

體育教育理論

(上冊)

東北師範大學

蘇聯格·依·庫庫什金主編
體育系章祖愈譯

長春 一九五五年

東北師範大學體育系參考資料之六

體育教育理論（上冊）

格·依·庫庫什金主編
章祖愆譯

作者的話

目錄

第一編 蘇維埃體育教育理論的一般原理

第一章 蘇維埃體育教育理論的對象

依·莫·科立亞科夫斯基

(三)

一 先進的理論對於體育教育實踐的意義

(三)

二 蘇維埃體育教育理論研究些什麼

(五)

三 蘇維埃體育教育理論的科學科目

(六)

四 體育教育理論與教育科學的關係

(八)

五 蘇維埃體育教育理論的基本概念

(九)

六 蘇維埃體育教育理論的源泉

(一〇)

七 科學研究的方法

(一三)

八 蘇維埃體育教育理論的先進作用

(一四)

第二章

體育教育是蘇維埃人民共產主義教育不可缺少的一部分 格·依·庫庫什金…… (一六)

一 偉大的十月社會主義革命對於發展體育與運動的意義…… (一六)

二 馬克思列寧主義是蘇維埃體育教育理論的思想基礎…… (一七)

三 共產黨在建立與發展體育運動中的領導作用…… (二四)

四 青年團與職工會在發展體育與運動中的作用…… (三二)

五 蘇維埃社會中體育教育的目的和任務…… (三八)

第三章

蘇維埃體育教育制度 卜·依·朱可夫…… (四九)

一 體育教育制度的階級本質…… (四九)

二 蘇維埃體育教育制度的思想本質與特徵…… (五一)

第四章

體能全面發展的手段…… (六一)

一 身體操練 格·依·庫庫什金…… (六一)

二 大自然的自力。衛生學的因素…… (六七)

三 社會主義勞動及其在人的發展中的作用 克·赫·格朗丁…… (六八)

四 蘇維埃體育教育制度中的遊戲 維·格·雅科夫列夫…… (六九)

五 蘇維埃體育教育制度中的體操 維·維·別里諾維奇…… (九一)

六 蘇維埃體育教育制度中的運動 卜·依·朱柯夫…… (一〇五)

七 蘇維埃體育教育制度中的旅行

維·維·別里諾維奇……………(一一四)

第五章 身體操練的教學與運動的訓練……………

克·赫·格朗丁……………(一二六)

一 身體操練的教學原理
二 運動的訓練原理

恩·格·奧佐林……………(一六一)

第六章 教學與運動訓練過程中道德教育的任務、內容和方法

維·維·別洛茹索娃……………(二〇九)

- 一 道德教育的任務……………(二〇九)
- 二 對於運動員進行道德教育的要求……………(二一二)
- 三 對於運動員進行道德教育的方法和手段……………(二一六)
- 四 說服法、解釋法、鼓舞法……………(二一七)
- 五 練習法、養成習慣法……………(二二三)
- 六 團體的組織和教育……………(二二五)

第七章 體育教育過程的組織形式

維·維·別里諾維奇……………(二三〇)

- 一 作業的上課形式……………(二三〇)
- 二 體育課的結構……………(二三二)
- 三 課程計劃……………(二四二)
- 四 身體負擔量的標準……………(二四五)

五	節約上課時間·····	(二四七)
---	-------------	-------

第八章	體育與運動工作的計劃和考核(登記)原理	克·阿·庫茲米娜·····	(二五一)
-----	---------------------	---------------	-------

一	計劃和考核的作用·····	(二五一)
---	---------------	-------

二	對於製定工作計劃的基本要求·····	(二五三)
---	--------------------	-------

三	教師的工作計劃·····	(二七〇)
---	--------------	-------

四	考核·····	(二七一)
---	---------	-------

作者的話

在蘇聯，發展體育是一件國家性的重大事業。共產黨與蘇維埃國家對於發展體育不斷給予關懷。馬克思列寧主義教導說：社會一切成員底體能與智力的全面發展，是從社會主義準備有效地向着共產主義過渡所必要的先決條件之一。蘇聯共產黨第十九次代表大會在指令中指出，必須對體育與運動的進一步發展做出保證。

