

中\小\学\课\堂\学\习\新\广\角



体育演义

刘以林 主编\储成东等撰文



华语教学出版社

体 育 演 义

刘以林	冯晓林	主 编
薛 北	慧 娟	撰 文
刘义国	储成东	

华语教学出版社

(京)新登字 134 号

总 策 划 张金方
特约编辑
责任编辑 贾寅淮
封面设计 文 等

体育演义

刘以林 冯晓林 主编

储成东等 撰文

*

©华语教学出版社出版
(中国北京百万庄路 24 号)

邮政编码 100037

北京密云胶印厂印刷

新华书店北京发行所发行

1995 年(大 32 开)第一版

印张:9 字数:180 千 印数:10000

ISBN 7-80052-488-4/H·585

定价:11.00 元

目 录

第一回 体育起源各有说法 运动发展自有讲究

..... (1)

死亡的阴影就在他们的头顶上盘旋，为了生存，更为
了发展，古代人不得不学会了长跑、狩猎、投掷……在岁
月悠悠的泪水之河、血水之河中，我们的先民们深深地懂
得，强壮的身体，才是活下去的本钱……

第二回 西方竞技竞力 古希腊为特征 外国狠打狠拼 大帝国作准绳

..... (29)

你可以拿走我们的面包，拿走我们的空气，但是，你
不能拿走我们的奥林匹亚精神，天之下，地之上，便是我
们厮守终生的信念，我们别无选择，我们只有使它更快、
更高、更强……

第三回 千古华夏体育一脉自成 灿烂神州竞技百川归海

..... (55)

当元宵观灯的人们荡起秋千，你可以看到，有一朵特

别的花，有一种特别的芬芳，近乎于温柔，近乎于敦厚，
这就是千古华夏的体育之花，在风中舞蹈，在雨中歌唱
.....

第四回 挽弓射日市民体育展雄风 舞枪弄剑神州武术放异彩

..... (84)

一声断喝，倭寇屁滚尿流，少林武术天下无敌；大刀
翻飞，英军身首异地，少女婉贞威震敌胆。夕阳西下，踢
足球荡秋千，其乐也融融；大雪纷飞，滑冰踏雪，活着真
是太好了.....

第五回 中世纪西方体育出现新风向 准贵族欧洲运动铸成真循环

..... (111)

在中世纪的漫漫长夜里，体育没有窒息，它睁着凝重
的双眼，终于，在古老的天空下，出现了踢足球的人，跳
高跳远的人，他们还举起自己一生的重量，跟那个时代摔
跤。

第六回 国际传播 全球体育成大统 世人瞩目 世界运动变奇观

..... (136)

全球一家，传媒体系牵线搭桥，体育成大统，要乐大

家同乐；世人侧目，运动无需温文尔雅，想法子变奇观，要玩就玩得心惊肉跳。世界是永远不会老的，因为体育运动之树常青。

第七回 中华体育气象万千 民国观念半朝三新

..... (157)

“完全人格，首在体育”，当国人再次认识到这一点时，近代体育便呈现了万千气象，人们加强锻炼从而强壮筋骨，增长知识，陶冶情操，磨砺意志。

第八回 新中国良好开端十年挫折 当代人立志拼搏数载奋起

..... (183)

一记重扣，中国女排称霸排坛，举国上下欢呼雀跃；一声枪响，许海峰实现零的突破，中国人多少年的梦想成真。人生能有几回搏？踏平坎坷成大道，中国体育终于令世人刮目相看。

第九回 亚运催开东方体育鲜花 北京笑迎域外巾幗须眉

..... (210)

阳光、月光、星光，交织着亚运圣火，在人类的天空下，一片辉煌；灯光、烛光、目光，围绕着亚运圣火，在

亚洲的土地上，永远闪亮！北京，在亚运圣火中，一边欢笑，一边歌唱。

第十回 全球遍燃雅典圣火 千帆竞发 五洲高擎奥运大旗 百舸争流

..... (230)

