

新世纪百科
知识金典
XINSHIJI
BAIKE ZHISHI
JINDIAN

重庆出版社

奥运纵横 2

高伟 王红玉 等编



新世纪百科
知识金典

XINSHIJI
BAIKE ZHISHI
JINDIAN

奥运纵横 2

高伟 王红玉 等编



重庆出版

责任编辑 饶 亚
封面设计 金乔楠
技术设计 刘忠凤

新世纪百科知识金典

奥运纵横 2

高伟 王红玉 等编

重庆出版社出版、发行 (重庆长江二路205号)
新华书店经销 重庆新华印刷厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张 7.125 插页 4 字数 180 千
1999年4月第一版 1999年4月第一版第一次印刷
印数:1—5,000

*

ISBN 7-5366-4194-X/G·1459

定价:10.00元

新世纪百科知识金典

◆ 顾问(以姓氏笔画为序):

马少波 王伯敏 刘厚生 乔羽
冰心 金山石 江平 杨子敏
李家顺 张岱年 张振华 柯灵
柳斌 铁木尔·达瓦买提
桑弧 桑桐 秦怡 蒋孔阳
翟泰丰 蔡子民 滕藤 滕久明
戴爱莲 魏巍

◆ 总主编:

张虞 李书敏

◆ 副总主编:

许友梅 陈金才 熊静敏 黑淑琴
蒲华清 薛振安 柏家栋 傅之悦

◆ 总编委(以姓氏笔画为序):

文晓村 王中玉 叶延滨 曲炜
许友梅 陈金才 吴申耀 李书敏
李荣昌 沈寂 张虞 张文槐
杨巍 郑达东 郑可仲 单树瑶
柏家栋 钟代福 徐卓平 夏树人
梁子高 曾如信 傅之悦 黑淑琴
蒲华清 缪新亚 熊静敏 薛振安

目
录

奥运竞技项目篇

第一章 球类	3
第一节 篮球	3
第二节 排球	8
第三节 足球	13
第四节 手球	19
第五节 乒乓球	22
第六节 网球	27
第七节 羽毛球	32
第八节 棒球	37
第九节 垒球	41
第十节 曲棍球	43
第二章 田径	47

第一节	综述	47
第二节	径赛	50
第三节	田赛	69
第四节	全能运动	84
第三章	体操	86
第一节	竞技体操	86
第二节	艺术体操	102
第四章	水上运动	108
第一节	竞技游泳	108
第二节	竞技跳水	122
第三节	花样游泳	128
第四节	水球	131
第五节	赛艇	134
第六节	皮划艇	138
第七节	帆船	142
第五章	重竞技	146
第一节	举重	146
第二节	拳击	151
第三节	摔跤	158
第四节	柔道	161
第五节	击剑	169

第六章 射击及射箭·····	173
第一节 射击·····	173
第二节 射箭·····	182
第七章 自行车、马术、现代五项·····	187
第一节 自行车·····	187
第二节 马术·····	193
第三节 现代五项·····	198
第八章 冬季运动·····	203
第一节 冰上运动·····	203
第二节 雪上运动·····	209
第三节 冰球·····	217

奥运竞技项目篇

第一章 球 类

第一节 篮 球

篮球是一项具有复杂多样的技术战术、竞争性很强的运动。自诞生起,就广受人们的喜爱,得到了迅速的普及,被称为“三大球”之一。

据说,古印第安人曾开展过将球投向系于木柱上的一个特定目标的游戏,有人认为,这种游戏对近代篮球的发明起过一定的启发作用。

近代篮球起源于美国。1891年,马萨诸塞州斯普林菲尔德基督教青年会国际培训学校(今斯普林菲尔德学院)的体育教练詹姆士·奈史密斯为了解决雨天和严寒的冬季难以从事户外运动的问题,便想出了一种可在室内进行的球类活动。他将2只球篮分别钉在学校健身房两侧的墙壁上,让学生组成2队,各自将球投入对方的篮内,进球多者为胜,篮球运动便由此开始。最初的篮球比赛,对场地大小、上场人数、比赛时间、规则等均无严格限制,运动员在场上经常出现冲突和打斗,因此,这项运动一度被戏称是“拳击和摔跤的混和物”。1892年,奈史密斯制订了13条比赛规则,规定运动员不可持球跑,不准有粗野动作,不得

用拳击球,比赛分上、下半时,各 15 分钟,另外,对场地大小也作了规定,每队的上场人数逐渐从 10 人减至 9 人、7 人,1893 年降至 5 人。与此同时,现代的篮板、篮圈、篮网、专门的比赛用球及场地上各个分区的划定也逐渐形成。

