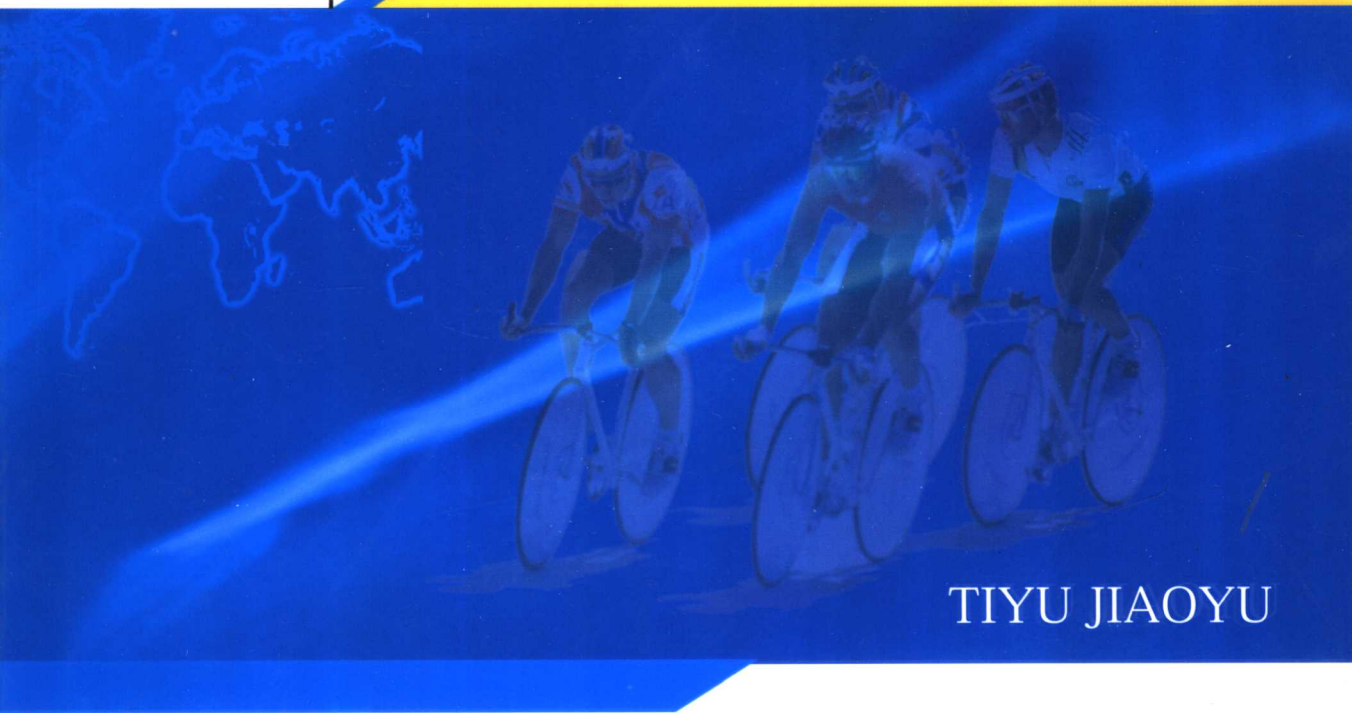


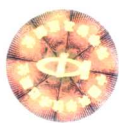
全国高等院校21世纪教学用书

体育教育

梁久学 刘凤婷 程慎玲 夏积仁◎主编



TIYU JIAOYU



中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

全国高等院校 21 世纪教学用书

体 育 教 育

梁久学 刘凤婷 程慎玲 夏积仁 主 编

中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS
· 北 京 ·
BEIJING

图书在版编目 (CIP) 数据

体育教育/梁久学, 刘凤婷, 程慎玲等主编. —北京: 中国科学技术出版社, 2006. 9
(全国高等院校 21 世纪教学用书)

ISBN 7-5046-1779-2

I. 体... II. ①梁... ②刘... ③程... III. 体育-高等学校-教材 IV. G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 108943 号

自 2006 年 4 月起本社图书封面均贴有防伪标志, 未贴防伪标志的为盗版图书。

中国科学技术出版社出版

北京市海淀区中关村南大街 16 号 邮政编码: 100081

电话: 010-62103210 传真: 010-62183872

<http://www.kjpbooks.com.cn>

科学普及出版社发行部发行

北京玥实印刷有限公司印刷

*

开本: 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张: 18.25 字数: 460 千字

2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷 定价: 25.80 元

(凡购买本社的图书, 如有缺页、倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

编 委 会

主 编 梁久学 刘凤婷 程慎玲 夏积仁
副主编 邓梅花 韩忠培 程慎修 雷铁柱 梁 帅
编 委 (以姓氏拼音为序)
陈 炜 孔祥伟 刘 鸣 林甲换 双百平任
王越峰 肖小明 郑振友

