



中国书籍·学术之星文库

体育文明探究

翟继勇 董琴娟◎著



中国书籍出版社
China Book Press



中国书籍·学术之星文库

体育文明探究

翟继勇 董琴娟◎著



中国书籍出版社
China Book Press

图书在版编目 (CIP) 数据

体育文明探究/翟继勇, 董琴娟著. —北京: 中国书籍出版社, 2017. 3

ISBN 978 - 7 - 5068 - 6050 - 5

I. ①体… II. ①翟…②董… III. ①体育文化—文化研究 IV. ①G80 - 054

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 026447 号

体育文明探究

翟继勇 董琴娟 著

责任编辑 刘 娜

责任印制 孙马飞 马 芝

封面设计 中联华文

出版发行 中国书籍出版社

地 址 北京市丰台区三路居路 97 号 (邮编: 100073)

电 话 (010) 52257143 (总编室) (010) 52257153 (发行部)

电子邮箱 chinabp@vip.sina.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京彩虹伟业印刷有限公司

开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

字 数 222 千字

印 张 16

版 次 2017 年 4 月第 1 版 2017 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5068 - 6050 - 5

定 价 68.00 元

版权所有 翻印必究

作者简介

翟继勇 男，1971年生，山东费县人，2003年毕业于曲阜师范大学体育学院，获教育学硕士学位。2003年至今在临沂大学体育学院任教，一直从事体育人文志业方面的教学科研工作。先后教授《体育管理学》《体育史》《体育法学》《体育心理学》等近10门课程，并在省级及以上刊物上发表论文十余篇，主持或参与多项市级及以上课题。

董琴娟 女，1971年生，山东费县人，2003年起在临沂大学图书馆工作，主持或参与多项市级及以上课题研究，发表论文数篇。

前 言

临沂大学提出地方特色与国际化视野相结合的办学目标，并要求所有系院针对学科特点向学生讲述国内外的优秀文明成果。基于此，笔者挖掘整理了国内外优秀的体育文明成果，并对其发展动向进行了研究和探索。

本书的指导思想是，立足国内、放眼国外，博采众长、为我所用，充分吸收国内外最新研究成果，在理论和框架上力图有所突破、有所创新。

本书在撰写过程中得到曲阜师范大学刘一民教授和临沂大学何敬东教授的悉心指导和帮助，他们对本书提出了许多宝贵意见与建议，在此谨致衷心的感谢！

本书参考了国内外同人的大量研究成果，在引用过程中难免挂一漏万，敬请体谅，也对众多学者的前期科研劳动致以衷心的感谢！

鉴于笔者水平有限，加之体育文明一直处于迅速发展变化之中，书中难免有不妥或错讹之处，敬请读者不吝赐教。

翟继勇

2016年1月

目 录

CONTENTS

第一章 文化与文明·····	1
一、文化的概念	/ 1
二、文明的概念	/ 2
三、文化与文明的关系	/ 2
四、文化的特征	/ 2
五、文化的构成	/ 3
六、文化特性形成的理论	/ 5
七、文化的运行规律	/ 6
第二章 体育文明的层次及其内容·····	8
第一节 体育文明的外层	/ 9
一、体育项目	/ 9
二、体育用品	/ 14
三、体育场馆设施	/ 15
第二节 体育文明的中间层	/ 21
一、体育体制	/ 21

二、体育组织	/ 26
三、体育法律	/ 30
第三节 体育文明的里层	/ 36
一、体育价值观	/ 36
二、体育精神	/ 38
三、体育道德	/ 40
 第三章 中国体育文明成果	45
第一节 中国体育文明的外层	/ 46
一、蹴鞠	/ 46
二、围棋	/ 50
三、舞龙舞狮	/ 53
四、龙舟	/ 55
第二节 中国体育文明的中间层	/ 57
一、武举制	/ 57
二、教坊	/ 61
三、瓦舍	/ 61
四、清末新政	/ 62
五、《奏定学堂章程》	/ 63
六、精武体育会	/ 64
七、中华全国体育协进会	/ 64
第三节 中国体育文明的里层	/ 66
一、气一元论	/ 66
二、整体健康观	/ 66
三、伦理至上	/ 66
四、中和为用	/ 67
五、维新派的体育思想	/ 68
六、以毛泽东为代表的清末民初的体育思想	/ 68