蘇維埃體育運動的群眾性正在一年一年地擴大起來。運動員們在遵循黨中央委員會與蘇維埃政府指示的同時，提高了本身的運動技巧，創造出許多蘇聯新記錄，在多次國際競賽中捍衛了自己親愛的蘇維埃祖國的榮譽，他們成為很多項目的世界記錄保持者，以及若干重要運動項目國際冠軍賽中的優勝者。

體育教育理論對於培養科學與教育幹部——體育與運動專家，對於作為勞動人民保健與提高工作能力有力因素的體育之廣泛運用，對於正確組織我國青年一代與成年公民的體育教育，對於提高蘇維埃運動員的運動技巧，都是有重大作用的。

為高等體育學校編寫體育教育理論教材，已屬刻不容緩的工作。但是，現在做這件工作還是有相當困難的，亦缺少處理這種教材的經驗，而現行體育教育理論課程的教學大綱亦不够完善。

作者們編寫本教材時，基本上以現行體育教育理論課程的教學大綱為指南，而對於資料闡述，

却首先以馬克思列寧主義有關共產主義教育理論、以蘇聯共產黨中央委員會與蘇維埃政府對於體育問題的指令，以及以蘇維埃體育運動的實際經驗爲出發點。

本教材是由蘇聯中央體育科學研究院，榮獲列寧勳章與紅旗勳章的列寧格勒國立列士葛夫特體育學院及榮獲列寧勳章的國立中央斯大林體育學院等處撰稿人集體寫成的。

作者們認爲，本教材並不能完全滿足那些對於研究蘇維埃體育教育理論上許多重要問題所日益增長着的要求。但是，它在一定程度上却能幫助清除在這些問題上所存在的一系列的重缺點，提出這些問題來作廣泛的討論，並力圖在最近幾年內能爲體育學院寫成更完善的教科書。作者們以爲，本教材可以幫助高等學校去改進體育教育理論的講授教程，以一定分量的亦是必要的理論知識來武裝大學生。

作者們對於批評本書的各種意見極爲歡迎，因爲這可以幫助我們來對蘇維埃體育教育理論上許多重要問題進行更深入的更全面的研究。

第一編 蘇維埃體育教育理論的一般原理

第一章 蘇維埃體育教育理論的對象

一 先進的理論對於體育教育實踐的意義

由於共產黨與蘇維埃政府對於我國勞動人民精神與體質全面發展的不斷注意與關懷，因而使我國體育教育工作獲得鉅大的成就。這一成就表現在體育運動的群眾性方面、表現在蘇維埃人民的健康與身體發展的高度水平以及蘇維埃運動員非凡的成績等方面、千百萬人民群眾：學前兒童與學齡兒童、中等專科學校與高等學校學生、工人、職員以及集體農莊莊員等，都被吸引來經常從事遊戲、體操、運動及旅行。

在我國，已建立起全國統一的真正人民的體育教育制度，這種制度的思想基礎就是先進的、革命的馬克思列寧主義理論。在社會主義經濟與文化蓬勃增長、人民物質福利繼續提高的基礎上，蘇維埃體育教育制度亦取得了充份的發展和改進。

蘇維埃國家為發展體育運動建立了一切必要條件，它每年撥出大量經費，設置廣大學校網來培養學術優良的體育教育專職幹部，對於全國一切體育工作實行國家領導與計劃，並保證運動建築物

的建設。

現在，正當蘇維埃人民從社會主義逐步過渡到共產主義的時期，共產黨向我國體育運動提出了具有國家意義的重大任務。全國各級體育組織均應保證開展群眾性的體育運動，廣泛開展城鄉勞動人民中的體育，提高運動技巧水平，並在這個基礎上使蘇維埃運動員在若干重要運動項目方面取得世界冠軍。要想順利完成這些任務，就必須要進一步提高蘇維埃的體育教育理論。體育工作者、教師、教練員們都應掌握高深的理論知識，精通教育技巧。

馬列主義教導說：沒有明確的可靠的理論，就不能有正確的實踐。

教師爲了能更好地對蘇維埃體育家與運動員進行教學與教育工作，就必需具備專業方面的豐富知識。

黨中央委員會在一九四八年十二月二十七日決議中指出，一方面要多注意於理論、教學方法與運動技術等問題的研究工作，另一方面還必須加強有關體育教育、群眾性運動工作、運動技巧等問題的科學鑽研。決議上還指出：必須提高體育幹部訓練工作的質量。