1904 年在美国圣路易举行的第三届奥运会上首次进行了篮球表演。1932 年国际业余篮球联合会成立。1936 年在德国柏林举行的第 11 届奥运会将篮球列为正式比赛项目,并统一了世界篮球竞赛规则。

世界篮球锦标赛是最主要的国际篮球赛事,每 4 年举行一届。男子 1950 年举行第一届,女子的首届是 1953 年,每届参加者不少于 8 个队,最多 16 个队。

篮球运动于 1896 年传入我国。1913 年华北体育联合会将其列为正式比赛项目。1951 年 5 月,在北京举行了第一届全国篮球比赛。我国是世界上篮球运动开展得最广泛和最普及的国家之一。

现代标准的篮球场长 28 米,宽 15 米。场馆天花板的高度不低于 7 米,照明光线需充足均匀,不能妨碍运动员的视线。边线及端线外 2 米内不得有障碍物,中圈在球场中央,半径为 1.8 米,场地分为前后两个半场,划有 3 分投篮区、限制区、罚球区。篮板是用 3 厘米厚的坚硬木料或适宜的透明材料制成(曾发生过美国职业球员扣篮时砸碎篮板的事件,迫使生产厂家不得不再增加篮板的强度)。篮板的横宽 1.8 米,竖高 1.2 米,板面上篮圈后画有一宽 59 厘米、高 45 厘米的长方形。球篮包括篮圈和篮网,篮圈由实心铁条制成,篮网用白色细绳结成,长 40 厘米,它的结构应使球穿过时稍受阻力再落下为宜。球篮离地面 3.05 米。

篮球的外壳用皮、橡胶或合成物质制成。圆周为 75 - 78 厘米,重量为 600 - 650 克,充气后,使球从 1.8 米的高处落到硬木

质地板上,反弹起来的高度不得低于 1.2 米,也不得高于 1.4 米。

比赛分 2 个队进行,每队 5 人,他们的位置分布是:1 个中锋,2 个前锋,2 个后卫。比赛以时间计算分为上下两个半时,每半时 20 分钟并互换场地,中场休息 20 分钟。标准比赛时间截止时,得分多者为胜,若得分相等,则应延长 5 分钟为决胜期,若又战平,则再延长 5 分钟,直至决出胜负。

比赛开始,每方出 1 名队员在中圈跳球开始比赛。除在 3 分投篮区投中得 3 分外,其他投球中篮得 2 分,罚球中篮得 1 分。

规则规定:跳球时,跳球队员如离开跳球位置或非跳球队员进入中圈,判为违例,若出现队员违例或裁判抛球不符合要求,应重新跳球。

当球投出处于篮圈上方时,不得触及球篮或篮板。比赛由于队员犯规出现罚球时,若守方违例,判罚球队员得 1 分。全队犯规累计达 7 次后再犯规,将被判“1+1”罚球,即罚球队员第一次罚中再给一次罚球,如第一次未中则不再给第 2 次罚球机会。比赛中对正在投篮的队员犯规,若投球中篮得分有效,再判给一次罚球,如投篮未中,3 分区投篮的判给 3 次罚球,2 分区 2 次罚球。

篮球比赛还有一些涉及时间的规则,主要是:30 秒钟规则,即一个队在场上控球,必须在 30 秒钟内投篮出手,否则判为 30 秒违例,交由对方发界外球;5 秒钟规则,当一名持球队员被严密防守,在 5 秒钟内没有传、投或运球时,判为违例,由对方发球;3 秒钟规则,即某队控制球时,同队队员在对方限制区内停留不得超过 3 秒钟,否则判 3 秒违例,由对方发球。

一场比赛中各队换人不限次数,若一名队员犯规次数达到 5 次时,则该队员须退出比赛,并不得重新上场。

篮球运动的发展十分迅速。从 30 年代中期至 40 年代末, 篮球的技、战术和规则都发生了很大变化。“8”字形进攻战术的出现, 使进攻战术发生了由站到动的转折。跳起投篮技术的兴起, 使防守更加困难, 比赛也因此更加精彩。这一时期还制订出一些新的规则: 得分后的中圈跳球改为失分队在后场端线掷界外球; 进攻队必须在 10 秒钟内把球推进到前场且球进前场后不得再回后场; 进攻队员不得在“限制区”内停留 3 秒钟等, 这些新的规则大大加快了比赛的速度和节奏。50 年代, 全场紧逼人盯人防守技术得到发展, 由于高大队员增多, 曾两次扩大“限制区”。当前, 篮球运动已进入以高速度、高空优势、高超技巧和激烈对抗为特点的阶段。

