

聪明泉

赵朴初题



小学生课外阅读丛书

7

CONG MING QUAN



体育花絮

周佳泉 韩德才 编著
周佳泉 绘图



档案出版社

小学生课外阅读丛书《聪明泉》之七

体 育 花 絮

周佳泉 韩德才	编著
周佳泉	插图

档案出版社

责任编辑：顾松林

封面设计：荣景铨

小学生课外阅读丛书《聪明泉》之七

体 育 花 絮

周佳来 韩德才 编著

档案出版社出版

(北京市西城区丰盛胡同21号)

新华书店北京发行所发行

外文印刷厂印刷

开本，1092×787毫米 1/32 印张4.625 字数93千字

1988年5月第一版 1988年5月第一次印刷

印数1—31000册

ISBN7-80019-103-8

G·75 定价，1.35元

顾问：孙敬修 张文松 韩作黎 霍懋征
李 群 姚思源 戴 林 孙国樑
沈 鹏 石景宜

主编：范德金 金玉俊

编委：（以姓氏笔画为序）

王玉成	王秋菊	刘绍勇	刘 斌	李广汉
李廷水	李 沛	李其震	李春旺	李崇光
孙燕珩	佟玉斌	杨连昌	祁德渊	金玉俊
金延朴	金佩英	周佳泉	范德金	姚尚志
荣景姓	凌士欣	耿玉蕊	贾世明	韩德才

祝頌聰明泉
丛书出版

启迪智慧

方霞



《联明泉》出现了！

真是可喜可贺呀！

她能使小朋友们德智体美
全面发展 成为联明可敬
可爱的人 她真是小朋友的
良师益友 也是我们从
小学教育工作的有力助
手 我为此高兴！

你们八十七岁的老朋友

和淑珍

于西郊疗养院病室

一九八七年十二月廿六日

前 言

小学生课外阅读丛书——《聪明泉》和读者们见面了。这是我们在“六一”国际儿童节之际，献给广大小学生和教师、家长们的礼物。

这套丛书内容丰富，通俗易懂，形式多样，生动活泼；语言优美，文字流畅；插图美观，文图并茂。书中有小学生们爱听的故事，有使小学生们大开眼界的广博知识，有有趣的游戏，把科学性、趣味性、活动性有机地融为一体。它为小学生打开了一扇新的知识大门，铺就了一条攀登科学高峰的五彩路。这套丛书是小学生们学习小学各科知识的补充和扩展，也是老师和家长们辅导小学生学习的好助手。阅读这套丛书会使小学生们知识广博，思维敏捷，双手灵巧，在德智体美劳全面发展的道路上早日成才。

全套书共11个分册。其中包括思想品德分册——《心灵钥匙》，编选了60则故事、名人名言、儿童文明自测题等，它告诉小学生们什么是美好的理想，为什么学习，怎样学习，为什么劳动等道理，帮助小学生们健康成长。数学分册——《数学趣话》，有古代趣题赏析、世界著名数学问题介绍、民间故事中的数学问题、中外数学家的故事等14个栏目，它会使小学生更

如热爱数学这门科学。语文分册——《文苑采蜜》，精选了著名作家的优秀作品、古代诗歌、成语故事等，并作了阅读提示和解说，讲述了语文基础知识，告诉了小学生们阅读的方法，还有有趣的语文智力题，是和语文课本紧密配合的课外读物。自然分册——《自然奇趣》，向小学生们介绍了许多动物、植物的趣闻，奇妙的天文故事，还会使小学生懂得许多物理、化学知识，教给小学生做一些有趣的小实验。地理分册——《地理窗口》，在小学生们面前展现了我们伟大祖国壮丽的山川，自然风光，辽阔的疆域，丰富的物产，给小学生们介绍了国内外奇异的地理景观和风土人情等，它是一本地理知识的集锦。历史分册——《学史拾贝》，给小学生们讲了许多中外历史故事，还教给小学生怎样收集、识别古钱币，怎样搞好历史专题集邮等。体育分册——《体育花絮》，包括了多项体育运动的小史、趣事、小常识和体育游戏，引导小学生们在万紫千红的体育花海中漫游。在音乐分册——《音乐天地》中，小学生们会和许多著名的中外音乐家见面，看到他们神话般的故事，小学生们会认识许多中国的、外国的各种乐器，了解许多音乐趣闻，懂得很多音乐知识，如果小学生们想学习电子琴的话，书中还提供了一些配好的伴奏谱例。美术分册——《图画园地》，向小学生们介绍了20多名中外著名画家，其中有徐悲鸿先生和齐白石老爷爷的故