第四章 中国武术	70
第一节 武术概述	/ 70
一、武术的概念	/ 70
二、武术的文化内涵	/ 71
三、武术的特征	/ 73
四、武术的分类	/ 76
第二节 武术的起源与发展历程	/ 76
一、古代武术的起源	/ 76
二、古代武术的特点	/ 77
三、古代武术发展、传播及其影响因素	/ 78
四、近现代武术的发展历程	/ 80
五、武术思想的演变历程	/ 84
六、古代武术与现代武术的关系	/ 90
第三节 武术的三大主要门派	/ 95
一、少林武术	/ 95
二、武当武术	/ 102
三、峨眉武术	/ 110
第四节 现代武术的两种主要形态	/ 115
一、现代武术套路	/ 115
二、现代武术散打	/ 122
 第五章 中国传统体育养生	 132
第一节 中国传统体育养生的一般概述	/ 132
一、中国传统体育养生的概念	/ 132
二、中国传统体育养生的主要方法和形式	/ 133
三、中国传统体育养生的功能	/ 134
四、传统体育养生的特点	/ 134
五、中国传统体育养生的哲学基础	/ 135

第二节 中国传统体育养生的形成和发展	/ 136
一、中国传统体育养生的萌芽	/ 136
二、中国传统体育养生的形成和早期发展	/ 137
三、中国传统体育养生的继承和发展	/ 139
四、中国传统体育养生的进一步发展	/ 142
五、中国传统体育养生继承和发扬的原则	/ 144
 第六章 外国体育文明成果.....	146
第一节 外国体育文明的外层	/ 147
一、击剑	/ 147
二、举重	/ 148
三、篮球	/ 149
四、排球	/ 154
五、乒乓球	/ 156
六、拳击	/ 157
七、柔道	/ 160
八、射箭	/ 161
九、摔跤	/ 163
十、水上运动	/ 164
十一、跆拳道	/ 167
十二、泰拳	/ 169
十三、体操	/ 170
十四、田径	/ 172
十五、网球	/ 173
十六、英国的户外运动	/ 175
十七、瑜伽	/ 176
十八、羽毛球	/ 177
第二节 外国体育文明的中间层	/ 178

一、斯巴达体育	/ 178
二、雅典的体育教育	/ 179
三、骑士教育中的体育	/ 180
第三节 外国体育文明的里层	/ 181
一、亚里士多德的体育思想	/ 181
二、文艺复兴中的体育思想	/ 182
三、宗教改革中的体育思想	/ 182
四、洛克的绅士体育思想	/ 183
五、古茨穆茨的体育课程体系思想	/ 183
六、卢梭的自然体育思想	/ 184
第七章 奥林匹克运动	186
第一节 古代奥林匹克运动概况	/ 186
一、古代奥运会的起源	/ 186
二、古代奥运会的竞技项目	/ 188
三、古代奥运会的参赛运动员及其奖励	/ 189
四、古代奥运会的消亡	/ 189
五、古代奥运会的历史遗产	/ 190
第二节 现代奥林匹克运动的产生与发展	/ 192
一、顾拜旦与现代奥林匹克运动的诞生	/ 192
二、现代奥林匹克运动的发展与展望	/ 194
第三节 奥林匹克运动的外层	/ 202
一、奥林匹克标志	/ 202
二、奥林匹克圣火与火炬	/ 202
三、奥林匹克运动会的举办地	/ 203
四、奥运会比赛项目	/ 204
五、其他	/ 209
第四节 奥林匹克运动的中间层	/ 210

一、奥林匹克组织体系	/ 210
二、《奥林匹克宪章》	/ 214
第五节 奥林匹克运动的里层	/ 217
一、奥林匹克主义	/ 217
二、奥林匹克运动的宗旨	/ 221
三、奥林匹克运动精神	/ 221
四、奥林匹克格言	/ 222
第六节 奥林匹克运动与中国	/ 224
一、中国的奥林匹克历程	/ 224
二、2008 年北京奥运会	/ 229
主要参考文献	240

第一章

文化与文明

一、文化的概念

关于文化的概念，学界众说纷纭。不少哲学家、社会学家、人类学家、历史学家和语言学家一直努力，试图从各自学科的角度来界定文化的概念。据美国学者克罗伯统计，目前有 160 多种关于文化的定义，但迄今为止仍没有一个公认的定义。笼统地说，文化是一种社会现象，是人们长期创造形成的产物。同时，文化又是一种历史现象，是社会历史的积淀物。确切地说，文化是指一个国家或民族的历史、地理、风土人情、传统习俗、生活方式、文学艺术、行为规范、思维方式、价值观念等。

