



体育知识百科全书

TIYU ZHISHI BAIKE QUANSHU

主编：林茂春

延边人民出版社

第一卷

体育知识百科全书

延边人民出版社

责任编辑：赵东寅

图书在版编目 (CIP) 数据

体育知识百科全书/林茂春 编著. —延吉:

延边人民出版社, 1999. 11.

ISBN 7—80648—336—5

I. 体… I. 林… III. 体育百科: IV. G8—61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 52836 号

体育知识百科全书 (全五册)

主编 林茂春

出版: 延边人民出版社

发行: 新华书店延边发行所

印刷: 吉林市华美印刷有限公司

印数: 1—8000 册

787×1092 毫米 16 开

314 印张

2000 年 1 月第 1 版

2000 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 7—80648—336—5/Z · 45

定价: 1280 元

前 言

新中国体育事业发展是一幅绚丽夺目的画卷，是一首雄浑动人的交响乐，是一部篇章浩繁的宏篇巨著。

登上珠峰、实现乒乓外交、进军国际体坛，截止1998年，我国运动员共获世界冠军1206个，打破和超世界纪录861项，在乒乓球，体操、跳水、羽毛球、举重、射击等许多项目上，中国确立了自己的优势地位。80年代女排五连冠，北京兴奋剂检测中心成立向世界表明了中国的体育科研水平，北京亚运会的成功举办；90年代“三大球”为龙头的职业化之路，体育产业“下海”、《全民健身计划纲要》出台、《体育法》颁布，表明中国体育开始步入法制轨道，中国体育事业的发展正与世界接轨。

做为一名体育教育工作者，看到中国体育事业的辉煌，特此在祖国50华诞之即，为祖国献礼，为推广体育知识技能，推广全民健身，为新中国体育事业的发展，编辑了这套《体育知识百科全书》，全书共分5卷，53类，收集百余种项目，按照起源常识、基本技战术、裁判法与规则的形式编辑成册，以便体育爱好者学习、参考，本书的特点：以辩证唯物主义为指导思想，紧紧围绕培养目标，面对广大支持中国体育事业者的实际要求，较全面地介绍了各类体育项目的基本理论与基本知识，基本技战术。注意基本技能与实际能力培养，同时

6.10

重视吸收当代体育科学理论的某些新概念、新观点、新技术、新战术及新的训练方法，从而使全书进一步体现了全面性、丰富性、整体性、先进性、实用性、科学性和规范性的特点。

全书内容丰富、规范明确、分类整理、收录全新、实用性强，适合机关、团体、企事业单位、学校、军队和广大体育爱好者使用，是一部较好、较完整的“体育工具书”。

本人水平有限，书中肯定存在一些疏漏和谬误，本书在撰写过程中借阅参考了大量体育文献资料，在此表示感谢！

编者

一九九九年十二月

总 目 录

- 体育史概述
- 奥林匹克运动
- 足球
- 排球
- 篮球
- 网球
- 羽毛球
- 乒乓球
- 手球
- 垒球
- 棒球
- 橄榄球
- 地掷球
- 曲棍球
- 水球
- 高尔夫球
- 台球
- 门球
- 田径
- 体操
- 武术
- 中国式摔跤
- 散手
- 跆拳道
- 柔道
- 拳击
- 射箭
- 击剑
- 射击
- 举重
- 游泳
- 跳水
- 冰雪运动
- 水上运动
- 登山运动
- 轮滑运动