篮球的基本技术包括移动、传球、接球、运球、突破、投篮、防守、抢球、打球、断球、扣篮和抢篮板球等, 这里面有进攻技术和防守技术两部分。由于篮球比赛的特点是攻防反复交替进行, 所以各种技术是相互联系、相互制约、相互促进的。

在进攻和防守的战术中, 都有一些基础配合, 即两三人之间的简单配合, 这是组成战术的基础。

进攻战术的基础配合包括: 传、切配合, 包括一传一切和空切两种, 是利用传球和切入技术组成的简单配合; 突、分配合, 即进攻队员利用控球突破, 吸引或打乱对方防守, 将球分给位置有利的同伴; 掩护配合, 指进攻队员以合理的动作身体挡住同伴的防守者的移动路线, 使同伴摆脱防守; 策应配合, 通常指进攻队员背对进攻方向接球, 由他做枢纽, 与其他队员进行配合。

防守的基础配合有: 挤过配合, 是当攻方进行掩护配合时, 防守者从两个进攻队员之间侧身挤过去, 继续防住自己的目标; 穿过配合, 即进攻队员掩护时, 防守掩护者的队员让同伴从自己和掩护队员之间穿过去, 继续防守对手; 绕过配合, 是防守攻方掩护者的队员让同伴从自己身后绕过, 继续防守对方被掩护者;

此外还有交换防守配合、“关门”配合、夹击配合、协助防守配合等。

篮球战术除这些基本配合外,还有很多行之有效的成套配合在比赛中经常使用,它们包括快攻、防守快攻、半场人盯人防守、进攻半场人盯人防守、全球紧逼人盯人防守、进攻全场紧逼人盯人防守、区域联防、进攻区域联防、区域紧逼防守、进攻区域紧逼等。可以看出,在篮球战术中,利用对方未形成稳定的防守阵势时,以快攻谋取得分是最有效的进攻方法;而各种防守阵势的要点则是紧逼盯人和区域联防。

说起篮球,大家自然会想到美国,美国篮球运动普及程度之广和水平之高堪称“世界之最”,被誉为“篮球王国”。美国人开展的是职业篮球运动,国际业余篮联的“业余”主要就是相对美国的“职业”而言。美国职业篮球联赛(NBA)目前共有 29 支队伍参加,那里汇集了全美乃至世界最优秀的选手。他们中的任何一支队伍,都有实力在世锦赛上争冠军。过去美国只派大学生选手参加奥运会篮球赛,近两届奥运会上,由于允许职业选手参赛,美国遂组建了由全美 NBA 优秀选手参加的“梦之队”,该队在比赛中实力超群,横扫千军,以大比分击败所有对手夺魁,令人叹服。

从世锦赛的史册上可以看出,非职业篮球比赛中的传统强队男队是前苏联、前南斯拉夫、巴西、美国等,女队是前苏联、美国、前捷克等。亚洲的韩国、日本、中国女队虽曾进入过世锦赛前 3 名,但距夺冠还有很大差距。

篮球被称为“巨人的运动”,但现代篮球发展到今天,身材高大已经不能决定一切。当前优秀篮球运动员的特点是:体质强、素质好、速度快、技术全面。这些队员在快速及对方紧逼条件下,能娴熟地运球、过人、传球;能在空中变换手法、改变方向或远距离跳起准确投篮;能强行起跳或空中接球扣篮;能利用各种

假动作巧妙地隐藏进攻的真实意图;能有效地利用切入和篮下巧妙的投篮技术,引起对方犯规,创造加罚球机会;能在对抗中控制好身体平衡,不犯规而完成防守动作……这些都是比赛中最具欣赏价值的精彩场面,也是明星如张伯伦、乔丹、约翰逊等的拿手好戏。在篮球比赛中,整体的巧妙配合和个人的出色表演常使人眼花缭乱,目不暇接,从而感受到篮球的魅力。

(王红玉编写)

