

夏季奧運會



奧運比賽項目



目錄

游泳

擊劍

射箭

網球

足球

舉重

田徑



奧林匹克
運動會介
紹

奧運
五環

籃球

羽球

射擊

自由車

桌球

輕艇

跆拳道

奧林匹克運動會

奧林匹克運動會，簡稱奧運會或僅稱奧運，後因有別冬季奧林匹克運動會，又稱之「夏季奧林匹克運動會」，是國際奧林匹克委員會主辦的國際性綜合運動會，每四年舉行一次。奧林匹克運動會最早起源於兩三千年前的古希臘，因為舉辦地在奧林匹亞而得名。後來古希臘沒落，奧運從此停辦了近1,500年，直到近代，19世紀末由法國的顧拜旦男爵創立了有真正奧運精神的現代奧林匹克運動會。從此，自1896年開始奧林匹克運動會每4年就舉辦一次，只有兩次世界大戰中中斷過3次。奧林匹克運動會現在已經成為了和平與友誼的象徵。

奧運比賽項目中有五個不可或缺的項目，分別是

- 擊劍
- 田徑
- 游泳
- 自由車
- 體操

奧運五環

奧林匹克五環，是五個互扣的環圈，五環的顏色自左至右為藍、黃、黑、綠、紅，而底色為白色。奧林匹克五環由前國際奧林匹克委員會主席、現代奧林匹克運動會的創始人皮埃爾·德·顧拜旦於**1913**年設計，因以五色能概括各會員國國旗的顏色而選定，但之後對五環賦予更多內涵。五環象徵五大洲的團結，全世界的運動員以公正、坦率的比賽和友好的精神，在奧運會上相見。

奧林匹克正式會旗每屆均有細微的不同，例如色彩的差異、五環是否有白色鑲邊等。旗幟中互相鏈結的五色環僅代表世界五大洲之團結，但就個別而言，各大洲並非由特定色環所代表。

1951年之前，官方手冊曾指奧運五環分別象徵著五個大洲，即：藍色代表歐洲，黑色代表非洲，紅色代表美洲，黃色代表亞洲，綠色代表大洋洲。但之後這句話從官方手冊上移除，因為沒有證據顯示皮埃爾創作五環有過這樣的意思。



游泳

奧運會游泳比賽共設32個項目，是僅次於田徑運動的金牌大戶

女子游泳比賽1912年開始設立，現在男女各有16個項目。

比賽項目分為：

自由泳、仰泳、蛙泳、蝶泳、混合泳、自由泳接力、混合泳接力、跳水、水球

但比賽項目也多次更疊，首屆奧運會有100米比賽，1900年增加了「潛泳」和「障礙游泳」比賽，1908年還增加了「比試下潛深度」的項目



亞歷山大·波波夫
(Aleksandr Popov)

足球

足球被稱為「世界第一運動」。

由於國際奧會規定只允許「業餘足球員」參加奧運會足球比賽，因而奧運會足球賽並不是世界最高水準的比賽。

國際足聯擔心奧運會足球比賽會成為另一個世界盃，從而動搖世界盃作為唯一最高水平的足球比賽的地位。因為這個原因，奧運足球賽參賽球員全部都是23歲以下（另加3位超齡球員），因此關注程度不及其他奧運項目和世界盃，但同時也是參賽球員於國際大賽的鍛煉從而升上國家隊的平台之一。



克里斯蒂亞諾·羅納度
(Cristiano
Ronaldo)

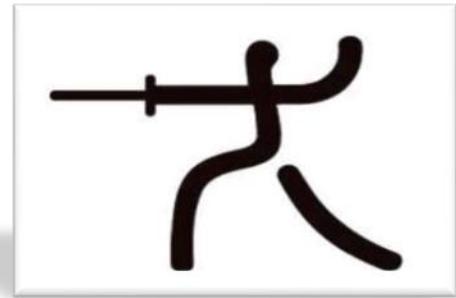
目錄

擊劍

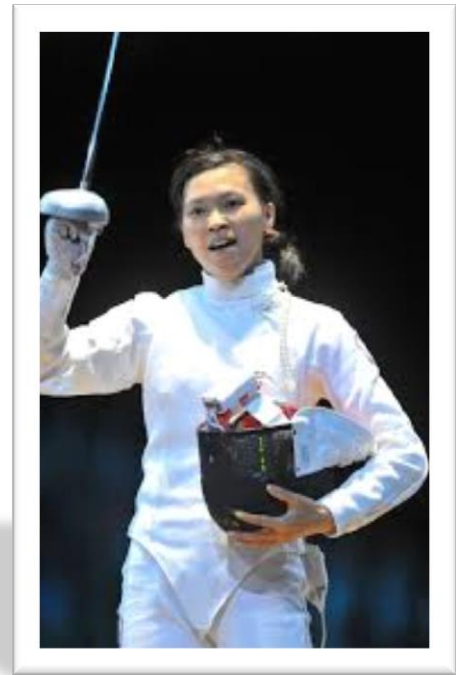
擊劍這項運動是由古代決鬥而發展的，在巴比倫、波斯、羅馬及希臘，擊劍不但是一種消遣，更是格鬥技巧和作戰技能。

