

一场横跨千年的穿越 揭秘中国古代古人的“冬奥会”



古画中身穿各色运动队服的八旗士兵们正准备上场。

2月5日,北京2022年冬奥会短道速滑项目混合团体接力决赛中,中国队以0.016秒、一个刀尖的优势夺得冠军;7日的单板滑雪男子坡面障碍技巧决赛,获得亚军的苏翊鸣为中国赢得单板滑雪首枚冬奥奖牌;8日,中国选手谷爱凌在自由式滑雪女子大跳台决赛中夺冠……国人参与冰雪运动的热情也在这个冬天空前高涨。

其实,中国人的冰雪情结已有千年历史。早在隋唐时期就对“滑雪”有明确的文字记载,清代举办的“冰嬉盛典”更是颇具规模。

中国古代的冰雪运动和现代冬奥有何相似之处?冰雪运动专家、东北师范大学体育学院、吉林省冰雪项目重点实验室晋腾博士为你揭秘。

冰嬉盛典 古人的“冬奥会”

从宫廷到民间,古人有多爱冰雪运动?故宫博物院珍藏的清代《冰嬉图》中,就能窥见当时的盛况。

明朝末年,清太祖努尔哈赤曾在辽阳太子河的冰面上举办过“冰上运动会”,共两项运动,男子冰上“踢行头”和女子跑冰。

“踢行头”是一种满族传统体育项目,类似足球竞技,比赛时双方在冰上各划三道横线,两方队列站在线上,开球后双方抢球,谁把球踢过对方人墙并穿过三道线谁得分,得分多者获胜。女子跑冰则类似冰上竞速跑步。

清朝历代皇帝都尚武,在瀛

台举行武试后,常会安排“冰嬉运动”以供观赏、玩乐。据史料推测,冰嬉盛典在乾隆十年(1745年)正式设立。这一年,乾隆亲撰《冰嬉赋》,首次提出“冰嬉”一词。

盛典一般于每年冬至后举行,至腊月八日结束,包括人马齐发、冰上抢球、转龙射球等项目,热闹非凡。尤其是“人马齐发”项目,比赛开始前,兵士们手持长矛,按照围猎阵法站在堤岸上,冰面上插有红旗。鼓声响起后,步兵和骑兵飞奔去抢红旗,场面十分有趣;冰嬉盛典大约至道光皇帝就结束了。

历朝历代 如何玩转冰雪

除了举办例行的“运动会”,历朝历代的人们如何与冰雪运动结缘?

隋朝:骑木而行,最早的滑雪

我国古代对“滑雪”的最早记载是《隋书·北狄列传》,书中称“北室韦”部落的人环绕“吐纥山”居住,当地“地多积雪”,为防止掉入陷阱,很多人“骑木而行”。这里的“木”就类似今天的滑雪板。

唐朝还有关于早期“雪杖”的记载,《新唐书·回鹘列传》就描述了北方人脚踏雪板、手持雪杖(屈木)飞驰行走的场面。辽金元时期将冰雪广泛应用于生产和军事活动。

北宋:冰床形似雪橇

早在北宋,沈括在《梦溪笔谈·讥谑》中描述:寒冬腊月,制作一只“小坐床”,作为交通工具,在冰上拖拽前行。

“小坐床”指的就是冰床。古代冰床一般可坐三四人,脚部安装铁条,前面有人拉着前进,因此也被称为“拖床”。到明代,冰床已十分盛行,京城内甚至有人在冬天以拉冰床养家糊口。

冰床也是寒冬里难得的娱乐工具。明正德年间兴起了“冰床围钓”的游戏——严冬时间,官僚富贾们将冰床连成一片,在其上豪饮。

清康熙年间,查慎行的《赵北口坐冰床》中写到“三尺冰床稳胜船”,这种娱乐方式一直持续到清末。

明代:流行踢鞠、冰上抢球

明代,京城流行踢石球的游戏,《帝京景物略》中记载:每到腊月,为缓解“趾踵苦寒”,小儿或平民百姓常玩“踢鞠”。

踢鞠的场地要求简单,但最有趣的还是冰上踢鞠,球可以滚得更快更远。清康熙年间的《百戏竹枝词·踢鞠》中也有描写踢鞠的句子,“踢鞠场中浪荡争,一时捷足趁坚冰”。当时,冰上踢鞠最理想的场地是什刹海。

