔马，一天能跑三百多里路。十八世纪，在非洲好望角过原始生活的霍屯督人，具有各种惊人的技巧。他们游泳在大海中，身体直立，两臂伸出水外，行动宛如走路。当波涛汹涌之时，他们能随之起伏，轻松自如地舞动在波峰浪谷之间。霍屯督人的投掷技巧也相当神奇，他们能在百步之外，用石头击中半个铜元那么大的目标。

显而易见，人类在原始社会的生产和生活中获得的各种技巧，也就是体育运动中某些基本动作和技能的渊源。

人类在原始人群时期，度过了二百多万年的漫长岁月，到距今十万年前后，进入了氏族公社时期。这时，社会生产力提高了，人类的思维能力也发展了。人们把工具和武器的生产提高到了一个新的阶段。

生产工具和技能的发展，为体育的产生进一步创造了前提条件。四万年前，生活在氏族公社时期的许家窑（在山西省阳高县）人，已能大量制造石球。最初，它是狩猎用具，用以制成投石索，后世演化出了球类运动和投掷链球运动。在法国，两、三万年前的克罗马农人发明了投矛器，它是弓箭的前身。我国两万八千年前的峙峪（在山西省朔县）人发明了弓箭，从而演化出了后世的射箭运动。

生产工具的改进，劳动技能逐渐多样化与复杂化，使原始人必须一代一代地传授他们的技能和经验。这种传授最初在劳动之中自发地进行，后来则变成劳动之外的自觉行动。

于是，就产生了原始社会的劳动教育。这种教育，包含有不少体育因素。在我国东北大兴安岭的原始森林中，有一个鄂温克族，解放前他们还过着原始的游猎生活。为了适应狩猎生活的需要，长辈很注意向孩子们传授狩猎的知识和技能，如跳高、滑雪、角力、射箭和搬家游戏等等，其中体育成分很多。国外也有类似情况。太平洋岛屿上的密拉内西亚居民，当儿童年龄稍长的时候，男子就教他们投枪，使用石斧、树皮制的盾、棍棒，教他们攀树、掘土，以便捕捉有袋的动物。澳洲的土著塔斯马尼亚人，也是由成年男子向少年们教授狩猎技能，如跑、跳、投等；他们投掷的一种飞镖，是一种弯棒武器，投出去还能飞回来，有人称之为“飞去来器”。这些都表明，在原始的劳动教育中，已经首开了一支体育的源头。

在氏族公社后期，出现了原始战争，开始，操刀动斧是为血亲复仇，后来大兴干戈则多为掠夺财产和奴隶。这时，氏族公社已变成了“自治的武装组织”（恩格斯语），因此，军事教育应时而兴。我国古籍《拾遗记》记载：“太昊……造干戈以飭武”，记述了传说中的伏羲氏造兵器教民习武的情况。《淮南子·缪称训》记载，禹伐三苗时，三苗败而不服，于是禹改以“执干戚舞于两阶之间，而三苗服”。在古代阿拉伯人的氏族军事教育中，男孩从幼年起，就学习角力、赛跑、负重、使用矛枪、射箭、设伏和袭击敌人。在非洲一些部落的军事教育中，孩子们必须学习跑、跳、投掷标枪和军事游戏。以上说明，在原始战争和军事教育中，又开了一支军事

体育的先河。

原始人征服自然的能力很小，对自然现象惑而不解，曾认为万物有灵。他们既崇拜自然，又崇拜祖先，这就是原始人的宗教信仰。他们在举行宗教活动的时候，常常利用舞蹈、游戏和竞技来表达这种信仰。原始的舞蹈既包含艺术因素，又包含体育因素。传说，我国黄帝时代，曾用《云门》舞举行祭祀。唐尧时代，曾用《大章》舞祭祀上帝，用《咸池》舞祈祷五谷丰收。虞舜时代，曾用《大韶》舞歌颂舜的贤德。大禹时代，曾用《大夏》舞颂扬禹的功绩。在澳洲的土著部落中，人们定期进行一种成年仪式。他们的少年男子到成年时，必须经过考验，通过宗教仪式，才能被认为是氏族和部落的合格的成年成员。参加成年仪式的男子，必须预先进行各种身体技能的训练，并学习宗教仪式的规矩。然后，在这种仪式上，当众接受考验。在考验的项目中，有许多类似体育运动的内容，如用标枪击败沙滩上的野兽，投掷飞镖，参加角力和障碍赛跑，以及跳狩猎舞等等。在原始宗教活动中，涓涓滴滴出现的这股体育的小泉，就是后世祭祀竞技的远源。埃及的祭祀体育表演，以及古希腊的奥林匹克运动会，无不导源于此。

在氏族公社时期，文化艺术有了重要发展，人们开始从事一些文化娱乐活动。《尚书·益稷》记载的“击石拊石，百兽率舞”，描写了人们跳舞欢庆狩猎胜利的情景。澳洲土人的娱乐活动，不仅有舞蹈，还有投掷和球类比赛。这些原始社会的文化娱乐活动，便是后世娱乐体育之源。

原始社会，人们的生活简陋，卫生条件极差，食物不足，饥饱无常，因此造成了一些病患。原始人在同疾病作斗争的过程中，逐渐积累了一些经验，这就是原始的医学。据我国古籍《路史》记载：“阴康氏之时，水雩（颓）不疏。江河不行其原，阴凝而易闷，人既郁于内，腠（揍，纹理）理滞著而多重髓（坠，腿肿）。得所以利其关节者，乃制之为舞，教人引舞以利道之，是谓大舞”。这段记载的大意是说，唐尧时代，大水泛滥成灾，气候阴湿闷热，人们积郁成疾，许多人得了腿肿病。于是，有人发明了一种舞蹈，教人跳舞，以活动关节，疏导郁闷，消除肿胀。这种疏闷、消肿的“大舞”，以医疗疾病，增进健康为目的，是医疗体育的渊源，也是体育的产生有其生物学原因的例证。

埃及法老的体育轶事

在非洲东北部，由南向北纵贯着源远流长的尼罗河。埃及人民就劳动、生息在这条古老河流的两岸。公元前三千年左右，埃及建立起世界上第一个统一的奴隶制国家。从那时起，至公元前三三二年被希腊征服为止，这段古代埃及的历史，共经历了三十一个王朝，历时三千年之久。

古埃及的国王被称为“法老”。公元前十五世纪，埃及第十八王朝当政时期，出现了一个武功卓著的法老吐特摩斯三世。他多次发动大规模的侵略战争，北征地中海东岸，西侵利比亚，南犯努比亚，建立了地跨非亚两洲、空前强大的军事帝国。

吐特摩斯三世老年得子。当他已年迈苍苍的时候，太子阿门诺斐斯还很年少。这个年幼的太子长得伶俐、健壮，眉目清秀，活泼好动，喜欢玩耍。少年阿门诺斐斯特别喜欢马，时常到王宫的马厩里去玩，给马喂草料，理鬃毛，有时