事,还有童话寓言故事“狐狸和葡萄”的插图作者 谢洛夫的趣闻;在“动手画”部分里,给小学生介绍了绘制各种印画、火花、括盘、黑板报等绘画知识,还安排了20个绘画智力题,等待小学生们去解答。手工分册——《心灵手巧》,为了使小学生们学玩结合,动手动脑,安排了纸工、废物利用、科学小玩具的制作30余种,小小魔术10余种,既能用于比赛,又能用来表演,有的还可以美化教室、家庭,内容丰富多采,妙趣横生。书法分册——《毛笔楷书》,给小学生们讲解了文房四宝、毛笔楷书的知识,介绍了书法家的故事,是一本富有知识性、趣味性的好读物。

本书是在许多从事儿童教育的专家、学者指导下,约请了北京市特级教师、北京市教育局教研部及区教研室专门从事教学研究的同志和有丰富经验的教师编写而成的。本书在编写过程中,得到了许多同志的帮助,并参考了有关资料。赵朴初先生在百忙中为本书提了书名。在此对他们一并表示衷心的感谢。

本书不仅是小学三至六年级学生的课外读物,还可以作为教师教学和指导学生课外阅读的参考资料,也可供家长在辅导小学生课外阅读时参考。

由于我们水平有限,不足之处,欢迎广大小读者和教师、家长批评指正。

编 者

1988年3月

目 录

奥林匹克运动会

古代奥运会的兴衰.....	(2)
现代奥运会的兴起.....	(2)
奥运会的会旗、会徽和格育.....	(3)
“圣火”的今昔.....	(4)
和平与友谊的象征.....	(5)
从0——24	(6)

塑造美的身心

少年儿童的锻炼特点.....	(8)
体育与卫生.....	(9)
祝你长得快、长得高.....	(10)
体育谚语.....	(11)
运动场上讲礼貌.....	(12)

田径运动

田径运动的渊源.....	(16)
“田径树”	(17)
大自然的绝妙杰作——脚.....	(18)
脚——应怎样着地.....	(19)

径 赛

意志坚强的人.....	(22)
奇怪的走——竞走.....	(22)
“斯泰德”竞技.....	(24)
从跑入门.....	(25)
怎样才能跑得快.....	(26)
飞毛腿和氧债.....	(27)
为什么向左转弯？.....	(28)
儿童冬季“长跑”.....	(29)
长跑时的呼吸.....	(30)
马拉松赛跑的故事.....	(31)
古今中外的“马拉松”赛跑.....	(32)
“马拉松”趣闻.....	(33)

田 赛

古人的跳高.....	(36)
跳蚤跳得最高.....	(36)
在月球上跳高.....	(37)
要练真本领.....	(37)
个子矮也能跳得高.....	(38)
报春的燕子.....	(38)
不断创新.....	(40)
一跃惊天下.....	(41)
自己动手，创造条件.....	(42)
撑竿跳高的演进.....	(43)
谁跳得远.....	(46)

跳得远需要爆发力·····	(46)
速度和角度·····	(47)
要踏准踏板·····	(47)
哪种跳远姿势好·····	(49)
敲响九米大门·····	(50)
炮弹和铅球·····	(51)
推铅球的演进·····	(51)
铁饼的今昔·····	(52)
铁饼的飞行·····	(53)
掷铁饼的第一个世界纪录·····	(54)

全能运动

“田径之王”——全能运动·····	(56)
努力锻炼身体，成为合乎标准的少年儿童·····	(58)