古代还有一种冰上的球类运动叫冰上抢球,源于宫廷的冰嬉盛典,但民间十分盛行。比赛分两队进行,每队10人,双方争抢一球,抢到球后会需尽力将球抛进指定区域,进球多者为胜。

《帝京岁时纪胜》中记载说,因为皇帝尚武,非常喜欢看冰上抢球,因此百姓们争相练习,冬天的什刹海、护城河上,随处可见练习蹴鞠的人。

清代:康乾盛世有了滑冰比赛

学者普遍认为清康熙之后,铁制冰鞋在民间流传开。

乾隆年间的《百戏竹枝词·走冰鞋》中描写:入冬后,护城河上很多人穿着底部有铁齿的鞋,走一步能行数丈远。还有人穿这样的鞋子在冰上格斗、跳舞。

《帝京岁时纪胜》中描写在冰上的人如星驰电掣,并以争先夺标为胜。可见,此时已出现滑冰竞速比赛。而当时的竞速比赛、溜冰技艺和现代冬奥的速滑、花样滑冰等已十分相似。

古今冰雪项目有何异同?

现代冬奥会起源于1924年的法国,当时被称为“第八届奥林匹克体育周”,这项活动结束两年后,国际奥委会才正式追认这届比赛为第一届冬季奥林匹克运动会。

北京2022年冬奥会共设7个大项,包含15个分项,109个小项,比上届冬奥会新增7个小项。

现代冬奥会的项目与古人的冰雪运动有哪些相似之处?

滑雪vs骑木而行

现代冬奥中,滑雪运动包括高山滑雪、自由式滑雪、单板滑雪、跳台滑雪、越野滑雪、北欧两项等。

其中,高山滑雪是速度与技巧的融合,比赛时需按规定路线在不同垂直落差的雪道上飞快滑下,速度可达到90至140千米/时。

运动员滑行过程中需要左右滑行通过旗门,竞速中不失美感。

雪车雪橇vs冰床

现代冬奥的雪车雪橇运动与冰床稍有相似。雪车分雪车、钢架雪车两个分项,雪橇单独为一项,都采用同一赛道。

这三个项目对赛道要求极高,目前全世界仅有16条雪车雪橇赛道。

北京冬奥会采用的赛道位于延庆赛区的国家雪车雪橇中心,是中国第一条雪车雪橇赛道,也是全球第一条360度回旋赛道。

冰壶vs踢鞠

冬奥会中的冰壶项目与其有相似之处。

冰壶是两支4人队伍进行比赛,每队8只冰壶,每名队员有两次投掷机会。两队交替投掷,掷出后,己方队员手持冰刷在冰壶前方快速擦刷冰面,使冰壶滑得更远或按照预定轨迹前行。

过营垒T线后,对方队员也可刷冰使得冰壶

远离圆心。最终,统计某一队伍中,比对方冰壶更靠近中心的冰壶数目,来决定胜负。

冰壶比赛中,运动员常会“大喊大叫”,一方面给己方队员刷冰指令;另一方面可增强气势,震慑对手,场面非常热闹。

冰球运动vs冰上抢球

现代冬奥中,冰球运动与冰上抢球有类似之处,只是冰上抢球是用手抛球,而冰球运动则以冰球杆击球。

冰球运动一般为两队对抗赛,每支队伍上场6人,一人守门员,其余2名前锋和一名中锋负责进攻,2名后卫组织防守。

为了防止在激烈的对抗赛中受伤,运动员必须全身穿戴专业的冰球护具,设备十分丰富。

速滑vs滑冰

现代冬奥滑冰项目有速度滑冰、短道速滑和花样滑冰,但很多人分不清速度滑冰和短道速滑。

◎场地有区别
速度滑冰场地比短道速滑场地大。

◎冰刀有区别
速度滑冰的冰刀,脚后跟是可分离的,以增加运动员蹬冰时的动作幅度,提升滑行速度。

短道速滑的弯道直道短,运用不到大幅度蹬冰,使用脚后跟不可分离的冰刀。

◎安全系数有区别
速度滑冰2人一组比赛,且两人有自己的赛道,一般不会出现碰撞,安全系数较高,比赛过程中不戴头盔。

短道速滑比赛是4至6人一组同时出发,加上场地小,容易发生碰撞,运动员需戴头盔保安全。

花样滑冰是“最美冰上运动”,技术动作包括跳跃、旋转、步法及转体、托举,裁判按照动作质量与艺术表现综合评分。

本报综合



清代《职工图》中骑木而行的人



清代《冰嬉图》局部