岁月悠悠，是谁，高举着奥运的旗帜，旗帜下，我们竞争，我们拼搏，哪怕天荒地老；长夜漫漫，是谁，点燃了雅典圣火，火光中，我们生存，我们发展，直到永永远远。

附 录：

1. 历届奥运会概况一览表 (262)
2. 奥委会标志、会旗和运动员誓词 (265)
3. 历届亚运会概况一览表 (268)
4. 奥运会比赛项目一览表 (270)
5. 奥林匹克运动的目标 (272)
6. 奥林匹克会歌 (273)
7. 体育运动大事记 (1950~1994)
..... (274)

第一回 体育起源各有说法 运动发展自有讲究

死亡的阴影就在他们的头顶上盘旋，为了生存，更为了发展，古代人不得不学会了长跑、狩猎、投掷……在岁月悠悠的泪水之河、血水之河中，我们的先民们深深地懂得，强壮的身体，才是活下去的本钱……

在很久很久以前，这个寂寞而又飘摇的地球上，就开始有了人类，他们艰难地生存着，执著地延续着自己的生命，日子过得很苦很苦。

在天与地之间，他们始终没有倒下去，他们依靠自己的体力，凭借自己的智慧，同恶劣的自然环境，进行了生与死的较量。

岁月悠悠，他们哼着一支古老的歌，进入了原始群居时期，即旧石器时代。

那时候，人类的数量非常少，大地上到处横行的是凶猛的

野兽、吃人的恶鸟，人类所面临的，依旧是相当严峻的生存环境，死亡的阴影始终在他们的头顶盘旋。

没有办法，他们为了能够活下去，只有结成几十人的小群体，沿着荒凉的河边、湖岸、林际，过着漂泊天涯的流浪生活。

后来，他们住进了洞穴之中，尽管他们吃的是草种或者树上结的果子，有时随便拾到一个死兔子什么的，连毛也不去，就津津有味地吃了起来；渴了，就追赶一只动物，逮到以后，就喝它的血。但是，他们依旧活着。