擊劍共分三種類別：

- 鈍劍 (Foil)，又稱「鈍劍」、「輕劍」。運動員在比賽中只能刺，不能劈打。
- 軍刀 (Sabre)。與鈍劍、銳劍的不同之處在於可以用刀刃部分劈打來得分，因此選手的動作與攻擊是非常迅速的。
- 銳劍 (Épée)。銳劍的劍身較硬而不易彎曲。



徐若庭
項目：銳劍



目錄

舉重

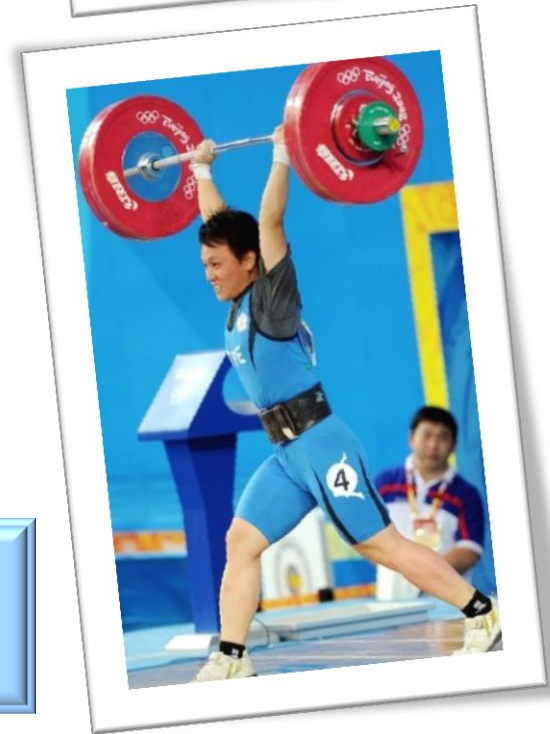
舉重是一項歷史悠久的運動，將槓鈴以雙手舉過頭，舉起的槓鈴重量為勝負依據。男子舉重在第一屆奧林匹克運動會時便被列入正式項目。直到2000年的雪梨奧運時，女子舉重才被列入正式項目。

在舉重比賽上，有兩種姿勢，分別是「挺舉」以及「抓舉」。成績是以兩者的總和計算，但如其中一種沒有成績，便是失格。

挺舉以及抓舉各有三次的機會，由選手自己填上自己的重量。

試舉成功後，每次可以以1公斤為單位增加試舉重量，總成績的名次以抓舉和挺舉總合最高成績判定。如成績一旦相同，則以體重比較輕的勝出，如體重都一樣，便以先試舉成功者勝出。

𠵼



盧映綺

射箭



射箭或箭術、弓術，最初是用作狩獵之用，後來應用到軍事上。世界各地均有不同的傳統射箭方式，例如儒家文化圈六藝中的「射」，在各地又分別發展為射藝、日本弓道、朝鮮弓道等。現代國際射箭比賽有「射准射箭比賽」、「射遠射箭比賽」、「室內射箭比賽」、「野外射箭比賽」、「環靶射箭比賽」等多種。

弓具：

➤ 反曲弓 (Recurve Bow)

相比同等擁有直臂的弓，反曲弓可儲存更多能量，使得射出的箭有更高的動能。因此，反曲弓可以比普通的弓造得更短，卻可保持其威力。

➤ 複合弓 (Compound Bow)