第二节 排球

1895年,美国马萨诸塞州霍利奥克城基督教青年会体育干事摩根认为篮球运动过于剧烈,打算创造一种对抗相对较小、活动量适中、男女老少都可参加的室内球类游戏。于是,他在室内挂起一张球网,以篮球胆为球,同别人一起用手将球在网上拍来拍去,排球运动便由此而起。1896年,摩根制订了最初的比赛规则,允许一个运动员多次触球;全队传球次数不限,上场人数不限;游戏中可以利用球场旁边墙壁传球(故排球又曾有“壁球”之称);网高1.83米,且规定球不得落地,因而摩根的游戏问世后的第2年便被命名为“volleball”(即“空中飞球”之意)。1900年,美国公布了第1个排球规则,定网高为6.7英尺,每局为21分(1917年每局改为15分);上场人数几经变更,由最初的每方16人逐渐降至12人、9人,1918年又减至6人;1922年规定了每方在本场击球的次数;1923年规定球场面积为长60英尺、宽30英尺,至此,排球运动基本定型。由于排球运动不太选择场地,可在篮球场、足球场以及海滩进行,因而传播迅速,很快在亚洲、欧洲站稳了脚跟。美国教会的传教活动和军队的军事行动,把排球运动传播到世界各地。传入亚洲较早,大约1900年传入印

度,1908年传入日本,那时是以16人制出现的;传入欧洲较晚,大约1917年传入俄国、法国,1919年传入东欧,但是以6人制出现的,所以,在很长时间里,亚洲与欧洲、美洲比赛规则有很大不同。

大约在1905年,排球传入我国,人们按它的英文译音称之为“华利波”。当时是16人上场,4个人一排,站成4排进行比赛,因此人们形象地称之为“排球”、“队球”。到1930年,我国统一称之为“排球”,这个名称一直沿用至今。

“十六人制”排球在我国实行了很长时间,随着技术水平的提高,“十六人制”已不适应需要,到1923年第6届远东运动会时,开始采用“十二人制”,1927年第8届远东运动会时,采用了“九人制”,新中国成立后,我国开始推广“六人制”排球运动。

1947年4月,在巴黎召开了有14个协会的代表参加的大会,正式成立了国际排球联合会(FIVB),简称“国际排联”,法国人鲍尔·利博被选为主席,总部设在巴黎。1984年12月,国际排联总部迁至瑞士洛桑,主席为墨西哥的阿科斯塔。

我国1952年10月28日成为国际排联临时会员,1954年1月11日成为正式会员,1970年为抗议国际排联搞“两个中国”而退出,1974年恢复在国际排联的合法席位。

现代排球比赛场地呈长方形,长18米,宽9米,在场地中线上架有球网,网宽1米,长9.50米,女子网高2.24米,男子网高2.43米。

排球外壳用柔软的熟皮或人造革制成,内装橡皮胆,圆周为65-67厘米,重量为260-280克,气压为0.40-0.45公斤/平方厘米。

排球比赛每队上场6人,站两排,从左至右,前排为4号位、3号位、2号位,后排为5号位、6号位、1号位。每次均由轮转到

1号位的队员发球,在发球击球时,双方队员都必须按规定位置站好,前后排和左右侧都不能站错,否则将被判失发球权或对方得1分(球发出后位置不受限制)。每队可接触球3次(拦网触球不算在内)。如果球落地、触墙、触天花板、触其他任何物体或某一队员犯规,则成死球,造成死球的一方失球。只有发球的队才能得分,如果发球队犯规、失误,或接发球的队胜1球时,则接发球队取得发球权,其队员须按顺时针方向进行1个位置的轮转。每队赢得15分并同时超过对方2分时才胜一局,正式比赛采用5局3胜制,前4局打成2比2平局时,第5局为决胜局,在决胜局比赛中,不论是哪一队发球,胜一球得1分,一队先得8分后,两队交换场区,按原位置顺序,继续比赛到结束。

规则规定1个队最多有12名队员。比赛成死球时,教练员和队长可向裁判员请求换人,每队在一局比赛中,可要求两次暂停。队员站在发球区里,在裁判员鸣哨后5秒钟内将球击出,球必须抛起明显离手,如触及发球队场上队员、球网、标志杆、其他障碍物或从网区外越过,或发球不过网均为发球失误。球在运动员腰部以上任何身体部位停留时间较长,或未将球清晰地击出,或捞球、捧球、推球和携带球时,均判“持球”。如果1个队员连续触球多于1次(拦网除外),则判为连击。队员身体任何部分过中线触及对方场区地面即判中线犯规。后排队员在进攻线前或踏在进攻线上,将高于球网上沿的球直接击入对方场区,以及后排队员参加拦网,均为“后排犯规”。

排球是由一种球类游戏逐渐演变发展起来的,长时间里在人们眼中它只是一种娱乐消遣游戏。为使排球进入奥运会,国际排联想出一个妙计:当奥委会委员集中开会时,组织高水平的排球赛,邀请全体委员观看。委员们看到运动员精湛的球艺和紧张激烈的比赛,一致同意把排球列入奥运会正式比赛项目。就这样,1964年第18届奥运会时,排球被列为正式比赛项目,排