

十万个为什么

► 牛立红◎编著

TIYUYUNDONG

体育运动

百科全史的色彩斑斓，
化成数位影像，完整再现!!!



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

十万个为什么

TIYUYUNDONG

体育运动

► 牛立红◎编著

图书在版编目 (CIP) 数据

体育运动 / 牛立红编著. —北京: 企业管理出版社, 2013. 10

(十万个为什么)

ISBN 978 - 7 - 5164 - 0509 - 3

I. ①体… II. ①牛… III. ①体育运动 - 青年读物②
体育运动 - 少年读物 IV. ①G819 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 217466 号

书 名: 体育运动

作 者: 牛立红

选题策划: 申先菊

责任编辑: 申先菊

书 号: ISBN 978 - 7 - 5164 - 0509 - 3

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.com>

电 话: 总编室 (010) 68701719 发行部 (010) 68701073

编辑部 (010) 68456991

电子信箱: emph003@sina.cn

印 刷: 北京兴星伟业印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 160 毫米 × 230 毫米 16 开本 13 印张 140 千字

版 次: 2013 年 10 月第 1 版 2013 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 26.00 元

前 言

本书以简明易懂的语言介绍了人类发展历程中所产生的体育运动的知识，为广大青少年构建起人类文明进步的知识宝库，在一定程度上满足了广大青少年的求知欲和好奇心。

全书由五部分构成：球类运动篇；田径运动篇；竞技体育篇；水上与车类运动篇；极限运动篇。

在球类运动篇，介绍了关于球类运动的精彩知识，如为什么足球能成为世界第一运动？篮球运动是谁发明的？排球为什么能和足球、篮球并称“三大球”？乒乓球为什么叫“乒乓球”？羽毛球为什么被称为全身运动？为什么网球的计分方式那么奇怪？为什么说橄榄球是从足球衍生出来的？棒球运动为何被美国和日本誉为“国球”？等等。

在田径运动篇，介绍了关于田径运动的精彩知识，如为什么说“得田径者得天下”？短跑考验的是人的本能吗？中跑是如何发展到今天的？长跑不仅能健身还能自救？跨栏跑是怎样进行的？接力跑是田径运动中唯一的集体项目吗？为什么马拉松的全程为 26 英里 385 码？等等。

在竞技体育篇，介绍了关于竞技体育的精彩知识，如为什么中国的体操比较强？为什么说举重是“世界上最强壮的人”的竞技比赛？击剑是如何发展起来的？为什么说武术是中国的体育项目？射击都有

哪些分类？为什么柔道起源于中国却在日本盛行？为什么拳击被称为“勇敢者的运动”？等等。

在水上与车类运动篇，介绍了关于水上运动以及车类运动的知识，如游泳对我们有何好处呢？为什么说水球是一种新兴的体育运动？赛艇、皮艇和划艇的区别在哪里？帆船运动起源于哪里？自行车比赛用车是怎样的？等等。

在极限运动篇、介绍了滑翔、蹦极、滑板、攀岩等各种极限运动。

本书语言通俗易懂，叙述生动有趣，介绍的体育内容准确翔实，会让青少年喜欢阅读，并且对体育运动产生浓厚兴趣。相信本书能够帮助青少年增长知识，开阔视野，帮助青少年打开一扇了解体育世界的窗口，成为孩子们了解世界的最佳读物。

目 录

球类运动篇

为什么足球能成为世界第一运动?	3
篮球运动是谁发明的?	6
排球为什么能和足球、篮球并称“三大球”?	9
乒乓球为什么叫“乒乓球”?	13
羽毛球为什么被称为全身运动?	15
为什么网球的计分方式那么奇怪?	18
为什么说橄榄球是从足球衍生出来的?	21
棒球运动为何被美国和日本誉为“国球”?	24
垒球为什么会成为女子项目?	26
高尔夫的意思为何是“在绿地和新鲜氧气中的美好生活”?	30
保龄球的起源是什么?	32
台球都有哪些种类?	34
曲棍球为什么历史最为悠久?	36
手球经历了哪些技术变革?	39
板球为什么被人称颂为“绅士的游戏”?	41
壁球起源于监狱吗?	44



为什么说马球是陆地上最奢侈的运动?	46
什么是垒球?	48

田径运动篇

为什么说“得田径者得天下”?	53
短跑考验的是人的本能吗?	55
中跑是如何发展到今天的?	57
长跑不仅能健身还能自救?	59
跨栏跑是怎样进行的?	61
接力跑是田径运动中唯一的集体项目吗?	64
障碍跑是长跑与跨越障碍的结合吗?	66
为什么马拉松的全程为 26 英里 385 码?	68
竞走与普通走、跑步等有什么区别?	69
跳高经过了哪些技术变革?	72
撑竿跳高为什么要借助竿子?	73
跳远是如何演变的?	75
什么是三级跳?	77
为什么男子铅球的重量不是整数?	78
奥运铁饼比赛有哪些传奇?	81
标枪是从兵器转化而来的吗?	83
链球是如何发展起来的?	85
什么是十项全能?	88