在弓的設計中加入滑輪來彎曲弓臂。複合弓的弓臂比傳統弓的弓臂硬實，讓弓的本身達到較好的能源效益。



反曲弓



複合弓

田徑

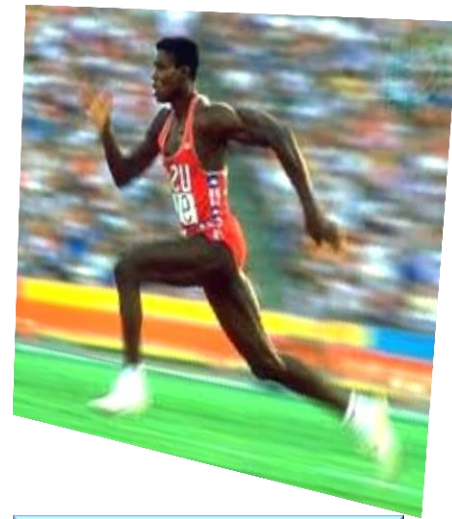
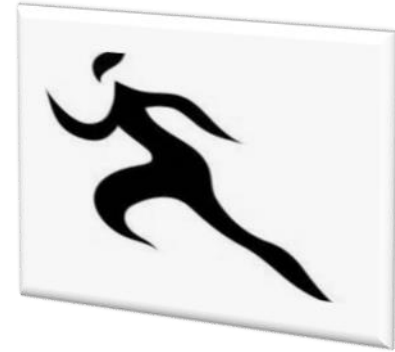
田徑是徑賽、田賽和全能比賽的全稱。

以高度和距離長度計算成績的跳躍、投擲項目叫「田賽」。

以時間計算成績的競走和跑的項目叫「徑賽」。
田徑比賽由田賽、徑賽、公路路跑、競走和越野賽跑組成，此外還包括部分田賽和徑賽項目組成的「十項全能」。

田徑項目：

- ▶ 田賽：跳高、撐竿跳高、跳遠、三級跳、鉛球、擲鐵餅、擲壘球、擲標槍、擲鍊球。
- ▶ 徑賽：短跑、中跑、長跑、接力跑、跨欄跑、障礙跑
- ▶ 公路跑：必須在公路上進行，有各種距離的公路跑和公路接力跑，包括半程馬拉松、馬拉松等。
- ▶ 競走：均可在體育場內或場外進行。
- ▶ 越野路跑：必須在原野、草地等自然環境中進行。



卡爾·路易士
(Carl Lewis)

網球

網球的前身是14世紀流行於法國宮廷的一種叫「掌球戲」(handball)的遊戲。經過發展和改良，將以手擊球改為用木製球拍。

大滿貫系列賽：

- ◆澳洲澳洲網球公開賽 (Australian Open)：硬地賽事 (慢速硬地)，是網球硬地賽事中聲望最高的兩大賽事之一。
- ◆法國法國網球公開賽 (French Open)：紅土賽事，是網球紅土賽事里的最高榮譽。
- ◆英國溫布頓網球錦標賽 (Wimbledon Championship)：草地賽事，是網球草地賽事里的最高榮譽；也是全世界聲望最高、歷史最久的網球賽事。
- ◆美國美國網球公開賽 (US Open)：硬地賽事 (快速硬地)，是硬地賽事中聲望最高的兩大賽事之一。



羅傑·費德勒
(Roger Federer)

籃球

籃球運動起於**1891**年，加拿大體育老師詹姆斯奈史密斯博士發明了籃球。主要想為學生創造一項冬季室內可進行的遊戲。最初籃球比賽上場人數、場地大小、比賽時間均無嚴格限制，只要人數相等就可比賽。

美國國家籃球協會（**National Basketball Association**），簡稱**NBA**，為北美的男子職業籃球組織，也是世界最頂尖的職業籃球組織，擁有**30**支球隊，當中有**29**支位於美國，另外一支來自加拿大的多倫多。其賽事一般直接稱作**NBA**或美國職籃。



柯比·布萊恩
(Kobe Bryant)

桌球

桌球由網球（**tennis**）發展而來。它起源於19世紀末的英國。歐洲人熱愛網球運動，但因為受到場地和天氣的限制，他們將網球運動搬到室內，以餐桌作為賽場，慢慢發展出桌球運動。

也有的說是1890年幾名在印度的海軍軍官發覺在一張不大的檯子上玩網球頗為刺激。後來改用空心的小皮球代替彈性不大的實心球，並用木板代替了網拍。最初稱為「桌面網球」（**table tennis**），或叫「室內網球」。

並於1988年夏季奧運會被首次列為奧運會正式比賽項目。



莊智淵

羽球

自**1992**年起，羽毛球成為奧運會的正式比賽項目。羽毛球的前身是「板羽球」（但現在羽毛球和板羽球已發展成不同的兩種球類運動），也就是使用木板拍打繫有羽毛的球體（類似毬子），並讓它避免落地的遊戲。

羽毛球是對身體素質高要求的球類運動之一。

馬丁·柯那普在**1986**年尤尼克斯羽毛球年鑒里所描述：

「一個優秀的羽毛球運動員需要具備的是馬拉松選手的耐力、短跑運動員的速度、跳高運動員的彈跳能力、標槍擲手的臂力、鐵匠的腕力、畫家的機敏，劍士的反應、象棋手的注意力、極地研究員的堅強、將軍的深思熟慮、登山運動員的執著，還有藝術家的直覺與幻想。也正由於對一個人有這麼多要求，優秀的羽毛球運動員總是鳳毛麟角。」



