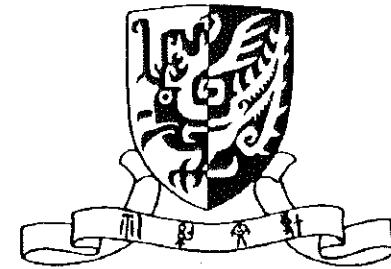


中大體訊

第二十二期 一九九六年一月三十一日



今期目錄

- * **特稿**：對九五年廣州－亞洲大學生田徑邀請賽的感想(一)、(二)
- * **報告**：中大、北大、台大運動友誼賽成績
中大陸運會成績
兩大體育節成績
- * **預告**：下學期四院比賽賽程表(95-96)
- * **運動趣味小知識**：足球及手球簡史
- * **自由講**：我在體育運動科學系的日子

特稿

對九五年廣州—亞洲大學生田徑邀請賽的感想（一）

中大田徑隊 梁國禮同學

每位大學生都希望能夠代表自己就讀的大學出外與其他大學、甚至其他地方的大學參予各類型的活動或比賽，作為中大三年級生的我亦不例外。而這個希望終於在一九九五年十一月廿二日能夠達成了。

我明白到這次有機會出外比賽，實在是一件千載難逢的事。能夠與其他國家的運動健兒一較高下，的確令我的心情既緊張又興奮。

當日大清早便在九龍火車站集隊，我們一行十六人正期待著能夠盡早上車，到達我們的目的地，參觀一下特別為今次比賽而建造的運動場。

終於到達了比賽的地點—華南理工。住宿方面，雖然未至四五星級酒店所提供的服務及設施，但這所交流中心的設施實在足夠使我們享用，令我們一班的健兒有個適應的居住環境，以最佳的狀態迎戰往後的比賽。膳食方面，老實說，是最差的一環，連公仔麵也能放出來作為自助餐的其中一味，也可算是極之有趣。故此，這幾天發覺自己忽然吃多了很多的蔬菜生果，以「補足」平時在港所缺乏的……。

由於一百米短跑的賽事在開幕那天便進行，因此在前一天，我很快便趕上床，希望有個充足的睡眠，迎接明天的比賽。

從未試過在運動場上受到如此熱烈的歡迎及鼓掌，這是在開幕那天最令我印象深刻的一幕，以往只是從電視上看到那些運動健兒在場上繞圈，以迎接週遭觀眾對自己的歡迎。如今這情況竟然發生在自己的身上，可謂是受寵若驚了。這種的經驗實在未必每個人都能夠有機會體會的。

終於到了一百米初賽的來臨，各個健兒都做足熱身運動，而我也不例外，希望做足充份的準備，去完成這個為時只有十多秒的賽事。

比賽的結果的確令我有點挫敗感，雖然是屬於意料中事，但老實說，實在有點不好受。平時在港參加的書院陸運、中大陸運、甚至大專的陸運會也從未嘗試過最後一個跑畢全程，的確有點不舒服的感覺。但想起韓主任與及領隊的一番話，又覺得很有道

理。要明白到這次比賽的真正意義並非建築在贏或輸兩字之上，最重要的是從中汲取經驗，了解別人比你好的原因，及嘗試與其他國家的健兒一較高低，也是一個難得的體驗。

在比賽過後，自己開始慢慢由一個運動員的身份轉變為一個參觀者的身份，欣賞餘下來的比賽，心情當然比較輕鬆得多了。最令我印象深刻的，是能夠有機會現場欣賞我國的健兒孫彩雲小姐準備打破自己所創的四米二三的撐杆跳世界紀錄。由於從未試過欣賞這類重要的賽事，我實在感到非常興奮。可惜這次她未能再次刷新世界紀錄，讓我目睹這歷史性的時刻。最近，在電視新聞報導中得悉有另一位澳洲的選手經已打破了舊有的紀錄，創出四米二五的成績，實在有點失望。但無論如何，這都是一次寶貴的經驗呢！

四天的旅程很快便過去了，將要面對的，就是那些堆積如山的功課和快將來臨的考試，繼續過著沉重的日子。但，這次的經驗的確並非是我在這三年從書本上所得到的。

再見了，亞洲大學生田徑邀請賽。

對九五年廣州—亞洲大學生田徑邀請賽的感想（二）

中大田徑隊 王偉江同學

在十一月廿三日至廿六日期間，我們部份中大田徑隊的隊員跟隨領隊張老師和兩位教練沈老師及邱老師到廣州，參加亞洲大學生田徑邀請賽，而我參加的是五千米和一千五百米的比賽。今次有機會參加是項比賽，對我來說實在是難得。這個比賽跟我以往的完全不同：開幕表演有醒獅和小孩子功夫表演，而比賽的程序都比較嚴謹、完善（例如賽前三十分鐘要報到，比賽前有衣物籃分配），而最特別的還是有三個常伴左右的翻譯員，他們都給我非常友善和親切的感覺。