在體育教育過程，特別是運動訓練過程中，不能單憑運用經驗。爲了使良好經驗獲得充分利用，還必需對經驗進行研究、分析和概括工作，並以此爲基礎作出有利於實踐的結論，這種結論既能幫助改進體育教育工作，又可用先進經驗武裝體育教師與教練員。必須深入研究先進經驗，必須把它和實踐更緊密地結合起來。

蘇聯共產黨第十九次代表大會的決議，開闢了發展全國體育的偉大前途，在實現從社會主義過渡到共產主義的建設事業中，把蘇維埃人民體能與智力全面發展的意義提到更高階段。這次大會的決議，要求體育運動有新的高漲，對體育教育最重要的理論問題的科學研究必須加強。

二 蘇維埃體育教育理論研究些什麼

爲了訓練蘇維埃人從事勞動與保衛社會主義祖國而研究其體能全面發展的規律性，這就是蘇維埃體育教育理論的對象。

在蘇維埃體育教育制度的各個環節中，都在有組織地進行體操、運動、遊戲、旅行等各項作業。

體育教育的實踐逐年地開展與普及起來，因此，體育教育科學方面的問題亦是廣泛的。

蘇聯的體育教育是共產主義教育的組成部分，其目的在於培養全面發展的、積極的與自覺的共產主義建設者。

保證身體機能的全面發展是體育教育的特性之一。而這種保證却產生於與共產主義教育其他方面——智育、德育、美育、工藝教育——的緊密聯系上。

在體育教育過程中所要解決的任務是：增進學習者健康；提高其體力、體能發展的水平；使人延年益壽與提高一般工作能力；掌握生活上極重要的運動技巧、技能與專業知識，以及優秀的運動技術；培養蘇維埃人的高尚的意志和道德品質。

體育教育理論所研究的是蘇維埃人體能全面發展問題、研究實施全面體育教育問題。它研究作爲社會現象的體育教育的客觀規律性，分析體育教育的過程，研究體育教育的目的、任務及方法，並在認識體育教育過程各現象的本質之後，把它組織得更加完善起來。

在蘇維埃體育教育理論解決的問題中包括：研究體育教育底思想理論基礎與自然科學原理，研

究體育教育的本質、目的和任務；研究並科學地論證和擬定體育教育內容，以及教學、教育與運動訓練的原則及方法；研究教學與教育工作的組織形式；研究學前兒童與學齡兒童、職業學校與工廠藝徒學校學生、中等專科學校與高等學校學生及業餘體育運動中勞動人民的體育教育內容、方法及組織。

體育教育理論課程是在理論上來論證蘇維埃體育教育制度若干最重要問題，並為這種制度的進一步發展與完善而服務。

三 蘇維埃體育教育理論的科學科目

在蘇聯，隨同體育教育實踐的發展，隨同反映和豐富這種實踐的科學知識的日益積累，產生了把體育教育範圍內科學知識底各個部分劃分為若干專門科學科目的過程。

現在，在體育教育理論中，已形成彼此有着緊密聯系的以下幾個科學科目：

1. 研究體育教育普遍規律性的體育教育理論的一般原理；
2. 學前兒童與學齡兒童、中等專科學校與高等學校學生、業餘體育運動中勞動人民、蘇維埃海陸空軍士兵與軍官等的體育教育教學法。這些科目所研究的是在上述蘇維埃體育運動各個環節中體育教育的任務、內容、方法與組織。

3. 各個運動項目的理論與教學法。它們所研究的是對各種不同年齡、性別與不同身體訓練程度的集體在進行某項運動時的教學與訓練的內容、手段、方式及方法。揭露那些提高本項運動技巧的極其有效的途徑，依據體育教育理論底一般原理與實際經驗來深入研究本項運動的理論與教學。