竞技体育篇

为什么中国的体操比较强?	93
为什么说举重是“世界上最强壮的人”的竞技比赛?	95
击剑是如何发展起来的?	99
为什么说武术是中国的体育项目?	103
射击都有哪些分类?	107
为什么柔道起源于中国却在日本盛行?	111
为什么拳击被称为“勇敢者的运动”?	112
摔跤是如何进行的?	115
什么是空手道?	117
什么是自由搏击?	119
老北京的马术比赛与现代马术是如何发展起来的?	121
怎样选择跆拳道馆?	125
为什么古老的相扑在日本那么流行?	126
射箭是如何发展起来的?	128
为什么花样滑冰又叫“冰上舞蹈”?	130
滑雪是怎样分类的?	133
什么是拔河?	136

水上与车类运动篇

游泳对我们有何好处?	141
蛙泳到底起源于哪里?	145
仰泳经历了哪些技术革命?	146



什么是自由泳?	149
蝶泳是蛙泳的变形吗?	151
什么是花样游泳?	153
跳水是如何发展到今天的? 又分为几类?	155
为什么说水球是一种新兴的体育运动?	160
赛艇是怎么发展起来的?	162
赛艇、皮艇和划艇的区别在哪里?	165
什么是赛龙舟?	166
帆船运动起源于哪里?	168
自行车比赛用车是怎样的?	171
什么是公赛?	173
赛车运动都包括哪些类别?	175
什么是汽车拉力赛?	180

极限运动篇

什么是滑翔?	185
什么是蹦极?	188
什么是滑板?	193
什么是攀岩?	195

球类运动篇



为什么足球能成为世界第一运动？

伦敦皇后大街共济会酒馆，这是现代足球的诞生地，足球史上里程碑式的会议在这里召开。此前的1848年，剑桥大学分院曾尝试创立一部有关足球比赛的规则，虽未受公众认可，但统一规则已经成为共识。1863年10月26日，来自伦敦11个俱乐部和学院的代表们在共济会酒馆召开会议，制定规则并创立权威的足球组织，这一天也被公认为现代足球的生日。

男女足球分别于1900年第2届奥运会和1996年第26届奥运会被列为比赛项目。1904年5月21日，国际足联在法国巴黎成立。第一次世界大战后，职业足球开始风靡于欧洲和南美。但当时的奥运会足球比赛仍然禁止职业球员参加，1920年罗马会议上，国际足联做出了实际上承认非公开性职业足球为业余足球的瑞士提案，导致英国的四个足协集体退出国际足联以示抗议，使得奥运会足球比



赛的水平大打折扣。

1930 年首届世界杯足球赛举行，这一世界大赛的展开使奥运会足球赛更陷入困境。直至 1988 年，国际足联才正式决定，今后奥运会足球赛的球员年龄将限制在 23 岁以下，并列为国际足联系列赛四个年龄组中的一个世界大赛，从 1992 年第 25 届奥运会上开始实施。这一变革使奥运会足球赛的吸引力空前提高。

足球运动是以脚支配球为主，两个队在同一场地内进行攻守的体育运动项目。一场精彩的足球比赛，吸引着成千上万的观众，它已成为电视节目中的重要内容，有关足球消息的报道，占据着世界上各种报刊的篇幅，当今足球运动已成为人们生活中不可缺少的组成部分。据不完全统计，现在世界上经常参加比赛的球队约 80 万支，登记注册的运动员约 4000 万人，其中职业运动员约 10 万人。

足球成为世界第一运动的理由有哪些？

运动的精华

足球的本身集合了人类各运动的特点，运动员之间的突然起动，竞跑争球，就像是短跑；守门员上纵下跳，横扑侧扑，就像跳的项目；那些柔韧性好的运动员一个倒挂金钩，鱼跃冲顶，像体操；两个运动员之间的合理冲撞，又有点像橄榄球的展现力与美……

大众化

足球运动对参与者的要求不高是个重要原因。踢足球的运动员，高矮肥瘦问题都不大，不像其他运动。比如说橄榄球，块头小的肯定吃大亏；篮球运动更是“长人”们的天下。而足球则不同，

