

## 第三章 奧運知識

古代希臘由不同的城邦所組成，城邦之間常因利益而引發紛爭，戰鬥不休。然而在奧運會舉行期間，全希臘都會進行「神聖休戰」，讓全希臘的運動員及所有民眾都可以在沒有戰爭威脅的情況下，和平而安心地參與和欣賞賽事。所以奧林匹克主義所提倡的「通過運動促進人類和諧發展」的理念，在古代奧運會已經存在，並且受到推崇，而「神聖休戰」的做法也對現代奧運會產生深遠的影響。

十九世紀末，歐洲列強爭霸，戰事時有發生。但是與此同時，發掘古代奧運會傳統的熱潮席捲歐洲，希臘就舉辦了四次泛希臘奧運會。法國貴族皮埃爾·德·顧拜旦因熱愛體育活動，並十分贊同古代奧運會所提倡的理念，主張通過運動提升教育質素，讓各國青年聚首一堂，在比賽中相互了解，促進友好相處和世界和平。他在歐美各國不斷進行遊說，終於排除萬難，在1894年成立了一個永久性委員會，即國際奧委會(IOC)；而第一屆現代奧運會終在1896年在雅典舉行。隨後的奧運會每隔四年舉行一次，其中三屆奧運會(1916年、1940年和1944年)因戰爭而需要順延四年才能舉行。現時奧運會的會員數目比聯合國的成員還要多，它超越了政治、宗教、膚色、種族和語言的限制，它所宣揚的奧林匹克主義，實肩負起促進人類和平、推動和諧發展的重大任務。

以下部分會介紹一些與奧林匹克主義及奧運會有關的資料，得蒙香港中文大學的允許，部分材料節錄或改編自香港中文大學及北京體育大學編製的《奧林匹克精神與體育於促進學童德育發展之研究》(夏秀禎、李子建、任海，2007)

### 3.1 奧林匹克主義的起源

「奧林匹克主義」(Olympism)一詞是顧拜旦首先使用的，但他卻從來沒有直接為「奧林匹克主義」一詞提出明確的定義，因此人們對奧林匹克主義有很多不同的解釋。1974年國際奧委會的羅馬尼亞委員西波科等提議給「奧林匹克主義」下一個明確的定義，並將其納入《奧林匹克憲章》中。經過了十多年的討論，「奧林匹克主義」一詞終於在1991年6月16日生效的《奧林匹克憲章》中出現，這也是國際奧委會第一次給予「奧林匹克主義」的正式定義：

奧林匹克主義是一種人生哲學，它將身體、心靈和精神的各種品質均衡地結合起來，並使之得到提高和發展；它將運動、文化和教育融為一體。奧林匹克主義所宣揚的人生道路，除以一般道德規範為基礎外，還建基於奮鬥中所體驗的樂趣和自我存在價值，及以優秀運動員為榜樣的教育價值。

這個定義明確指出：

- 奧林匹克主義是提高人類身、心和精神的一種人生哲學。
- 奧林匹克主義強調將運動、文化和教育結合，將運動視為實現人類身心發展的途徑，宣揚人類尊嚴和世界和平，以促進人類的和諧發展。
- 奧林匹克主義所提倡的生活方式是從奮鬥中體驗樂趣，學習欣賞傑出人物的情操，並尊重道德原則。

### 3.2 推廣奧林匹克主義的機構

「奧林匹克三大支柱」是推動奧林匹克運動(Olympic Movement)的三個重要成員，分別是國際奧委會、國家(地區)奧委會和國際單項體育聯合會。國際奧委會負責領導和協調；國家(地區)奧委會負責在各國或地區展開各種活動，組隊參加奧運會等，目前國家(地區)奧委會的數目已達202個；而國際單項體育聯合會則負責各專項各種技術性事務，如組織比賽、制定競賽規則等。

### 3.3 奧運五環標誌

奧運五環標誌是由現代奧運會之父顧拜旦設計的，標誌由左至右套接而成，從左至右順序為藍、黃、黑、綠、紅五種顏色。標誌象徵五大洲(即歐洲、亞洲、非洲、大洋洲和美洲)團結一致，全世界運動員以公正、坦率和友好的精神在奧運會上進行比賽。