体 操

漫话体操·····	(60)
鲜花似锦的体操运动·····	(60)
塑造健美身躯的运动——双杠·····	(62)
勇敢者的运动——单杠·····	(63)
高大的体操器械——吊环·····	(64)
古代骑士的练习器械——跳马·····	(65)
扣人心弦的翻飞——高低杠·····	(66)
最窄的场地——平衡木·····	(67)
舞台上的艺术——技巧·····	(68)
健美的旋律——自由体操·····	(69)
美的教育——艺术体操·····	(70)

体操小常识

人名和动作名称.....	(74)
为什么体操比赛场上也有哨声.....	(74)
体操比赛的奥妙.....	(75)
体操比赛如何分胜负.....	(76)
“翻”、“转”、“旋”的区别.....	(76)
体操中的高难动作是怎样练出来的.....	(77)
护掌的妙用.....	(78)
体操运动员为什么手上擦白粉.....	(78)
团体操表演中的秘密.....	(79)
多用的体操棍.....	(80)

球 类

兰球？蓝球？筐球、篮球！.....	(82)
早期的篮球.....	(82)
灵活的巨人.....	(83)
篮球比赛中的时间规则四则.....	(84)
排球小史.....	(84)
排球规则点滴.....	(85)
足球小史.....	(86)
“球王”贝利.....	(88)
足球规则一则——越位.....	(88)
漫话乒乓球.....	(89)
高尚的自卫技艺——拳击.....	(90)
大力士的项目——举重.....	(92)

水上运动

古今游泳	(96)
游泳与仿生	(97)
漫话跳水	(98)
“压水花”	(99)
水上芭蕾	(100)
皮艇和划艇	(101)
冲浪、滑水板和水橇运动	(102)

冰上运动

我国古代的冰嬉、抢等和花样滑冰	(106)
速滑、打冰球和花样滑冰	(106)
滑雪、滑草和滑沙	(107)
溜旱冰	(108)

民间体育

拔河	(112)
秋千	(112)
爬绳	(113)
跳绳	(113)
实心球	(114)
风筝	(115)
自己做风筝	(115)

体坛拾趣

可爱的吉祥物	(120)
--------------	---------

什么是世界冠军	(121)
打破与超过世界纪录有何区别	(122)
田径场的学问	(122)
运动场看台的学问	(123)
古代的运动场	(123)
体育场之最	(124)

游 戏

换位	(126)
夜袭炮楼	(126)
小高尔夫球	(127)
击球跑垒	(128)
小篮球	(129)
打板羽球	(130)
赛马球	(131)
驾起拖拉机	(132)
筷子夹棋子	(133)
特异功能	(133)
摸字	(134)

奥林匹克运动会

古代奥运会的兴衰

奥林匹克运动会（简称奥运会）起源于两千七百多年前的古希腊。当时，许多部族在山间筑成自己独立的城邦，为了争夺肥沃的土地，各城邦之间经常发生冲突和战争，唯一能使残酷的杀戮（la）和一切战争平息的日子是在奥林匹亚举行祭祀的神圣节日。

举行祭祀首先要点燃圣火，各部族都希望本部族来执行这一神圣的使命。公元前776年，各部族采用选拔本部族的短跑能手，参加比赛，由比赛的优胜者来点燃圣火，伊利斯城邦的厨师科罗巴斯获得优胜。这也就是古希腊第一届奥林匹克的唯一竞赛项目和第一个冠军。以后每4年举行1次。

从公元前752年的第七届奥运会开始，竞技的优胜者不仅能荣获1顶象征着宗教意义的橄榄枝花冠，而且名留史册，并由最著名的诗人赋诗为其歌咏，给予极高的荣誉。

古代奥运会共举行了293届。公元393年，古希腊被强大的罗马帝国吞并以后，由于罗马皇帝狄奥多西信奉基督教，禁止一切异教活动，废止了运动会，并烧毁竞技场等建筑物，以后奥林匹克竞技场又遭强烈地震，盛极一时的奥林匹克遗址荡然无存了。

现代奥运会的兴起

十八世纪，英国、法国、德国的一些学者，先后到希腊考察，从奥林匹亚和神庙的遗址中发掘出一些文物，带回欧洲，引起人们对古代奥林匹克精神的极大兴趣。十九世纪，