这样就给全世界的所有孩子提供了做“巨星梦”的机会。

不可预知性

足球运动比赛结果的偶然性是造成全世界球迷狂热的重要原因。因为在足球世界里，没有绝对的强队。曼联有可能被一支名不见经传的乙级队甚至是业余队“扳倒”。球星堆起来的巴西队曾经在奥运会足球比赛里就被那时还稚嫩的日本队击败。1966年，足球“第三世界”的朝鲜队曾经击败过意大利队闯进世界杯八强。所以，在足球比赛里，不到最后一刻，你永远不知道事情的结果。

争议性

“足球最大的魅力在于它具有争议性。”一位有远见的老人说了一句有远见的话。这个老人是前国际足联主席阿维兰热。没错，如果足球比赛都是判罚得很“死”，很机械的话，那足球就失去了它巨大的魅力。正因为裁判是人，可能错判，可能受贿操纵比赛等等，才有了声势浩大的争议和更多人的关注。



篮球运动是谁发明的？

篮球是一个由两队参与的球类运动，每队出场 5 名队员。目的是将球进入对方球篮得分，并阻止对方获得球或得分。可将球向任何方向传、投、拍、滚或运，但要受规则的限制。篮球比赛的形式多种多样，也有最流行的街头三人篮球赛，是三对三的比赛，更讲究个人技术。当今世界篮球水平最高的联赛是美国的国家篮球协会（NBA）。篮球在 1904 年列入奥运会的表演项目，到 1936 年柏林奥运会成为正式项目。女子篮球到 1976 年蒙特利尔奥运会才成为正式项目。

篮球，这项魅力无穷的运动起源于 1891 年，已经有 119 年的历史。它起源于美国。1891 年 12 月初，在美国马萨诸塞州的斯普林费尔（SpringField）基督教青年会国际训练学校（后改为春田学院，现在的斯普林菲而德大学篮球纪念馆所在地）的体育教师、美籍加拿大人詹姆斯·奈史密斯博士所发明的。（奈史密斯博士于 1939 年去世，终年 78 岁。）

当时，学校交给他一项任务，在 14 天内要发明一种室内运动项目：它既不损害运动员身体，也不破坏体育设备，更具有体育道德精神。

面对这项艰巨的任务，他绞尽了脑汁，开始他试图将各种不同的室外运动转变为室内运动，但是都失败了。后来他回忆起自己童年时代在加拿大玩过的一种儿童游戏，便根据这种游戏，编写了篮球最早的 13 条规则。

由于篮球是为在室内开展而设计的项目，所以最初的篮球场是设在体操馆内的。奈史密斯博士在体操馆的地板上距墙 6 英尺（1.82 米）画出界线，构成了基本的比赛场地。然后他把两只盛桃子的木框钉在体操馆两端的墙上，距地面 10 英尺（3.05 米）作为“球门”。起初人们称这种游戏为“奈史密斯球”或“筐球”，很长一段时期之后，经过他与同事们反复商量才定名为“篮球”。于是“篮球”便产生了！

最初的球场面积为：大致 200 英尺 $\times$ 150 英尺。这时的面积较大，为的是使更多的人能够参加这项运动。到 1897 年限定篮球场的面积为 3500 平方英尺。这期间，大学规则限定比赛场地的尺寸为 90 英尺 $\times$ 55 英尺，大体上接近现代的场地大小。现代篮球运动已经发展成为一项具有灵活巧妙的技术和多元化的战术相结合的竞赛活动。从事篮球运动能促使人体的力量、速度、耐久力、灵活性等素质全面发展，并能提高内脏器官、感觉器官和神经中枢的功能；它对培养勇敢、机智、集体主义和组织纪律性等品质都有很大益处。

最初的篮球比赛，对上场人数、场地大小，比赛时间均无严格限制。只需双方参加比赛的人数必须相等。比赛开始，双方队员分别站在两端线外，裁判员鸣哨并将球掷向球场中间，双方跑向场内



抢球，比赛开始。持球者可以抱着球跑向篮下投篮，首先达到预定分数者为胜。1892年，奈史密斯制定了13条比赛规则，主要规定是不准持球跑，不准有粗野动作，不准用拳击球，否则即判犯规，连续3次犯规判负1分；比赛时间规定为上、下半时，各15分钟；对场地大小也作了规定。上场比赛人数逐步缩减为每队10人、9人、7人，1893年定为每队上场5人。1904年在第3届奥林匹克运动会第1次进行了篮球表演赛。1908年美国制定了全国统一的篮球规则，并有多种文字出版，发行于全世界。这样，篮球运动逐渐传遍美洲、欧洲和亚洲，成为世界性运动项目。

1936年第11届奥运会将男子篮球列为正式比赛项目，并统一