- 国际象棋
- 象棋
- 围棋
- 桥牌
- 保龄球
- 毽球
- 自行车运动
- 摩托车运动
- 形体运动与健美操

- 国际标准交谊舞
- 信鸽竞翔指南
- 钓鱼
- 体育保健总论
- 体育心理学
- 体育管理学
- 体育游戏
- 新中国体育第一

目 录

第一卷

● 体育史概述

第一章 史前体育	(3)
第一节 体育的起源	(3)
第二节 史前体育的性质和特征	(4)
第二章 古代外国体育	(5)
第一节 古代西亚北非区域的体育	(5)
第二节 古代欧洲体育	(6)
第三节 古代亚洲和美洲体育	(9)
第三章 古代中国体育	(12)
第一节 古代中国体育的发端	(12)
第二节 古代中国体育的初步兴盛	(14)
第三节 古代中国体育的繁荣	(15)
第四节 古代中国体育的新发展	(18)
第四章 近代外国体育	(20)
第一节 近代欧洲体育的萌芽	(20)
第二节 近代欧洲体育的形成	(22)
第三节 近代体育的发展	(27)
第四节 近代体育的国际传播	(30)
第五章 近代中国体育	(33)
第一节 西方近代体育的传入及早期发展	(33)
第二节 近代中国体育的演变	(35)
第三节 近代中国体育体制的形成	(39)
第四节 特殊条件下三种不同类型体育的发展	(41)
第六章 现代外国体育	(43)
第一节 战后各国体育发展的一般趋势	(43)

第二节 运动竞技的进一步国际化和科学化	(46)
第七章 现代中国体育	(49)
第一节 新中国体育事业的初创	(49)
第二节 开创体育事业的新时期	(51)
第八章 世界体育大事年表	(55)

● 奥林匹克运动的概述

绪 论

第一章 奥林匹克运动的渊源	(85)
第一节 古奥运会的产生	(85)
第二节 古奥运会的盛衰	(87)
第二章 奥林匹克运动的兴起	(90)
第一节 奥林匹克运动兴起的社会背景	(90)
第二节 奥林匹克运动兴起的动因	(93)
第三节 奥林匹克运动的诞生	(95)
第四节 现代奥运会与古代奥运会主要特点的比较	(98)
第三章 奥林匹克运动的发展	(101)
第一节 奥林匹克运动的探索	(101)
第二节 奥林匹克运动基础的确立	(105)
第三节 奥林匹克运动的发展与危机	(109)
第四节 奥林匹克运动的改革与转机	(112)
第四章 奥林匹克运动的未来	(116)
第一节 奥林匹克运动的挑战与机遇	(116)
第二节 奥林匹克运动的发展趋势	(120)
第五章 《奥林匹克宪章》	(123)
第一节 《奥林匹克宪章》的意义与功能	(123)
第二节 《奥林匹克宪章》的基本内容	(124)
第六章 奥林匹克运动的思想体系	(128)
第一节 奥林匹克主义	(128)
第二节 奥林匹克运动的宗旨	(130)
第三节 奥林匹克精神	(130)
第四节 奥林匹克格言	(132)
第七章 奥林匹克运动的组织结构体系	(134)
第一节 国际奥林匹克委员会	(134)
第二节 国际单项体育联合会	(137)
第三节 国家奥林匹克委员会	(139)
第四节 国际奥委会与国际单项体育联合会和	

国家奥委会之间的关系	(141)
第八章 奥林匹克运动的活动内容体系	(144)
第一节 奥林匹克运动会	(144)
第二节 国际奥委会承认的大型综合性运动会	(153)
第三节 其它奥林匹克运动	(154)
第九章 奥林匹克运动与现代体育	(159)
第一节 奥林匹克运动与现代体育的发展	(159)
第二节 奥林匹克运动与国际体育合作	(162)
第十章 奥林匹克运动与社会经济	(168)
第一节 现代社会提供了奥林匹克运动所需要的经济基础	(168)
第二节 奥林匹克运动对社会经济的促进作用	(171)
第十一章 奥林匹克运动与政治	(174)
第一节 政治对奥林匹克运动的介入	(174)
第二节 政治介入奥林匹克运动的原因	(176)
第三节 奥林匹克运动的政治功能	(180)
第十二章 奥林匹克运动与文化	(183)
第一节 奥林匹克运动的文化特性	(183)
第二节 奥林匹克运动与其它文化形式	(187)
第三节 奥林匹克运动对文化交融的贡献	(188)
第十三章 奥林匹克运动与现代科学技术	(190)
第一节 奥林匹克运动与体育科技的发展	(190)
第二节 现代科学技术在奥林匹克运动中的广泛应用	(193)
第三节 奥林匹克运动对科技发展的促进作用	(195)
第十四章 中国早期的奥林匹克运动	(198)
第一节 奥林匹克运动在中国的初期传播	(198)
第二节 奥林匹克运动在中国的初步开展	(201)
第十五章 中国近期的奥林匹克运动	(206)
第一节 奥林匹克运动在近期中国发展的社会背景	(206)
第二节 奥林匹克运动在近期中国的发展	(209)
第三节 中国对国际奥林匹克运动的积极参与	(216)
第四节 奥林匹克运动在中国的未来	(219)