策划编辑 林 培 孙卫华
责任编辑 孙卫华
封面设计 鲁 筱 杨 军
责任校对 林 华
责任印制 安利平

前 言

国务院《关于大力推进职业教育改革和发展的决定》以及教育部《关于加强高等职业教育人才培养工作的意见》颁布实施以来，全国职业教育的发展方兴未艾。随着现代市场经济的发展和高技能实用人才竞争的日趋激烈，特别是我国高等教育精英化向大众化的转变，越来越多的有志青年报考高等职业院校，已成为我国现代化建设的主力军。

职业教育的改革已见端倪，综合国力的竞争归根结底是高技能人才的竞争，高技能人才的竞争关键在于人才培养的质量和数量。高等职业院校是培养高技能实用人才的摇篮，在牢固树立“健康第一”的指导思想下，高技能人才的身心教育和终身体育教育显得尤为重要。“体育教育”已成为职业院校素质教育的主旋律。

根据《高等职业教育人才培养工作的意见》和《全国普通高等学校体育课程指导纲要》的精神，结合职业院校人才培养的目标和任务，我们组织了部分院校的教授、副教授和第一线的体育教师编写了这部《体育教育》教材。该教材紧扣现代终身体育和心理指导以及健康教育方面的主题，融体育文化、体育保健、体育健身于一体。内容简练、重点突出、简单易学、图文并茂。愿它成为现代大学生体育健身的良师益友。

编 者

2006年8月8日

目 录

第一篇 体育概述篇

第一章 体育概述	(3)
第一节 体育的概念和组成	(3)
第二节 体育的功能	(4)
第三节 古代奥运会	(8)
第四节 现代奥林匹克运动	(10)
第二章 现代社会与体育	(18)
第一节 现代社会的主要特征	(18)
第二节 现代社会需要人的现代化	(20)
第三节 现代社会需要体育对现代人进行培养	(21)
第四节 现代体育的比赛与欣赏	(25)
第三章 高等学校体育教育	(28)
第一节 高校体育教育的目的和任务	(28)
第二节 高校体育教育的基本途径	(29)
第三节 高校体育教育对大学生的基本要求	(32)
第四节 大学生终身体育教育	(36)
第五节 终身体育的社会需要与个性发展	(39)

第二篇 健康教育篇

第一章 健康概述	(45)
第一节 现代健康观	(45)
第二节 环境与健康	(49)
第三节 行为与健康	(53)
第四节 饮食与健康	(57)
第五节 心理与健康	(61)
第六节 运动与健康	(61)
第七节 青春期与健康	(64)
第二章 体育锻炼的科学基础	(70)
第一节 大学生的心理和生理特点	(70)
第二节 体育锻炼的生理基础	(72)
第三节 体育锻炼的心理学基础	(74)
第四节 影响人体健康诸方面的因素	(76)
第五节 身体锻炼的手段	(77)
第六节 体育锻炼对人体产生的积极影响	(83)

第三章 运动与健康	(88)
第一节 运动对增强体质的作用	(88)
第二节 运动对心理健康的影响	(92)
第三节 运动对常见疾病的预防	(95)
第四章 健康评价	(100)
第一节 身体健康测试	(100)
第二节 心理健康测试	(103)
第三节 健康状况综合评价方法	(105)

第三篇 运动技能篇

第一章 田径运动	(119)
第一节 田赛	(120)
第二节 径赛	(127)
第三节 田径竞赛的组织与编排	(136)
第二章 篮球运动	(139)
第一节 篮球的基本技术	(139)
第二节 篮球的基本战术	(153)
第三章 排球运动	(158)
第一节 排球的基本技术	(158)
第二节 排球的基本战术	(168)
第四章 足球运动	(172)
第一节 足球的基本技术	(172)
第二节 足球的基本战术	(184)
第五章 乒乓球运动	(187)
第一节 乒乓球的基本技术	(187)
第二节 乒乓球的基本战术	(196)
第六章 网球运动	(198)
第一节 网球的基本技术	(198)
第二节 网球的基本战术	(203)
第七章 羽毛球运动与球类竞赛规则	(205)
第一节 羽毛球的基本技术	(205)
第二节 羽毛球的基本战术	(208)
第三节 部分球类的竞赛规则与编排方法	(209)
第八章 武术运动	(213)
第一节 武术的基本功和基本动作	(213)
第二节 初级长拳	(216)
第三节 初级剑术	(224)
第四节 简化太极拳	(235)
第九章 游泳运动	(249)
第一节 游泳的基本技术和练习方法	(249)

