

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 **奧運**

來源 **麗台運動報** 日期 **93. 6. 21** 版面 **十六版**

《奧運項目介紹》田徑—田賽

投擲項目



源自人類自發性的較量，例如工匠擲鐵錘、士兵擲砲彈... 比的都是誰力量大、技巧好，久而久之，就演變成今日的投擲運動項目了。

記者 莊順發/綜合報導

田徑運動自古出現以來，隨著社會的進步，娛樂性體育活動廣泛開展後，有時候比賽都是一些自發性的較量，其中如工匠擲鐵錘、士兵推擲砲彈，都是在比誰的力量大、技巧佳。而這些項目演變至今，就成了田賽中的投擲項目，其包括了鉛球、鐵餅、標槍、鏈球。

鉛球 起源於古代人類用石塊擲取禽獸或防禦攻擊的活動，現代鉛球則在14世紀40年代開始於歐洲砲兵，他們在閒暇時間進行推擲砲彈的遊戲和比賽，之後逐漸形成比賽項目。鉛球製作經歷了用鐵、鉛以及外鐵內鉛的過程，正式比賽男子鉛球重量為7.26公斤，直徑11-13公分；女子鉛

球重量4公斤，直徑在9.5-11公分間。早期鉛球沒有固定的方式，可以原地推，也可以助跑推；可以單手推，也可以雙手推；之後逐漸發展到側向推、上步側向推，70年代，蘇聯選手巴雷什尼科夫發明旋轉推擲技術。比賽時，選手必須在直徑2.135公尺的圓內，用單手將球從肩上推出，鉛球必須落在角度線以內才算有效。男、女鉛球分別於1896年和1948年列為奧運項目。

鐵餅 起源於西元前12世紀希臘人投擲石片的活動，西元前708年18屆古代奧運，會將鐵餅列為五項全能項目之一；鐵餅最初為盤形石塊，後逐漸採用銅、鐵等金屬製作。現代奧運會上，曾有過雙手擲鐵餅的

比賽項目（左手+右手）；投擲技術也經歷過原地投、側向原地投、側向旋轉投、背向旋轉投等幾個過程。鐵餅可用木料或其他適宜材料製作，男子鐵餅重2公斤，直徑22公分，比賽時，選手必須在直徑2.50公尺的圓內將餅擲出，鐵餅必須落在40度的角度線內才算有效。男、女鐵餅分別在1896年、1928年被列為奧運競賽項目。

鏈球 起源於中世紀蘇格蘭，當時的礦工在勞動之餘，用帶木柄的生產工具鐵鏈進行擲遠比賽，之後逐漸在英國流行。19世紀後期，鏈球成為英國牛津大學和康橋大學運動會的比賽項目；當時使用的器械是木柄

連接的鐵球，後為方便競賽，將木柄改為鋼鏈。

鏈球最初採用原地投，之後逐漸改進為側向投，旋轉一圈投、兩圈投、三圈投，現運動員多採用四圈投。男子鏈球重7.26公斤，總長117.5-121.5公分，女子鏈球重4公斤，總長116.0-119.5公分。比賽時，選手必須在直徑2.135公尺的圓內用雙手將球擲出，鏈球落點必須在40度的角度線內，圓外有U形護籠，確保投擲安全。男子鏈球在1900年列為奧運項目，女子組則在2000年雪梨奧運加入。

標槍 起源於古代人類用長矛獵取野獸的活動，之後長矛又發展成為作戰的兵器，它是西元前708年18屆古代奧運會五項全能項目之一；現代標槍運動始於19世紀的瑞典、希臘、匈牙利和芬蘭等歐洲國家。1792年瑞典的薩隆開始舉行標槍比賽，20世紀50年代初，美國標槍運動員赫爾德特研發出兩端細、中間粗的木製標槍，延長了槍在空中飛行的時間，因而被稱為「滑翔標槍」。60年代瑞典製造出金屬標槍，使標槍的滑翔性能更強。

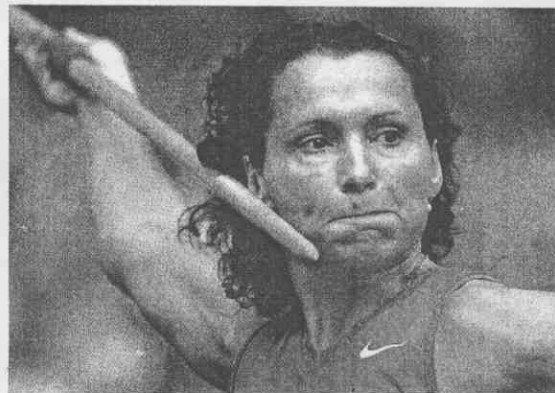
國際田徑總會為保護觀眾的安全，在1986年將男子標槍重心向槍尖方向前移4公分，以降低飛行性能，1999年又將女子標槍重心向槍尖方向前移3公分；一般男子標槍重800克，長260-270公分，女子標槍重600克，長220-230公分。比賽時，選手必須單手將標槍從肩上方擲出，槍尖必須落在投擲區角度線內才算有效。男、女標槍分別於1908年和1932年列為奧運項目。

而這4項投擲競賽在比賽時，都會以前3擲成績排出前8名的選手，8人進入最後3擲決賽，成績最遠者排名在前。今年雅典奧運投擲項目同樣在Athens Olympic Stadium進行。

男子組鉛球在8月18日進行資格賽及決賽；鏈球20日資格賽，22日決賽；鐵餅21日資格賽，23日決賽；標槍26日資格賽，28日決賽。女子組鉛球同樣在18日全部進行完畢；鐵餅20日資格賽，決賽在21日；鏈球資格賽在23日，決賽25日；標槍資格賽26日，28日決賽。



↑鐵餅原為希臘人丟擲石片的活動，演變至今成為田徑運動中的一個項目。
→標槍的紮銜經過一段相當冗長的時間才臻成熟，不論是槍頭的重心與槍桿的材質，都是一門學問。



↑早期鉛球的丟法並沒統一，可以單手也可雙手，不過成績都無明顯提升，直到旋轉推擲技術的出現才讓這項運動產生一些改變。



↑鏈球技巧性相當重要，與撐竿跳並稱田徑中難度最高的項目。

明日預告 田徑：徑賽