● 足球

第一章 足球运动的概述	(225)
第一节 足球运动的起源	(225)
第二节 足球运动的特点和价值	(227)
第三节 我国足球运动的发展概况	(228)

第四节 现代世界足球运动发展的主要趋势·····	(229)
第二章 足球的基本技术 ·····	(232)
第一节 足球技术一·····	(232)
颠球、踢球、接球、头顶球	
第二节 足球技术二·····	(248)
运球和运球过人、抢截球、掷界外球、守门员技术	
第三章 足球的基本战术 ·····	(263)
第一节 战术原则·····	(264)
第二节 比赛阵形·····	(267)
第三节 进攻战术·····	(274)
第四节 防守战术·····	(285)
第五节 定位球战术·····	(289)
第六节 战术的练习方法·····	(295)
第四章 足球竞赛规则与裁判法 ·····	(299)
第一节 足球竞赛规则简介·····	(299)
第二节 足球裁判法简介·····	(309)
第三节 室内五人制足球竞赛规则与裁判法介绍·····	(316)
第四节 学习规则和利用规则·····	(318)
附录一:世界足坛重大赛事简介·····	(322)
附录二:世界足球强队简介·····	(328)
附录三:世界级主要球星简介·····	(331)
附录四:中国参加国际足球比赛运动员名录·····	(341)

● 排球

第一章 排球运动的概述 ·····	(345)
第一节 排球运动渊源与传播·····	(345)
第二节 中国排球运动的发展和兴起·····	(346)
第三节 排球运动的发展趋势·····	(350)
第四节 世界排球大赛简介·····	(352)
第二章 排球的基本技术 ·····	(353)
第一节 准备姿势和移动·····	(353)
第二节 发球·····	(358)
第三节 垫球·····	(369)
第四节 传球·····	(382)
第五节 扣球·····	(393)
第六节 拦网·····	(408)
第三章 排球的基本战术 ·····	(413)

第一节	排球战术的基本理论	(413)
第二节	阵容配备、交换位置及信号联系	(420)
第三节	个人战术	(424)
第四节	进攻阵形和进攻打法	(430)
第五节	接发球及其进攻	(443)
第六节	接扣球及其进攻	(456)
第七节	接拦、回球及其进攻	(470)
第八节	接传、垫球及其进攻	(472)
第四章	排球竞赛规则与裁判法	(474)
第一节	排球规则的演变	(474)
第二节	排球规则的主要内容	(477)
第三节	执行规则的原则	(484)
第四节	裁判员之间的配合	(486)
第五节	执行规则和范例	(488)
第六节	赛前仪式和记录工作方法	(495)
附录一	世界著名的男、女排球队	(499)
附录二	世界排坛的男、女优秀运动员	(505)
附录三	中国排球运动大事记(1905—1999)	(512)
附录四	中国排坛的男、女优秀运动员	(515)
附录五	重大的国际、国内排球比赛	(520)