他们的体质和外形还保留着猿的某些特征，但是已经能够直立行走。

他们使用棍棒和粗陋的石器防御和猎捕野兽，过着采集和狩猎相结合的群居生活。没有父母兄弟姐妹之分，大家就这样终日厮守，吃在一起，睡在一起。

大约在四五十万年前，生活在古老中国的北京人已经知道用火照明、取暖、防止野兽的骚扰和伤害，并烧烤食物，吸取了更多的动物营养，促进了人类体质的发展。

在西方，也发现了早期用火的痕迹。

火的使用，是人类发展史上的一个重要里程碑，它最终使人与动物分开。

在当时凶险异常的环境下，原始人为了生存和发展，必须跳得高，跑得快，学会攀登、爬越、泅水、投掷……

这些基本的身体活动，虽然不能被看作是“体育”，但其中孕育着体育的因素。

因为这种生产和技能的学习，不仅是未来教育的源头，而且因以身体活动为内容，也成了未来体育的起点。

又是几十万年光阴荏苒，人们缓慢地却是从不间断地在各

个方面取得进步。

他们打制的石器，种类增多了，制作也更精巧了，后来在石器、木器之外，还大量使用骨器，并且发明了鱼叉和投掷武器。

他们还集体住在山洞里或窝棚里，集体内部按性别年龄进行分工，男子集体狩猎，妇女采集野生植物，老人照顾小孩。

他们按血缘关系组成比较固定和持久的集体，形成了一个氏族公社组织，互有姻亲关系的氏族组成部落。

氏族成员的关系按母亲的系统来维持，妇女除了上山或下水采集，还管理氏族内部事务，那时的氏族公社也就称作母系氏族公社。

母系氏族公社的发展，原始农业的出现并逐渐成为主要的经济部门，人们的生活有了更多的保障，从而减少了居住的流动性。人们还开始驯化动物。

距今大约六七千年前，西亚居民已经掌握了炼铜的技术，开始进入石器和铜器并用的时代。出现了铜锄、铜铲等工具。起先人们炼出的是纯铜，后来用铜和锡制成合金青铜。

这些条件为体育的进一步发展提供了可能。

人们在大量的物质生产的过程中，积累了越来越多的生产经验，生产技能的传授产生了原始教育，在原始教育中，也包括一些有目的有意识地提高和改善身体技能的某些训练。

这种与劳动教育分离的，以人的自身作为客体的特殊活动形式，就是原始体育。

大约从 5000 多年前至 4000 多年前，人类社会进入了父系氏族公社时期。

这个时候，由于生产逐步发展起来，扶犁翻地等重体力劳

动需要由男子来承担了。

男子劳动地位的改变使他们取代了妇女在氏族中的支配地位。母系氏族公社逐渐变成父系氏族公社。父系氏族公社包括有共同祖先的若干家庭。氏族长由成年男子担任。

这时候，氏族开始分化成许多家庭，尽管土地仍旧属于氏族所有，并定期分配给各家使用，但是劳动产品属于各家所有。家庭变成了社会经济单位。

随着个体化生产的越来越盛行，剩余产品的不断增加，产品交换的进一步发展，一些氏族和部落的首领，也就越来越多地利用职权，侵夺别人的财产，霸占肥沃的土地，从而成为氏族贵族。

而那些被剥夺了土地和财产的氏族成员逐渐沦为平民甚至贫民，为了能继续活下去，他们只有离开本氏族到别处谋生，在异乡的风雨中哭泣，同那些没有血缘关系的人结成邻居。

这样一来，血缘的纽带便逐渐松弛，生活在一个地方的人不一定是同一个氏族的成员，人类开始重新分化组合。

社会上发生贫富分化的同时，也就出现了阶级的分化，而私有财产和私有观念的出现，一些氏族或部落无法克制自己内心的欲望，而挥舞棍棒和屠刀，疯狂地掠夺邻近的人口和财产，从而导致了部落战争。

部落战争的发生和发展，也促使人类去加速研制更新式的精锐武器，同时，也促使士兵和将领更自觉地去训练战斗技能，这也是推动上古体育发展的重要动力。

随着社会生产力的发展和阶级的分化，人们逐渐加深了对各种事物的认识，同人类生产有着直接联系的原始文化也相继出现，与宗教和各种教育活动相联系的各种游戏、舞蹈、军事

武艺、卫生保健等应运而生。

而这种基本脱离生产的身体练习和娱乐活动一旦产生，就具有相对的稳定性，并逐渐发展为有目的有意识的身体练习，这就构成了体育的原始形态。

且说古代体育的起源，由于人们的观点不同，对体育概念的理解不同，因而，对于这个问题，可以说是众说纷纭，莫衷一是，大家纷纷拿出自己的证据，各现说法。

当我们翻开古代希腊人留下的两部宏伟的史诗《伊里亚特》和《奥德赛》的时候，我们就仿佛置身于古希腊人所生活的社会环境，那个叫做“荷马时代”的久远的以前。

《伊里亚特》叙述希腊人同小亚细亚的特洛伊人战争到十年的情景；《奥德赛》叙述希腊人胜利之后，希腊将领奥德修斯在归途中历尽艰险的故事。

体育活动作为希腊人生活的一个重要部分，在这两部史诗中多处得到体现。

当时，希腊人的体育活动绝大多数都是以运动竞技的形式出现的，还没有固定的场所与日期，只是在一些比较盛大的场合，如英雄去世、欢迎外宾和宴乐的时候，才偶尔举行。

荷马叙述的人物，所进行的都是一些同生产劳动和战争环境相适应的运动项目，比方说射箭、游泳、投掷、赛车、拳击、跑步以及流血的格斗等等，而对专门使身体强壮的许多锻炼项目还搞得不太清楚。

在《奥德赛》中我们可以看到，荷马为我们描绘的盛大的宴乐竞技的场景，为远古时期希腊人已从事竞技活动的判断提供了又一个有力的证据。

英雄人物奥德赛，经过十年漫长的漂泊生活，在返回故乡途中，经过的最后一个岛屿就是腓农基，这是一个热情、好客的小岛。

腓农基王为这位凯旋的英雄，举行了隆重的欢迎宴会，当宴会快要结束的时候，腓农基人举行了各种各样、五花八门的竞技表演活动。

“他们首先赛跑，场上扬起了尘土，高贵的克吕通留是众人中跑得最快的一个……率先到达人群集合的地点，远远地把别人抛在后面。他们又进行了紧张的角力，……跳高的优胜者是安菲亚特，……拳斗的优胜者是劳达马。”