### 3.4 奧林匹克格言和名言

「更快、更高、更強」這一格言是由顧拜旦的好友亨利·馬丁·迪東提出的。迪東於1891年在巴黎創辦了一所體育學校，並於1895年在學校運動會中用上述的格言勉勵學

生。顧拜旦對此非常讚賞，並把這句格言用於奧運會，國際奧委會於1920將其正式確定為奧林匹克格言。「更快、更高、更強」充分表達了運動員在比賽和訓練過程中那份不斷進取和永不滿足的奮鬥精神。爲了不斷超越自我，運動員須進行刻苦的練習，並發揮勇往直前的堅毅精神。

透過運動項目的公平競賽，促進人類相互了解，從而體現彼此之間的友誼和團結，是奧林匹克運動所追求的根本目標，也是奧林匹克精神的所在。這不僅是奧林匹克運動以及世界體壇的宗旨，而且還成爲促進和平與和諧發展的有效方法。

在1908年，多蘭多、皮特瑞在參加第四屆倫敦奧運會的馬拉松比賽中，因體力不支，由其他人參扶到達終點，因而被取消資格。但爲了獎勵那份不放棄比賽的堅毅精神，英國皇后頒贈了一隻金杯給他。顧拜旦在招待宴會上演講時，將賓夕法尼亞主教在佈道會中的一段話改編爲：「在奧林匹克運動會上，重要的不是取勝，而是參加。正如在日常生活最重要的事情不是勝利，而是鬥爭；不是征服，而是奮力拼搏。」這一番話突出了「參與」的重要性；而奧林匹克運動會正由於有很多不同國家和種族的運動員參與，才發揮了促進友誼和提升人類和諧發展的作用，使世界和平的主張得到進一步推動。

### 3.5 奧林匹克聖火

奧運聖火是和平的聖火，國際奧委會對火炬接力的研究報告指出，奧林匹克火炬接力所代表的價值觀被全世界人民普遍接受和讚美，人們認爲世界上沒有任何一種力量能像奧林匹克火炬接力那樣將世界連接在一起。火炬接力所傳遞的是充滿著希望的信息，人們用和平、團結、友誼、和諧、理解、希望、平等、莊嚴、神聖、純潔、光榮、古典、光明、積極、歡樂、熱情、喜悅等詞匯來形容奧林匹克火炬接力對世界的影響。

每屆奧運會前，都在奧林匹亞的赫拉神廟遺址前舉行莊重的燃點聖火儀式。由身穿古裝的希臘少女利用聚光鏡採得火種，首先傳到雅典，然後才傳到主辦城市。火種必須在奧運會開幕的前一天到達，隨奧運會的結束，該屆奧運會聖火也將熄滅。

### 3.6 奧運會誓詞

在古代奧運會上，每一位運動員要都要在開幕儀式上宣誓，保證不採取不正當手

段取勝。但首五屆的現代奧運會並沒有舉行這種儀式，其間由於出現了一些違反比賽規則的事情，所以顧拜旦便在1913年提議重新在奧運會上舉行宣誓儀式。經過國際奧委會的贊同，原定於1916年舉行的現代奧運會的宣誓儀式，卻因戰事而停辦，直至到1920年第七屆奧運會起，宣誓儀式再次由運動員代表進行，這個儀式一直延續至今。誓詞的內容是：「我代表全體運動員宣誓，爲了體育的光榮和本隊的榮譽，我們將以真正的體育精神參加本屆運動會比賽，尊重和遵守奧林匹克各項規則。」

### 3.7 奧委會會歌

1896年在雅典第一屆奧運會開幕儀式上，希臘國王喬治一世宣佈奧運會開幕以後，由合唱隊獻唱名爲《奧林匹克聖歌》的歌曲。這首古希臘歌曲由希臘人薩馬拉斯作曲，帕拉馬斯作詞，當時並未確定其爲奧運會會歌。此後歷屆奧運會均由主辦國確定會歌，並未有統一的會歌。例如1936年柏林奧運會採用了施特勞斯特意所作的《奧林匹克之歌》；1948年倫敦奧運會則選用了奎爾特作曲、基普林作詞的《不爲自己而爲主》作爲會歌。20世紀50年代以後有人建議重新創作新曲，作爲永久性的會歌，但一直未有令大家滿意的作品出現。於是，國際奧會在1958年東京舉行的第55次全會上，確定以《奧林匹克聖歌》作爲奧林匹克會歌。其樂譜存放於國際奧委會總部。從此以後，在每屆奧運會的開幕和閉幕式上都能聽到這首悠揚的古希臘樂曲。