● 篮球

第一章	篮球运动的概述	(533)
第一节	篮球运动的起源与演进	(533)
第二节	篮球运动的传播与发展	(536)
第三节	我国的篮球运动	(536)
第四节	现代篮球运动的发展趋势	(539)
第五节	篮球运动的特点与价值	(542)
第二章	篮球的基本技术	(543)
第一节	进攻移动	(543)
第二节	投篮	(548)
第三节	运球及持球突破	(552)
第四节	传接球	(559)
第五节	抢篮板球	(563)
第六节	中锋技术	(568)
第七节	个人防守技术	(573)
第三章	篮球的基本战术	(579)

第一节	防守技术	(579)
第二节	进攻战术	(597)
第三节	攻守转换	(613)
第四章	篮球竞赛规则与裁判法	(617)
第一节	篮球运动的主要规则	(617)
第二节	篮球比赛的主要裁判法	(622)
第三节	比赛的场地与器材设备	(631)
第四节	篮球裁判能力的培养与提高	(633)
附录一	世界篮球赛事简介	(635)
附录二	世界篮球强队简介	(651)
附录三	国内外优秀运动员介绍	(655)

● 网球

第一章	网球运动的概述	(675)
第一节	网球的起源与发展	(675)
第二节	中国的网球运动	(677)
第三节	网球运动的特点	(679)
第四节	有关网球运动的知识	(681)
第二章	网球的基本技术	(687)
第一节	握拍的方法	(687)
第二节	击球的基本原理	(689)
第三节	正反手击球	(692)
第四节	发球	(701)
第五节	截击球	(706)
第六节	高压球和挑高球技术	(708)
第七节	反弹球和放小球技术	(713)
第三章	网球的基本战术	(717)
第一节	单打战术	(717)
第二节	双打战术	(723)
第四章	网球竞赛规则与裁判法	(729)
第一节	网球场地区规范	(729)
第二节	网球器材	(732)
第三节	计分方法和失分判定	(733)
第四节	网球比赛的发球和场地交换	(734)
第五节	裁判员分工及临场裁判法	(736)
第五章	网球比赛的组织工作	(739)
第一节	组织竞赛	(739)

第二节	竞赛办法	(741)
第三节	网球记分表及使用方法	(744)
附录一	国际网球的两大组织	(746)
附录二	国际网球赛事简介	(747)
附录三	国外网坛优秀运动员简介	(752)
附录四	国内网坛优秀运动员简介	(758)

●羽毛球

第一章	羽毛球运动的概述	(765)
第一节	羽毛球运动简介	(765)
第二节	羽毛球运动发展概况	(765)
第三节	我国羽毛球运动发展概况	(772)
第二章	羽毛球的基本技术	(775)
第一节	握拍法	(776)
第二节	发球法	(778)
第三节	击球法	(783)
第四节	步法	(801)
第三章	羽毛球的基本战术	(809)
第一节	羽毛球的打法类型与我国的羽毛球技术风格	(809)
第二节	单打战术	(811)
第三节	双打战术	(812)
第四章	羽毛球竞赛规则与裁判法	(816)
第一节	球场与器材	(816)
第二节	比赛的进行	(817)
第三节	发球方位、顺序与接发球方位	(819)
第四节	发球、接发球及击球的违例	(825)
第五节	裁判制、裁判术语与手势、比赛用表	(828)
第六节	比赛的组织与决定名次的方法	(836)
附录一	国内外优秀运动员简介	(843)
附录二	羽毛球拍的选择及其修补方法	(847)

●乒乓球

第一章	乒乓球运动的概述	(851)
第一节	世界乒乓球运动的发展	(851)
第二节	我国乒乓球运动的发展	(856)
第三节	世界乒乓球运动的发展趋势	(860)
第四节	乒乓球运动的特点	(861)

