13-66
267
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. 5. 18 版面 十六版

奧運項目介紹

柔道 徒手競技 以柔克剛

記者 莊順發／綜合報導

柔道顧名思義就是一種以柔克剛的技巧，它源自日本早期忍者的搏擊武術，在奧運場上，這是唯一允許選手掐住對手或是拆解關節的項目。1964年第十八屆東京奧運，日本藉東道主之便，首次將柔道列入奧運正式項目。

現代柔道 起源於日本

柔道屬於摔角類型的一種徒手競技運動。現代柔道起源於日本，1880年代日本柔術高手嘉納治五郎綜合了當時流行的各派柔術精華，提出「經歷善用、自他共榮」等口號，確定以立技、寢技、攜身技3個部分爲基礎的技術體系，並制定了一套訓練方式，進而創立了柔道。

國際柔道協會在1951年正式成立，1956年第一屆世界柔道錦標賽在東京舉行。1964年東京取得奧運主辦權，由於主辦國可以增加一項競賽項目，日本理所當然的將柔道納爲奧運項目之一；當時設男子4個量級，日本拿下前3面金牌，最後一金則是由荷蘭名將格辛克擊退3屆全日本冠軍神永昭夫，打破日本包辦4金的野心。

墨西哥奧運 曾取消柔道

1968年墨西哥奧運取消柔道項目，4年後慕尼黑奧運再次舉辦；女子柔道在1988年首次列爲示範項目，1992年巴塞隆納奧運起，列爲正式項目。

柔道比賽場地爲長、寬各8公尺的區域，外圍有1公尺寬的危險區域場地，男子組5分鐘、女子組4分鐘；競賽得分基礎建立於正分與負分的總和。選手以一勝、半勝、有效、效果來獲得正分，負分則是犯規的總和；其中選手不服從裁判判決時，也將會被處以扣分。

有效壓制 得分技巧高

柔道比賽勝負最快分出的方法就是「一勝」，選手利用強而有力的速度摔倒對手，並使其背部著地；以有效的壓制迫使對手投降；壓制對手於地超過30秒，都是取得一勝的方式。另外經由各種技巧取得半勝、有效、效果等，也都是選手獲勝的方式；但如果裁判與主審認爲雙方勝負難分，可要求加賽3分鐘。

腰帶顏色 代表選手段數

每場柔道比賽有一個主審及兩名計分裁判，選手均著寬鬆的白色柔道衣褲，腰帶顏色代表選手段數，其中黑色段數最高。比賽技巧主要分爲投技、寢技兩種，投技包括手技、腰技、足技、全身技；寢技則有抱壓技、反關節技。柔道不許用頭、肘、膝頂撞對手，更不容許抓頭髮與下部。

今年雅典奧運柔道仍設男、女各7個量級，比賽從8月14日起，一天一個量級，到20日結束，共頒出14面金牌。我國在16日亞洲賽結束後，有女子第五量級劉書韻、第七量級蔡秀雅以遞補方式搭上奧運列車；2000年雪梨奧運我國共有3男3女參賽，但都未能闖過第二場比賽，今年能否更上層樓，是國人值得觀察的重點。

↑柔道是奧運唯一允許選手掐住對手或是拆解關節的項目。（路透）

↓選手利用強而有力的速度摔倒對手，並使其背部著地，是取得一勝最快的方式。（路透）

←柔道顧名思義就是一種以柔克剛的技巧，勝負往往就在一瞬間。（路透）

好麻走相報

麗台運動報[illegible]的資訊服務[illegible]

●手機連線[illegible]style→進傳體育[illegible]

●手機連線[illegible]style→進傳體育[illegible]

●手機連線[illegible]進傳體育[illegible]運動

就可以即時掌握[illegible]籃球、棒球賽況[illegible]場外運動新聞[illegible]你知道〈雅典奧運[illegible]〉[illegible]即將登場〉全民[illegible]奧運動、ABC[illegible]最快的運動[illegible]的朋友。

奧運Q&A

倒數 87 天

奧運哪一屆由兩大洲合辦？

Q：2002年世界杯足球賽創紀錄由日本、南韓兩國共同舉辦。其實，在奧運史上，也曾出現過由兩大洲共同舉辦的奧運，您知道是哪一屆嗎？

A：1956年第十六屆奧運會。

1949年國際奧會針對16屆奧運主辦城市的會議中，經投票方式由澳洲墨爾本以1票之差，順利取得1956年奧運主辦權；這也是現代奧運第一次在歐洲、北美洲以外的地區舉辦。

1951年國際奧會維也納會議中，墨爾本提出，以澳洲法律規定，牲口入境，必須經過6個月隔離檢疫的規定，因此馬術項目將不能列入比賽項目。國際奧會在多次與澳洲政府協調談判無效後，基於不影響奧林匹克發展的前提下，決定將馬術改在15屆奧運主辦城市瑞典斯德哥爾摩舉行，這也是奧運史上，唯一跨兩大洲舉行一項比賽。

臺灣體育學院圖書館藏