### 3.8 奧運會會徽

奧運會會徽不單要體現奧林匹克精神，還要反映出主辦國和主辦城市的特徵。早期會徽的藝術表現與奧林匹克宣傳海報一脈相承，但近代的設計趨於簡單抽象，卻又具歷史紀念意義的藝術性標誌。2008年北京奧運會徽採用中國印章的形式，表達出「舞動的北京」的含意，將我國具有五千年歷史的書法和印章藝術跟體育活動的特徵結合起來。印章的「京」字，既標示舉辦地的名稱，又化身成一個向前奔跑、迎接勝利的運動員；它又像一個載歌載舞的人，表達了我國人民對於奧林匹克運動會的美好憧憬和對來自四面八方賓客的熱切歡迎。此外，圖形渾圓流轉，更代表中國人的內斂及溫和，紅色的印章亦代表我國傳統喜慶、祝福的顏色，這一設計充分體現了奧林匹克精神，表達了十三億中國人對奧林匹克運動會的冀望。

### 3.9 奧運吉祥物

國際奧委會雖然對吉祥物沒有任何具體的規定，但事實上它已成為每屆奧運會最具影響力的標誌之一。2008年北京奧運吉祥物，是五個「福娃」：貝貝、晶晶、歡歡、迎迎和妮妮，疊音名字是對孩子表達喜愛的一種傳統方式。此外，五個娃娃的名字連在一起，與「北京歡迎您」的發音相近，利用了諧音方式，表達出北京對世界的盛情邀請。福娃的色彩與靈感來源於奧林匹克五環、我國遼闊的山川大地、江河湖海和人們喜愛的動物形象。他們的造型融入了魚、大熊貓、藏羚羊、燕子以及奧林匹克聖火的形象，原型和頭飾蘊含其與海洋、森林、聖火、大地和天空的聯繫，代表了夢想以及中國人民的渴望，向世界各地的孩子們傳遞友誼、和平、積極進取的精神和人與自然和諧相處的美好願望。

### 3.10 奧林匹克文化節

在奧運會期間舉辦奧林匹克文化節體現了現代奧林匹克運動會「體育加文化」的宗旨。隨著現代奧運會的不斷發展和進步，文化活動在奧運會舉辦期間的所有活動中所佔的比重和作用越加重要，舉辦奧林匹克文化節已經成為奧運會的一項傳統。“人文奧運”是北京申辦奧運會時的三大理念之一；奧林匹克文化節是一個重要的活動，它蘊含了豐富的文化內涵，既促進了奧林匹克精神在我國的傳播，也向世界更全面地展示我國悠久燦爛的文化。普及奧林匹克精神，決不是僅僅在奧運會召開的賽期內舉辦一些文化活動就能成事，所以國家早在2003年便開始推出首屆奧林匹克文化節。隨著奧林匹克文化節的逐年舉辦，將會令13億中國人更加深刻地理解到奧林匹克精神和文化傳統，對奧林匹克文化的傳播有重大的促進作用。

### 3.11 奧林匹克青年營

奧林匹克青年營是奧運會的另一個重要組成部分，也是國際奧委會倡導下的一項大型國際青年交流活動。青年營具有令人自豪的歷史，目前已經成為奧運會不可分割的一部分，在奧林匹克憲章中，有專門條款談及其內容。它的起源可以追溯到1912年的斯德哥爾摩奧運會，當時的國王邀請了1500名童軍在奧林匹克體育場附近搭建帳篷，舉行聯歡活動，形成了國際青年營的雛形。後來因為兩次世界大戰，青年營多次被迫停

辦，其間只是在第11屆柏林奧運會和第15屆赫爾辛基奧運會舉辦了兩次，到1964年東京奧運會開始，國際青年營才恢復舉辦。1972年慕尼黑奧運會期間，國際奧委會正式將青年營項目納入奧林匹克運動的組成部分，在奧林匹克憲章中，明確地提出了奧運會舉辦城市應組織國際青年營的建議。實際上，自1964年東京奧運會開始，以後歷屆夏季奧運會都舉辦了國際青年營。青年營的目的就是為世界各地的青年人提供一個聚首一堂的機會，藉此增進彼此的了解和友誼，並提高對主辦國的歷史及文化的認識。