第五节 国际乒乓球联合会	(861)
第二章 乒乓球的基本技术	(865)
第一节 常用术语	(865)
第二节 球拍的规则规定与球拍的不同性能	(867)
第三节 影响击球质量的因素分析	(869)
第四节 击球时身体各部位的作用	(873)
第五节 握拍法	(875)
第六节 基本站位的基本姿势	(878)
第七节 基本步法	(879)
第八节 发球	(882)
第九节 接发球技术	(888)
第十节 推挡球技术	(890)
第十一节 搓球技术	(892)
第十二节 削球技术	(895)
第十三节 攻球技术	(898)
第十四节 弧圈球技术	(905)
第三章 乒乓球的基本战术	(909)
第一节 不同类型打法	(909)
第二节 基本战术	(910)
第四章 双打	(916)
第一节 双打的特点及其推广价值	(916)
第二节 双打的规则	(916)
第三节 双打的配对	(917)
第四节 双打的站位和移动方法	(918)
第五节 双打的战术	(919)
第六节 双打的训练	(920)
第五章 乒乓球竞赛规则、规程与裁判法	(922)
第一节 比赛项目和团体赛的比赛顺序	(922)
第二节 乒乓球比赛的方法	(922)
第三节 器材和比赛条件	(927)
第四节 比赛通则	(929)
第五节 残疾人乒乓球比赛的特殊规则	(931)
第六节 比赛管理	(933)
第七节 比赛管理人员与管辖权限	(935)
第八节 裁判员操作程序	(936)
附录一 世界乒乓球赛事简介	(938)
附录二 世界强队简介	(953)
附录三 国内外优秀运动员简介	(955)

第二卷

●手球

第一章 手球运动的概述	(965)
第一节 手球运动简介	(965)
第二节 手球运动的特点与价值	(965)
第三节 手球运动发展概况	(966)
第二章 手球的基本技术	(969)
第一节 移动	(969)
第二节 持球与传接球	(972)
第三节 运球	(978)
第四节 射门	(979)
第五节 突破	(987)
第六节 假动作	(989)
第七节 防守步法	(991)
第八节 防守不持球队员	(992)
第九节 防守有球队员	(994)
第十节 封球、拨打球、断球	(995)
第三章 手球的基本战术	(998)
第一节 战术基础配合	(998)
第二节 快攻与防守快攻	(1008)
第三节 阵地进攻与阵地防守	(1016)
第四节 任意球进攻战术与防守任意球	(1027)
第四章 守门员技术与战术	(1030)
第一节 守门员技术	(1030)
第二节 守门员战术	(1034)
第三节 守门员技术、战术练习方法	(1035)
第五章 手球竞赛规则与裁判法	(1038)
第一节 手球竞赛规则	(1038)
第二节 手球裁判法简介	(1041)

●垒球

第一章 垒球运动的概述	(1047)
第一节 垒球运动的特点和意义	(1047)
第二节 垒球比赛的场地和设备	(1047)

第三节	垒球的比赛方法	(1049)
第四节	垒球运动的发展概况	(1050)
第二章	垒球的基本技术	(1057)
第一节	传球	(1057)
第二节	接球	(1060)
第三节	投手投球	(1063)
第四节	接手技术	(1069)
第五节	封杀、触杀与夹杀	(1071)
第六节	击球	(1074)
第七节	跑垒、滑垒和扑垒	(1079)
第三章	垒球的基本战术	(1083)
第一节	防守战术	(1083)
第二节	进攻战术	(1092)
第四章	垒球竞赛规则及裁判法	(1098)
第一节	垒球竞赛裁判制	(1098)
第二节	主要规则分析及判法	(1102)
第三节	比赛的记录方法	(1106)
第四节	裁判术语及手势	(1110)

● 棒球

第一章	棒球运动的概述	(1115)
第一节	棒球的起源与早期情况	(1115)
第二节	棒球运动的特点	(1118)
第二章	棒球的基本技战术	(1120)
第一节	传球与接球	(1120)
第二节	投手投球	(1130)
第三节	击球与跑垒	(1142)
第四节	棒球的防守战术	(1153)
第五节	棒球的进攻战术	(1164)
第三章	棒球竞赛规则与裁判法	(1171)
第一节	规则	(1171)
第二节	裁判	(1178)
第三节	记录	(1178)
附录一	美国的职业棒球	(1180)
附录二	日本的职业棒球	(1184)