尽管对文化的理解见智见仁，但大体上可以将文化划分为广义的文化和狭义的文化两大类。《辞海》也是这样，将文化划分为广义和狭义两大类。认为广义的文化是指人类在社会实践中所创造的物质财富和精神财富的总和；狭义的文化是指人类所创造的精神财富，即精神产品，包括一切社会意识形态：自然科学、技术科学、社会意识形态。^①

^① 夏征农、陈至立：《辞海》第六版缩印版，上海辞书出版社 2010 年版，第 1975 页。

二、文明的概念

文明是指人类所创造的财富的总和，包括物质财富和精神财富，特指精神财富，如文学、艺术、教育、科学等，它涵盖了人与人、人与社会、人与自然之间的关系。这种精神财富往往是指先进的或者进步的文化，而不是落后的或反动的。另外，文明也指社会发展到较高阶段表现出来的状态。文明是人类审美观念和文化现象的传承、发展、融合和分化过程中所产生的生活方式、思维方式的总称；是人类开始群居并出现社会分工专业化，人类社会雏形基本形成后开始出现的一种现象；是较为丰富的物质基础上的产物，同时也是人类社会的一种基本属性。总的看来，文明特指优秀的文化，是人类在认识世界和改造世界的过程中所逐步形成的思想观念以及不断进化的人类本性的具体体现。

三、文化与文明的关系

文化与文明这两个概念既有联系又有区别。其联系主要体现在两个方面：第一，文化是文明的基础，文明的进步有赖于文化的发展，文化的发展又必然促进文明的进步；第二，文明是文化的一部分，二者具有相同的特征、构成、形成和运行规律。二者的区别主要体现在两个方面：第一，文化是人类与生俱来的，而文明是社会发展到高级阶段才出现的；第二，文明是社会的进步状态，它代表进步，而文化则不一定。

四、文化的特征

（一）象征性

文化的象征性是指所有具体的文化现象都只不过是一定文化类型的反映或象征。比如筷子和水饺是中国文化的象征，而刀叉和汉堡是西方

文化的象征。同样，和服是日本文化的象征，蒙古包是蒙古族文化的象征，等等。事实上，具体的事物只是反映不同的能力、技术或习惯，是某种特殊意义的文化的反映或象征，而不能直接说等同于某种文化。

（二）复合性

文化的复合性是指任何文化都不是某个文化元素的孤立存在，而是一系列具有内在联系的文化现象或文化元素的有机组合。某项体育活动，如篮球，就包括了篮球场地器材、篮球规则、篮球组织等元素，篮球运动的这些元素有机结合在一起，形成一个有机的整体。而且需要强调的是，篮球运动自身元素自成一体，并且还要同其他文化现象组合在一起，形成一个复杂的文化系统，如与社会的经济政治制度、科学技术水平等都有着不可分割的联系。

（三）多样性

文化的多样性是指不同的国家、民族、集团、组织、社区都有自身独特的文化。其实，任何不同的社会单位都有其独特的文化，而且社会单位内部也呈现出多样性。不同的文化共存，形成了丰富多彩的世界文化。

（四）共享性

文化的共享性是指文化在被某个社会单位独享的同时，可以被其他群体乃至全人类共同享用。例如，美国人现在也吃水饺；我们的饭桌上也可能出现汉堡；韩国人喜欢跆拳道，而奥运会的赛场上不同国籍的运动员也参与跆拳道的比赛；等等。

五、文化的构成

1. 根据文化所包含的内容的性质，可将文化划分为三层：外层、中间层、里层。

外层是指物的层次，指人类创造的种种物质文明，包括交通工具、服饰、日常用品等，是一种可见的显性文化。物质层泛指人类创造的物质

质本身,是人类在自然物上留下的人类意志和活动的印记,它反映的是人类认识自然和改造自然的能力与技术水平。中间层是指心物结合层,也叫制度层,包括组织、制度等,是在人类理念支配下形成的各种规范和体制。里层是文化的最深层次的东西,包括价值观念、思维方式、道德情操等,也是文化研究所最关注的内容。