法。

蘇聯體育運動發展的實踐與體育教育事業中的日益重要的任務，都迫切要求體育教育科學必須有進一步的發展。

近幾年來，我國體育教育的實踐，已發生重大變化。體育教育已穩定地列入學前兒童機關的教育過程之內，且佔據重要地位。在普通學校中，隨着學校作業的不斷改進，兒童的課外與校外體育教育工作亦獲得廣泛開展，勞動後備隊系統的學校和其他學校的體育教育情況亦復如此。青年們的運動風氣顯然提高起來。中等專科學校、特別是高等學校內的體育教育與運動工作亦日益普及與深入。業餘體育組織正在不斷發展、集體農莊鄉村的體育運動亦廣泛地開展起來。

根據『勞衛』制及全蘇統一運動分類標準和要求所實施的各個運動項目訓練和全部教學與教育工作的內容和方法，已有重大變動。全年性的訓練制度非常風行。對於先進經驗的研究與概括，以及在各項運動實踐中如何予以運用，都成為極需解決的問題。由於運動理論與教學法的發展，就有必要來進一步研究一般的教育理論問題。

體育教育理論是和研究體育教育個別問題，和研究人類體質與精神發展規律性的一系列科學都是緊密聯系着的。例如，它和體育史就有緊密聯系。體育史研究遠古以來的體育教育理論與實踐之發展，證明人們如何根據社會經濟與文化條件的改變而改變了對於體育教育的觀點，改變了體育教育底目的、內容、方法與組織，以及如何努力為把先進思想灌輸到體育教育實踐中去而進行鬭爭。研究體育史，對於更深刻地理解體育教育理論、批判地吸收先人遺產、確認蘇維埃體育教育是最先進的體育教育科學，就具有重大的意義。

體育教育理論和生理學、衛生學、心理學、解剖學有着緊密的聯系，特別是和這些研究體育教

育問題的旁支科學——運動生理學、運動衛生學、運動心理學、醫學管理等等有着更緊密的聯系。體育教育理論是以上述科學資料為根據的，並利用它們所揭露的規律性來製定出最有效的教學與教育的方式與手段、更好地組織體育教育過程，尤其是運動訓練的過程。

四 體育教育理論與教育科學的關係

在蘇聯，共產主義的教育事業對於順利建設共產主義來說，是具有重大意義的。因此對於教育科學的發展特別注意。和整個教育科學而特別是和普通教育學發生緊密聯系的體育教育理論，也屬於教育科學範圍之內。

作為概括青年一代共產主義教育豐富經驗之結果的普通教育學原理，在體育教育實踐工作中亦有其具體表現。這首先是和體育教育目的與任務的知識，以及和教學與教育方法、教學法原則的知識有關。

在研究體育教育理論與教學法一般問題時，在研究學前機關、普通學校、高等學校體育教育問題，以及研究這項或那項運動訓練的教學法時，要儘量利用普通教育學及其他多種教育科學的資料。如果不使用對青年一代進行共產主義教育所積累的經驗，不掌握一切教育科學的資料；那末，毫無疑問，體育教育理論也是不能順利發展的。同時，還必須考慮到在體育教育中要創造性地運用普通教育學原理的必要性。作為教育學一個部門的體育教育之發展，也能使其他教育科學的內容豐富與擴大起來。

五 蘇維埃體育教育理論的基本概念

蘇維埃的體育

(身體文化)

蘇維埃體育是整個社會主義文化的組成部分，是向蘇維埃人民進行共產主義教育、增進其健康、全面發展其體能及準備從事社會主義勞動與保衛蘇維埃祖國的重要手段之一。在增進勞動人民健康、發展其體能、提高其運動成績以及在創造為人民群眾體育教育目的而服務的物質與精神手段等方面，體育乃是蘇維埃社會主義社會所達到的成績的總和。

體育情況，可以體現出在蘇維埃社會公民的保健與體能全面發展中的科學知識與實踐成就的水平，運動成績的水平，以及體育滲透到勞動人民日常生活與勞動中的程度。體育方面的成就，乃是共產黨與蘇維埃國家經常關心蘇維埃社會——不斷發展蘇維埃經濟與精神文化及不斷提高蘇維埃人民物質福利的社會——公民的健康、體能與智力全面發展的結果。