当时，奥德赛这位凯旋的英雄情绪非常高昂，他也在众人的喝采声中，参加了竞技的行列，而且技高一筹，他“在投石比赛中远远超过旁人”，结果“他获得第一”，大家把他抬了起来，抛向空中。

接下来，能歌善舞的腓农基人又为他表演了优美的舞蹈，其中有一段舞叫做球舞。只见众人拿起了紫色球，“一个仰身把球扔向淡淡的天空，另一个跳起来，不等球落地就轻易地接过硬球。”

奥德赛兴致勃勃地看完了这些竞技表演，并不时发出朗声大笑，对腓农基人的这些活动表示钦佩，腓农基王也十分高兴，向奥德赛馈赠了许多岛上的土特产，并且派人把奥德赛护送回家。

另外，在“荷马史诗”中，还有许多地方记述了体育竞技活动的一些情景。而这些竞技活动，有的是为了争个你高我低，有的纯粹是为了娱乐消遣。

而在运动项目方面，还包括球类游戏、狩猎、翻筋斗和跳水等等。

在“荷马史诗”的另一部辉煌巨著《伊里亚特》中，也有多处提到了体育竞技或体育赛会时的情景，其中“帕特洛克罗斯的葬礼”一节描写得最具体、最形象、最生动：

阿喀琉斯有一位生死之交的朋友，叫做帕特洛克罗斯，他们两人情深似海，亲如手足，可是，帕特洛克罗斯不幸被特洛伊人杀死了，阿喀琉斯得知这一消息后，痛不欲生，他暗自发誓，一定要为自己这位亲爱的朋友报仇，不然誓不为人。

阿喀琉斯足智多谋，又英勇善战，没有多长时间，便在一次战斗中，亲手杀死了特洛伊人的首领赫克脱，为自己的朋友报了仇。

为了庆祝这次战斗的胜利，同时，也为了表达自己对帕特洛克罗斯和其他阵亡战友的深切怀念，阿喀琉斯举行了盛况空前的火葬仪式。

就在这次意义不同寻常的葬礼上，进行了内容十分丰富的竞技赛会。

参加这次竞技的大多是贵族及其子弟，还有从希腊军队的将帅中遴选出来的佼佼者。当时，阿喀琉斯给竞技的优胜者提供了非常贵重的奖品，如铜铸三脚祭坛、金杯、黄金，以及牡牛、马匹、骡子，甚至还有心灵手巧的绝代美女。

这样一来，大家就选择了一块地势比较平坦的地方，然后围坐成一个大大的圆圈，然后开始了热闹非凡的竞技。

首先进行的就是战车竞赛。有5位勇敢的小伙子站了出来，自愿参加这项比赛，阿喀琉斯亲自为他们抓阄排定秩序并指定了一位裁判员，然后竞赛就激烈地开展起来了。

这时，天上的诸神们也没有闲着，他们也都在暗中帮助自己的宠儿，并想方设法给对手制造事端。

经过一番激烈的角逐，名次终于出来了。阿喀琉斯亲自为他们颁发了奖品。冠军获得一个美丽的女子和一具铜三脚祭坛，亚军获得牡马一匹，季军获得的是一只大炊鼎。

接下来进行的是拳击比赛。两个参赛者身穿短裤，手上各自扎好牛皮条，刚一见面便立即迫不及待地动起手来。

只见疾雨般的拳头重重地击打着对方的下颚，两个人都累得汗流浹背、气喘吁吁。

最后，获胜者一拳击中对方的面颊，把对方打得半天爬不起来，然后牵走了阿喀琉斯赏赐给他的一匹骡子。而打输了的一路上嘴里吐着鲜血，头低垂着，他得到的是一只两耳的金杯。

第三项比赛是角力。阿喀琉斯首先为大家宣布了此项比赛的奖品：冠军将获得一个巨大的铜三脚祭坛，它的价值大约等于十二条牡牛；亚军将得到一个擅长手艺的美丽的女子。

两个竞争者立刻投入了紧张的角逐之中，他们的双臂互相搂抱着，打得难分难解，不亦乐乎，最后，阿喀琉斯为他们分别颁发了奖品。

第四项比赛是赛跑。在比赛之前，阿喀琉斯就规定优胜者可以获得一只精工制造的巨大的银调酒碗，第2个抵达终点的将得到一头牡牛，第3个只能得到半塔兰同黄金。

阿喀琉斯站在一个小高台子上，为比赛发了号令。

其实一直跑在最前面并最先到达终点的是竞技者埃阿斯，但是，雅典娜女神不太喜欢这个锋芒毕露的小伙子，便捉弄了一下他，使他最终只得到一牡牛，埃阿斯非常生气，但一点办法也没有。