根据文化所包含的内容的性质,将文化划分为三层:外层、中间层、里层,这种划分方法为当前学术界普遍采用,因此,本书关于文明成果的论述将按照这种划分方法进行。

2. 根据文化所包含的内容复杂程度和范围大小,可将文化分成三层结构:文化特质、文化丛、文化模式。

文化特质是指文化的基本特征和最小分析单位,是某一种文化区别于他种文化的最小单元,不同文化之间的差异通过众多文化特质体现出来,如筷子、水饺、跆拳道、和服等。文化丛也叫文化结丛,是指由相关的文化特质联结而成的功能单位,通常以某一特质为中心,在其功能上与别的相近的特质发生连带关系或构成一连串的活动。如韩国的跆拳道项目出现,就出现了跆拳道服装、器械、场地、技术等。文化模式是指互有关联的文化丛有机结合形成的某个民族或地区特殊的活动方式或行为的性质。特殊的文化模式是指各民族或国家具有的独特文化体系。各民族或国家之间有着不同的文化,即文化模式不同。如以农业为主的经济,众多的农村人口,浓厚的家族观念,重人伦,对祖宗及传统权威的崇拜等互相联系形成了中国传统的文化模式;工商业发达的资本主义经济,以城市生活为主导,个人主义,总统制等互相联系而形成美国的文化模式。

3. 根据文化在整个文化系统中的地位和作用,可以把文化划分为主文化、亚文化、反文化三类。

主文化是指在一个文化系统中起主导作用的文化,如中国的儒家文化、美国的移民文化等。亚文化是在文化系统中处于次要位置的文化,一般指某一地区或某一集体的文化,如美国的印第安文化、中国的少数

民族文化等。一般来讲，主文化和亚文化是可以繁荣共存的，而且在一定条件下还可以相互转化。反文化是与主流文化相对立的亚文化，它否定和排斥主文化。

六、文化特性形成的理论

众所周知，不同的国家和民族拥有不同的文化模式，如中国历史上形成的宗族意识，美国社会形成的个人主义意识。这种不同的文化特性，产生了若干代表性的理论观点。

1. 功能主义观点。

持这种观点的人认为，一种文化的产生和存在，是出于满足社会的某种需要。这种观点是西方的社会学家和人类学家在探究文化模式时使用的最广泛的一种理论解释方法。其中以英国著名的人类学家马林诺夫斯基为代表，他强调文化在社会中的作用，认为一种文化之所以会产生，是由于它发挥了特殊的社会功能。比如“旧中国时代的女人要缠小脚”这种文化现象，就是因为封建社会的女人地位低下，缠脚是为了要将女人束缚在家里，专心服侍孩子、丈夫和公婆。

2. 人种学的解释方法。

持这种观点的人认为，不同的民族或种族由于人种的不同而产生了不同特色的文化特质，如生性好斗的民族竞争意识强，生性懦弱的民族容易安分守己。这种观点其实是一种生物学的观点，强调生理素质方面的特点对思想观念、生活方式的影响。

3. 生态学的解释方法。

持这种观点的人认为，不同的环境造就了不同的文化特性，把文化的不同归因于资源和环境的特点，以及这些环境的变化。台湾学者杨仲揆在总结日本民族性格时，认为日本人所处的岛国资源匮乏、天灾不断，造就了其忧患意识强、团结、善于对利益的追逐等民族特性。

4. 意识形态的解释方法。

持这种观点的人认为，某种特定文化的形成是由于占统治地位的阶级或某一利益集团支持的结果。马克思也曾发表过类似的观点，认为一个社会的主流文化只不过是统治阶级的思想而已。比如，“文革”期间所表现出来的一些文化特性是与当时领导阶层所推行的思想路线相契合的。

5. 物质生活条件决定论的观点。

这种观点是以马克思为代表的唯物主义观点，认为物质生活条件是形成各种文化特性的决定性因素。比如中国人的求安、求稳、求平均的观念，如果离开了对中国历史上社会生活条件的理解，就很难对其作出解释。长久以来，中国人靠土地生存繁衍，靠一家一户的小农生产方式勉强维持自己的生计，如果遇到天灾人祸、兵荒马乱，就会流离失所、民不聊生，因此，人们把社会的安定、生活的稳定看得无比重要。同时，由于生产力水平低下，为了保证基本生活需求，人们不得不要求“均贫富”“不患寡而患不均”，达到安贫乐道、知足常乐。

七、文化的运行规律

1. 积累与传递。

文化的积累与传递，是指每一代人在前人所积累起来的文化成就的基础上，吸取原有文化的积极成果，同时总结新的认识和新的实践经验，创造出新的文化成果，然后再把这些成果传递给下一代。文化的积累与传递是文化在纵向上的运动形式，它是文化运行的基本形式之一，是社会不断发展的根本条件之一。当然，文化的积累与传递不但具有继承性，而且还具有选择性，任何文化都不会原封不动地进行传递。

2. 传播与渗透。

文化的传播与渗透是指文化在不同的国家和地区、不同的民族之间进行传播与渗透的过程和结果，它是文化在横向上的运动形式。文化传