彼得·蓋德
(Peter Høeg Gade)

輕艇

輕艇的前身是早期人類的生存和交通工具，即獨木舟，它的起源是愛斯基摩人的獸皮船。

輕艇比賽中共分為兩類，一類是愛斯基摩艇（**Kayak**），另一類是加拿大式艇（**Canoe**）。男子的愛斯基摩艇和加拿大式艇於**1936年**奧運中被列入正式項目之一，而女子愛斯基摩艇則在**1948年**才正式被加入比賽項目之一。

亞奧運項目：輕艇靜水競速、輕艇激流標竿。

非亞奧運項目：龍舟、輕艇水球、激流越野、輕艇馬拉松、輕艇風帆、輕艇激流花式、輕艇海洋競速、泛舟、輕艇衝浪。



中華輕艇代表隊

射擊

射擊在1896年的第一屆奧運就被列入比賽項目之一。有趣的是，雖該屆奧運只限男性參與，但卻開放給女性共同競爭。在1972年，男女子是可混合作賽。直到1984年奧運，女子射擊才有正式的女子射擊賽事。

射擊運動可分為步槍射擊、手槍射擊、移動靶射擊以及活動靶射擊。各種類型又可按槍皮的規格、射擊姿態、方法和目標都有不同。

步槍:氣步槍、步槍臥射、步槍三姿

手槍:氣手槍、手槍速射、手槍慢射

飛靶:多向飛靶、雙向飛靶、雙多向飛靶

移動靶:50米小口徑跑豬靶、10米氣槍移動靶、快速、慢速、混合速



跆拳道

跆拳道是一種主要使用手及腳以進行格鬥或對抗的運動。跆拳道於1988年奧運會時為示範項目，於1992年的巴塞隆納奧運會開始為試驗比賽項目，到2000年的雪梨奧運會成為正式比賽項目。

現時跆拳道在全世界的組織主要分為兩個體系，分別為「國際跆拳道聯盟體系」(ITF)及「世界跆拳道聯盟體系」(WTF)。ITF體系成立的時間比較早，而WTF體系成立時間則比較晚。而現時奧運會採用的是WTF體系。

跆拳道是朝鮮族的國技，跆拳道為運用腳來進行攻擊、防守及馬步等技術，拳為運用手來進行的攻擊及防守等技術，道為練武者對武術的心靈修養及修正。跆拳道既是一項能夠強身健體，又能夠於防身自衛的傳統搏擊武術，且能夠磨練人的意志、振奮人的內在精神氣質、培訓練習者良好的禮儀及道德。



宋玉麒

自由車

在1896年第1屆奧運會上，自行車項目就被列入正式比賽項目。

早期的自行車運動主要在歐洲、美洲一些發達國家開展。在運動成績方面，歐洲選手佔有絕對優勢，特別是法國、英國、意大利、比利時、德國選手曾一度壟斷了世界紀錄和世界最好成績。直到2004年雅典奧運會，澳大利亞以6枚金牌的絕對優勢改寫了歐洲在奧運史上自行車運動的壟斷地位。

自由車比賽分為：

小輪車、山地自行車、公路自行車及場地自行車

其中又分為五種競賽：

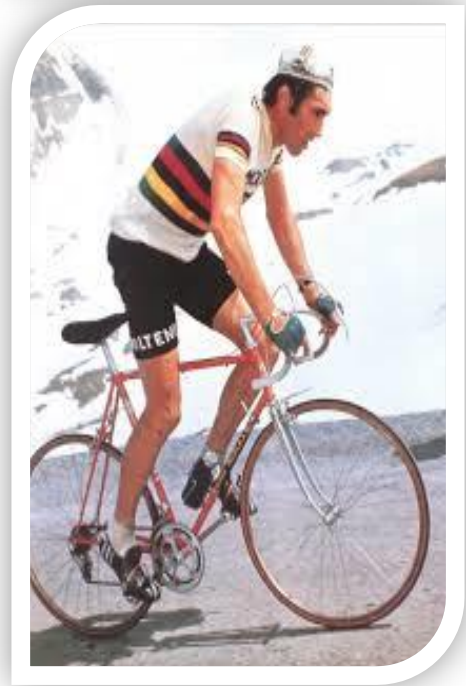
競輪

全能賽

團體追逐賽

個人爭先賽

團體爭先賽



艾迪·莫克斯
(Eddy Merckx)