作為整個社會主義文化有機部分的蘇維埃體育，有其進步特徵（共產主義思想性、人民性、科學性等等，它在本質上亦與資本主義體育根本不同）。

體育教育 蘇維埃體育教育是共產主義教育的組成部分，是旨在培養健康的、身體全面發展的、有意志的、道德完美的共產主義建設者與保衛者的有組織的教育過程。

體育教育過程的內容，可分成彼此有機聯系着的幾個方面。在遊戲、體操、運動和旅行作業過程中，運用相應的手段與方法，能對學習者的身體與個性造成多方面的影響；對學習者體質發展與增進其健康發生作用；保證其掌握生活上必要的知識、技能（本領）及運動技巧；對於形成蘇維埃人個性、發展其精神品質、培養其合乎共產主義道德要求的精神發生作用。

體育教養 體育教養一詞，可理解爲體育教育過程諸方面之一，其目的，主要是以生活實踐方面、而尤其是運動改進方面所必要的專門知識、運動技巧和技能來武裝學習者。

身體發展 (發展體質)。身體發展一詞，可理解爲：第一，是人體能力的發展過程；第二，是說明體能發展水平的體育教育之結果。由於社會主義的勝利，在我國所建立的社會主義勞動的衛生條件和物質與生活條件都對身體發展的高度成就起着鉅大作用。在身體發展達到高度水平過程中，體育教育的作用亦是鉅大的。

在體育教育過程中，把它與體育教養、身體發展協調起來，就能培養學習者的共產主義道德精神，形成其共產主義覺悟，以及發展其崇高的道德與意志品質。

身體訓練 身體訓練一詞，應理解爲發展體能的一種專門過程，在實現這一過程時，應考慮到生產上，或體育運動上的特徵（戰士的身體訓練，足球、田徑和劃船運動員的身體訓練等等）。

六 蘇維埃體育教育理論的源泉

蘇維埃體育教育理論的思想基礎與科學理論的根據就是馬克思列寧主義。體育教育理論在依據這種真正的科學基礎而發展着的同時，對於順利研究蘇維埃人民全面體育教育問題、對於深入分析體育教育的實踐工作、以及在這個基礎上來找出那些科學結論和原理、以豐富蘇維埃體育教育科學及運動員的教學與教育的實踐，就有充份的可能性。

馬克思列寧主義創始人，創造了共產主義教育學說。馬克思與恩格斯在揭開社會發展規律以後，又創立了有關未來社會主義社會人底全面發展的學說。列寧與斯大林發展了這種學說並把它提

到一個新的更高的階段，使它和社會主義建設的實踐結合起來。馬克思列寧主義創始人指出了社會生活底經濟與政治條件對於教育目的、任務與內容的制約性，以及在階級社會中教育的階級性。他們認定在資本主義社會生產資料私有制和極爲殘酷的剝削條件下，勞動人民就失去了全面發展自己能力的機會。只有在社會主義社會中，才能爲勞動人民全面發展建立一切條件。他們又指出，蘇維埃人體能與智力的全面發展是從社會主義過渡到共產主義的必要條件之一。

只有根據馬克思列寧主義，才能正確地揭露體育教育的目的與任務，才能發現它和智育、德育、美育及工藝教育之間的直接關係。

共產黨與蘇維埃政府有關共產主義教育及體育的決議，對於研究體育教育理論問題是有重大意義的。

黨與政府的決議提示出研究體育教育理論的出發原則。在黨與政府的決議中，根據深入地科學地研究體育運動情況，確定了進一步發展體育運動的遠景，並規定了若干作爲長期行動綱領的具體任務。因此，在共產黨中央委員會一九四八年十二月二十七日的決議中，根據對於體育與運動工作情況的分析、經濟與文化建設遠景的考慮，提出了從社會主義逐漸過渡到共產主義時期內廣泛發展體育運動的綱領。

黨中央委員會有關思想問題與體育問題的決議，責成在全國居民底一切體育教育工作中要認真實現黨性原則

實現黨性原則，它要求對於體育教育理論問題，對於教學上高度思想性與理論水平問題進行深刻的科學研究。所謂黨性原則，就是一定要與資產階級思想的表現進行不調和的鬭爭，一定要揭露資產階級體育教育理論的反動本質。處處要捍衛蘇維埃科學的優越性，反對不問政治、無思想性、