第五项是全副武装的决斗。一个参赛者一下子就刺穿了对方的盾牌，但对方却径自瞄准他的喉咙，眼看着就要刺下去，大

家都把心提到了嗓子眼，为两个比武者的生命而担忧。阿喀琉斯赶紧下令停止这项比赛，并让他们两个人平分了奖品。

第六项比赛是掷铁饼。这项比赛意义非同寻常，因为这是阿喀琉斯所杀死的忒拜国国王厄提翁过去所常掷的铁饼。

最后，波吕波厄忒斯战胜了他的所有对手，他掷得最远，如同牧羊人赶着他的羊群一样，他领走了他所应该得到的奖品。

第七项是射箭比赛。阿喀琉斯用十柄两面斧和十柄铁斧作为射箭比赛的奖品。

竞技的主要方法是，用一根带子绑着一只鸽子挂在船的桅杆上作为目标，谁要是射中了鸽子谁就能得到两面斧；没有射中鸽子而射中了带子的就得到铁斧。

两位竞技者通过抓阄决定了射箭的先后。当时，先射的人没有射中鸽子却射断了带子，使鸽子腾空而飞，后射的墨里俄涅斯没有辜负大家的一片殷殷厚望，开弓搭箭，射中了正在天空展翅飞翔的鸽子，从而博得人们的一片欢呼声，他荣获了两面斧。

最后一个项目是投枪比赛。奖品是一根矛和一只刻着卷须的花朵的大炊鼎。

这时候，军队中的统帅阿伽门农自愿参加，他的投技是举世无双的，所以，没有经过比赛他就获得了奖品。

当阿伽门农的随从把他应得的奖品抬走之后，隆重的殡葬赛会便由阿喀琉斯宣布全部结束了。

然而，参加本次葬礼赛会的，绝大多数都是一些出身名门望族的人，一般社会地位比较低微卑下的人，只能作为观看者，这就影响了竞赛的广泛性。

另外，当时还不可能形成一套规范化的竞赛制度，随意性

很大，并且比较注重参与性，只要是参加竞赛的，都能得到一份阿喀琉斯所赐予的丰厚的奖品。

因此，大家都十分渴望通过参加比赛来表现自己的能力，并且丝毫不反对接受与巨额奖金相等的奖品，对于他们来说，这类物品的实用价值尤重于因胜利而得到的表扬。

同时，奖品的价值只表示阿喀琉斯的慷慨与大方程度，以及对死者的尊敬与重视的程度。

但是，从体育起源的角度来看，葬礼赛会上出现的竞技项目却反映了荷马时代古希腊人开展体育活动的情况，因而，为我们认真探究人类远古时期竞技项目的起源提供了非常重要的线索。

尽管《伊里亚特》和《奥德赛》所叙述的不一定是历史上的真实事件，但是，却为后人提供了大量丰富翔实的体育信息。

我们不难看出，古希腊人远在荷马时代就已经有了在特征上属于非正式的和自发性的竞技运动。

据后世的考古材料证实，早在公元前12世纪，奥林匹克山下就有一个村庄叫做奥林匹亚，近代从这个遗址中还大量发掘出了公元前9世纪奉献给宙斯神的千万件贡品。

因为这些奉献给大神宙斯的贡品绝大多数都同节日有着密切的关系，而节日又必有竞技运动为之助兴，所以，有的体育学者就推测，早在公元前9世纪，就已有了有组织的人数较多的体育赛事。

从《伊里亚特》和《奥德赛》这两部著作中，我们也可以看出，当时各个地方所举办的祭神日也是节日，祭神成了人们节日活动中不可缺少的项目。

而希腊人每逢祭神节日，又常常借助唱歌、跳舞和体育竞