在廿五日下午，我參加了五千米的比賽。這是我一生中感受最深刻的比賽。因為其他對手的實力很強，心知無奪標的機會，只希望不會給人拋離太遠已心滿意足，結果和我想像的一樣，給人遠遠的拋離。其實在剩餘一千米賽程的時候，我已經筋疲力竭，並渴望停下來，但本著體育精神，再加上田徑隊的領隊、教練

和各隊友的支持，我終於都能跑畢全程。但是，有一些事情是出乎我意料之外的，那就是當我跑畢全程之後，教練陪我到一角休息向我慰問時，我實在說不出話來，像個啞吧一樣，更不其然地落淚，想控制也控制不了。這真是一種說不出來的感覺。

在廿六日下午，我們便返回香港。回顧今次的旅程，我們都獲益良多，對內方面，眼光再不像以往那麼淺窄，也許是能夠親身體驗與高手同場比賽，更發覺自己的渺小，希望日後能盡量把自己的技術提昇。另外我和田徑隊領隊、教練和隊友的感情也大大提高。在對外方面，我們和浸大一同參與這次比賽的同時，兩校的領隊、隊員亦互相認識，還做了朋友。除此之外，我們和翻譯員也交換了紀念品和通訊電話、地址，以便日後聯絡。今次的行程，未能突破自己的成績，實在是一大遺憾，但總算能達到今次出征的兩大要旨—友誼、交流。

最後，我實在感激大學對田徑隊的支持，並希望中文大學田徑隊在日後能夠有更多的機會到香港以外的地方參與比賽。

報告

中大、北大、台大運動友誼賽成績

女子排球

	北大	中大	台大	勝	負	得局	失局	總分	名次
北大		3 : 2	3 : 0	2	0	6	2	4	1
中大	2 : 3		3 : 1	1	1	5	4	3	2
台大	0 : 3	1 : 3		0	2	1	6	2	3

男子足球

	北大	中大	台大	勝	負	總分	名次
北大		1 : 1 (12碼5:4)	3 : 0	2	0	4	1
中大	1 : 3 (12碼4:5)		4 : 0	1	1	3	2
台大	0 : 3	0 : 4		0	2	2	3

男子籃球

	台大	北大	中大	勝	負	總分	名次
台大		66 : 60	83 : 49	2	0	4	1
北大	60 : 66		64 : 53	1	1	3	2
中大	49 : 83	53 : 64		0	2	2	3

中大陸運會成績

第一名 第二名 第三名 第四名 個人全場冠軍

甲組	男子	逸夫	崇基	聯合	新亞	李志偉(崇基)
	女子	崇基	聯合	新亞	逸夫	陳詠詩(崇基)
	團體	崇基	聯合	逸夫	新亞	—

乙組	男子	逸夫	新亞	崇基	聯合	陳志華(崇基)
	女子	新亞	逸夫	聯合	崇基	梁愷恩(新亞)
	團體	新亞	逸夫	崇基	聯合	—

兩大體育節成績

本校男、女子運動代表隊於第十六屆兩大體育節奪得男子總冠軍、女子總冠軍及團體總冠軍(連續四年獲得總冠軍)。

男子組				女子組			
田徑	亞軍	羽毛球	冠軍	田徑	冠軍	網球	冠軍
游泳	冠軍	網球	亞軍	游泳	冠軍	排球	冠軍
足球	冠軍	排球	冠軍	乒乓球	亞軍	籃球	亞軍
手球	亞軍	籃球	亞軍	羽毛球	冠軍		
乒乓球	冠軍						

射 箭	亞軍(男女混合)
-----	----------

預告

下學期四院比賽賽程表(95-96)

學期	日期	星期	時間	比賽隊伍		比賽場地	
				女	男		
下學期	1/3	五	7:00pm	聯合-逸夫	聯合-逸夫	3,4,5網球場	
				新亞-崇基	新亞-崇基	6,7網球場	
	4/3	一	7:00pm	聯合-崇基	聯合-崇基	3,4,5網球場	
				逸夫-新亞	逸夫-新亞	6,7網球場	
	6/3	三	7:00pm	聯合-新亞	聯合-新亞	3,4,5網球場	
				崇基-逸夫	崇基-逸夫	6,7網球場	
	羽 毛 球	5/3	二	7:00pm	新亞-崇基	逸夫-聯合	新亞體育館
		7/3	四	7:00pm	新亞-聯合	崇基-逸夫	
		12/3	二	7:00pm	新亞-逸夫	聯合-崇基	
乒 乓 球	16/3	六	1:30pm	逸夫-聯合	新亞-崇基	中大體育館	
			3:30pm	逸夫-崇基	聯合-新亞		
			5:30pm	逸夫-新亞	崇基-聯合		