以下是最近六屆青年營的主題：

2008年 北京奧運會	青年創造未來
2004年 希臘奧運會	青年與環境
2000年 悉尼奧運會	環境和青年在保護環境中的角色
1996年 亞特蘭大奧運會	我們的相同多於不同
1992年 巴塞羅那奧運會	青年人，世界公民
1988年 漢城奧運會	青年參與奧運事業，實現人類世界和平

### 3.12 2008年北京奧運的三大理念

北京在申辦奧運會時提出了三個理念：綠色奧運、科技奧運和人文奧運。這完全是從奧林匹克運動的宗旨和精神出發，體現了「以人為本」的核心價值。

綠色奧運強調人與環境配合的意識，既是手段，又是目的。它針對的是北京這座歷史文化名城向現代國際大都市發展時所遇到和將要遇到的問題，主辦單位除為08年奧運會提供一座空氣清新、水質潔淨、環境優美、節約能源和資源的生態城市之外，還希望利用是次奧運會的契機，提高市民對保護環境的道德意識，繼而在日常生活中加以實踐。

同樣地，科技奧運表明奧林匹克運動和現代科學技術發展是分不開的。運動科學理論不斷發展，運動技術、場地器材和運動服裝不斷改進，資訊科技及環境保育在奧運會上的應用也越來越廣泛。它的核心價值同樣是追求「更快、更高、更強」和「人的和諧發展」。

最後，人文奧運中的人文主義其實是奧林匹克運動的核心思想；奧運會就是要發

揚人文精神，使奧運會成爲體育與文化和教育相結合的國際文化運動重要環節。我國是擁有五千多年歷史的文明古國，實現中西文化交流正是2008年北京奧運的重要任務。如何能體現人文奧運的理念？最切實的做法就是從教育入手，大力推行奧林匹克教育。我國已經在全國推廣奧林匹克教育課程，更早在1993年就編寫了第一本奧林匹克教材，供體育院校通用教材之用。另一方面，還可以利用奧運會來提升國民素質：一個熱情有禮、整潔有序的北京，是成功展示人文奧運的最佳場地。總而言之，奧林匹克運動不僅是體育競賽，它是具有人類文明象徵的國際文化運動。

### 3.13 香港申辦奧運馬術賽

香港有著悠長的賽馬歷史，設備足以應付奧運馬術比賽，但這不僅是香港申辦的唯一理由和目的。奧運馬術比賽除了讓我們更加認識馬術運動外，還可以通過這次難得的機會，讓香港人認識和實踐奧林匹克精神。學校可以透過不同的機會，參與及了解北京奧運整體的籌備及推行情況，從而加強學生的國民身份認同感。我們亦應秉承北京奧運的三大理念：綠色奧運、科技奧運和人文奧運，在香港積極推動奧林匹克主義中所倡導的價值觀。

### 3.14 奧林匹克主義與香港教育

奧林匹克格言「更快、更高、更強」是奧林匹克主義的具體顯現，它充分表達了奧林匹克運動倡導的：不斷進取、永不滿足的奮鬥精神。這句格言勉勵人們在不同的環境中要保持朝氣蓬勃、永遠進取、超越自我、將自己的潛能發揮到極限。而奧林匹克精神的精髓「相互了解、友誼、團結及公平競爭」，是強調在比賽中通過相互了解去增強人與人之間的友誼；提倡人類的無間合作以體現團結精神；以公平競爭的原則教育人們在生活中規範自己的行爲。這與我們在課程改革中所強調的態度和價值觀，包括責任感、尊重別人、堅毅和承擔精神是互相呼應的。

概括而言，在體育課甚或其他課堂和所有聯課活動中，學生通過參與不同的活動和比賽，可以認識到不同級別、各有所長同學，並慢慢地培養起正面的態度和價值觀，如在比賽中與對手握手，以示友好及尊重；在進行比賽時，尊重和相信裁判的判決；透過參與訓練，增進參賽者之間的了解及友誼。此外，同學如能在比賽中互相鼓勵，團結

的精神便自然浮現；在自行籌備活動和比賽的過程中，也會培養起對團體的歸屬感和承擔精神。所以適當地安排一些班際、社際以至校際比賽，學生正面的價值觀和積極的態度便能培養出來。