



## 中国传统球类运动史话

发布时间：2021-05-20 来源：中国体育报 作者：覃琛 字体：大 中 小

我国古代体育运动项目种类繁多，其中球类运动占有很大比重。早在旧石器时代，人类就开始用石球做投、扔、掷、抛等基本活动。在距今十万年前的山西阳高县许家窑旧石器文化遗址中，考古学家发掘出土了1000多个大小不一的石球。石球的使用，在旧石器时代具有重大意义。据推测，这种石球既有敲击（如敲骨吸髓）的功能，又是狩猎的武器，而主要是以后者的应用较为广泛。

新石器时代盛行磨制石器，磨制的石球不仅用作狩猎工具，而且还是古人进行投掷、踢弄等游戏的球具。在西安半坡遗址中，除发现大量石球外，还意外发现在一个三四岁女孩腿骨左侧，陪葬了3个磨制得非常精致的石球。据分析，随葬石球应是象征着其家人希望女孩死后也可以像生前一样玩石球游戏。在我国云南省发现的距今3000多年前的沧源岩画中，出现了一幅“球戏图”，佤族先民们用简洁的线条和鲜艳的颜色描绘了原始球类活动的画面。因此，到了新石器时代后期，当石球被人们被作为游戏工具时，人类体育运动中球类项目的原始形式已经独立于狩猎等生产实践活动之外了。

春秋战国时期，由于通都大邑的不断扩大和发展，许多适应人们生活的文化娱乐以及有益身心的游艺活动逐渐产生，特别是以蹴鞠为代表的游戏娱乐活动的出现与发展，为传统体育的进一步丰富打下了基础。此时，蹴鞠活动尤其在经济、政治、文化发达的齐国都城临淄一带广为流传。在秦统一六国后，蹴鞠运动曾一度低落，进入汉代又开始兴盛起来，并发展成为一项非常专业化的运动。此时蹴鞠活动一方面被汉代军事家当作训练手段，另一方面在民间也广为流传。与此同时，受蹴鞠运动的影响以及骑术在中原地区的推广，骑马以杖击球的击鞠也成为这一时期的球类项目之一。击鞠，即是后来的打马球，是骑在马上以杖击球入门的运动项目。马球是马术与球类运动相结合的产物，它的兴起与汉代马术和球类运动发展有着密切的关系。

隋唐五代时期，球类活动不仅形式多样，而且具备了完善的运动规则。此时，除了蹴鞠、马球外，抛球、十五柱球、踏球和步打球也是常见的运动内容。随着社会的发展，科学技术水平的提高，球的制作方法也更先进，从简单的石球、木球、具有弹性的实心球到充气球，历经了巨大的变革，以更加精细化的存在方式不断适应人类的运动要求。自魏晋开始，蹴鞠所用的鞠就已经有了改进，其突出特点就是出现了充气鞠。唐代的充气鞠是用8块皮革手工缝合制成。传统马球运动在这一时期达到了历史上发展的第一高峰，出现了单球门和双球门两种比赛方法，同时出现了大规模的马球比赛场地。

两宋时期，随着商品经济的不断发展与都市生活的日益丰富，体育文化更为多样化。蹴鞠、击球、捶丸、角球、抛球、水球为代表的球类活动成为此时人们乐此不疲的活动形式。由于蹴鞠的盛行和广泛开展，社会上出现了专业蹴鞠组织。这些组织把热爱蹴鞠的人员组织起来，品球练艺，为蹴鞠的普及和球技的提高创造了条件。马球在宋代是盛行程度仅次于蹴鞠的一项球类运动。唐末五代时期，在“步打球”基础上又出现了一种击球入“窝”的运动，这种运动称之为“捶丸”，类似于今天的高尔夫球。

辽、金时期，由于辽和金地处北方草原，因此骑马以杖击球的马球成为他们球类活动中的主要形式。元朝时，蒙古族入主中原，球类活动更为普及，形式也更为多样化，蹴鞠、马球和捶丸最具代表性。

球类运动发展到明清时期，竞赛对抗性开始衰落，而作为宫廷、民间妇女和儿童娱乐活动的休闲娱乐性进一步增强。以蹴鞠为代表的球类活动，伴随着数千年中国封建制度的衰亡和清末传入的西方现代球类运动，逐渐由盛转衰，走向沉寂。相对而言，许多区域性的具有民族特色的其他球类形式，则在一定程度得到了开展。（转自5月20日《中国体育报》07版）

[网站地图](#) [联系我们](#)



国家体育总局版权所有 国家体育总局体育信息中心承办

国家体育总局通讯地址：北京市东城区体育馆路2号 邮政编码：100763 联系电话：010-87182008 政务咨询信箱

信访电话：010-87182116 / 87182045 网站联系电话：010-87182998 / 87182280

网站标识码：bm33000001 京ICP备05070991号 京公网安备 11010102004525号