運動趣味小知識

足球及手球簡史

足球 — 根據歷史記載，足球始自黃帝時代，古時被稱為「蹴鞠」(見圖)。而目前所盛行的足球運動，雖然與古代「蹴鞠」一樣是用腳踢球，但是據歷史學家研究認為，足球運動是中世紀英國及法國農民，在封建制度奴役下所表現反對君主專制的遊戲。

自由講

我在體育運動科學系的日子

體育運動科學系二年級 江軍同學



王圻所繪三人場戶之蹴鞠圖

手球 — 據傳古希臘荷馬史詩內已有手球運動記載，手球運動在第一次世界大戰開始萌芽，起初稱為「球門球」，是屬於女子的運動項目。1931年，手球運動的創始人卡爾，謝倫茲將之命名為手球，並修改規則，使其亦適合男子比賽。目前盛行於各國的手球運動是屬於歐洲式手球，分為11人制及7人制兩種比賽方式。11人制手球以德國為發展中心，而7人制手球則是以丹麥、瑞典為中心所發展的一種冬季室內運動。1950年以後，11人制手球衰微，在奧運會所採用的比賽是7人制比賽。

參攷文獻 國中體育教育手冊 林正常編著 1992年8月版

「……望著理想奔往，毅力漸變精鋼。埋首燈光下，成功我盼望；運動是我心志，就係我SPE (Sports Science and Physical Education)，成功終必刻著名字……」。每一個人都有自己的理想，要達到理想、目標，便要朝著自己所選擇的路去走，用心去幹。而我從小便喜愛體育運動，透過體育運動的競技，帶给了我自信；帶给了我無限的歡樂；擴闊了我個人的生活圈子。

每當比賽的時候，我都全情投入，陶醉於球賽之中，因此我很容易忘記現實的煩燥，個性也變得開朗起來。對呀！運動就是我的志趣，能將興趣溶於工作之上就是我的理想，故此我選讀體育運動科學系為我大學的主修科目。

在這體育運動科學系的日子裡，不知不覺已有年半之久，由剛踏進中大的校門時，我已被這裡優美寧靜的環境和設備完善的運動場館所吸引。雖然入學之初，我什麼也不曉，但經過老師們和同學們的互敬互愛，互勵互勉之下，一切也漸漸習慣了。縱使有時是沉悶的，但總比中學的生活自由自在得多啊——這裡有個人的空間去想一想；有自己的興趣去發掘；有個人的理想去追求，一切一切都是多姿多彩的。

大部份的同學都認為體育運動科學是個容易修讀的學科，上課只須在球場打波，田徑場跑跳，便可順利畢業。可是我卻不是這樣的渡過第一個學年，由於課程的設計分為理論科和技術科，前者包括運動心理、運動生理、運動力學、解剖學等；後者則有多類型的體育運動，如籃球、足球、手球、排球、乒乓球、羽毛球、田徑及游泳等科目，而每日平均有兩節以上是技術科目。再者，體育系的同學，大部份都是一至兩項校隊或院隊的成員，故

此我們每日體力的消耗都不少。而理論科目既相當繁多，更須勤奮熟讀。結果這樣的安排確使我有點兒吃力。幸好體育運動仍是我喜愛的，同時，也有一班志趣相投的同學們一起上課；一起埋頭苦幹；一起生活在體育運動科學系裡，共享當中的悲與喜，不是多麼的美好嗎？

除了應付兩學期的學科外，本系還有一個特別的安排。在每年的五月至六月期間，我們這一班學生都會被分派到不同的中、小學裡進行實習教學，目的在於體驗教師的角色，了解學校的行政運作，及爭取更多的教學經驗。雖然實習教學是在暑假期間進行，但在那裡所學到的，體會到的是不可能在課堂上及書本上找到的。其實這正是一個磨練自己，學以致用的好機會。

滴答、滴答，二年級第二學期已開始了，人開始變得成熟，知識也越來越豐富，可是理想、目標還未能達到。未來的日子裡仍須繼續努力向著理想奔往。

下期中大體訊將於一九九六年三月二十七日出版，各同學同寅來稿請附真實姓名及聯絡方法於九六年三月六日前寄交大學體育中心梁懶慧收。

監 印：韓桂瑜

編 輯：梁懶慧

助理編輯：梁鳳蓮、沈劍威