第二节 游泳的安全卫生常识与救护	(259)
第十章 现代体操	(261)
第一节 艺术体操	(261)
第二节 健美体操	(267)
第十一章 游戏与健身	(273)
第一节 游戏的分类	(273)
第二节 游戏的教学方法和注意事项	(273)
第十二章 拔河与健身	(277)
第一节 拔河的概述	(277)
第二节 拔河的规则与方法	(277)
第十三章 跳绳与健身	(279)
第一节 跳绳的概述	(279)
第二节 跳绳的规则	(280)
参考文献	(281)

第一篇

体育概述篇

第一章 体育概述

第一节 体育的概念和组成

一、体育的概念

所谓概念,是指对某一事物属性的一种准确判断。那什么是“体育”呢?19世纪60年代,由西方传入的“体育”(Physical Education),其意是指同维持和发展身体的各种活动有关联的一种教育过程。近几十年来,随着人类社会的不断进步和体育实践的日益丰富,当出现体育教育、竞技运动和身体锻炼三个既有区别、又互为联系的内容,并逐渐形成与教育、文化相并列的新体系之后,原指体育教育的“体育”概念已不能涵盖具有相对独立体系的“竞技运动”和“身体锻炼”。再根据我国体育发展的特点和规律,可以为“体育”下这样一个新的定义:体育是一种特殊的社会现象,它是以发展身体、增强体质、增进健康为基本特征的教育过程和社会文化活动。它应包括体育教育、竞技运动和身体锻炼三方面内容。体育既受一定的社会政治、经济的影响和制约,也为一定的社会政治、经济服务。同时必须指出,体育的概念并非一成不变的。随着社会的不断发展,人们对体育的认识还会进一步深化。

二、体育的组成

(一) 学校体育 (School Physical Education)

学校体育是学校教育的重要组成部分,是全民教育的基础;它作为教育和体育的交叉点和结合部,是国家体育事业发展的战略重点。为了达到教育、教养及发展的总目标,学校体育按不同教育阶段和年龄特征,通过体育课程、课余体育训练和课外体育活动等基本组织形式,以“增强体质、增进健康”为核心,全面实现学校体育的各项任务。由于处在学校教育这个特定环境下,体育的实施内容被列入学校总体计划,实施效果又有相应的措施予以保证,从而与其他教育环节共同构成一个完整的教育过程,促使学生德、智、体等各方面得到全面发展。

随着社会的不断发展,体育科学化、社会化、娱乐化和终身化的发展趋势已明显呈现。从此视角审视,现代学校教育不仅要注重增强体质、增进健康的实际效益,还必须着眼于学生个体生存、发展和享受的需要,即重视包括生理、心理及社会等因素在内的综合效益,力求满足个人的体育兴趣和爱好,启发主动参与体育的意识,讲究体育锻炼的科学性,不断提高对体育活动的欣赏水平和参与水平,以适应21世纪开拓型人才对精神、体质、文化生活日益增长的需要,并为国家输送和培养竞技体育人才作贡献。

(二) 竞技体育 (Competitory Sports)

竞技体育亦称竞技运动,它是在体育实践中派生出来的。竞技运动“Sport”原出于拉

丁语“Cisport”，含义原指“离开工作”进行的游戏和娱乐活动。但随着竞争因素的增加，它已成为在全面发展身体素质的基础上，最大限度挖掘体力、智力与运动才能，以夺取优异运动成绩为目标而进行的科学训练和各种竞赛活动。竞技体育在现代奥林匹克运动的推动下，已有 50 多种国际比赛项目，并设有相应的国际体育组织和单项运动协会。为了发扬奥林匹克精神，在追求“更高、更快、更强”目标的同时，又提倡“公平竞赛”和“参与比取胜更重要”等原则。21 世纪 70 年代以来，竞技体育被认为是在高水平竞争中，以夺取优胜为目标，对健康人进行旷日持久的生物学和心理学改造，进而实现最大限度开发人的竞技运动能力的教育过程。由于在组合“对抗”的同时，非常强调“法”的完整和准确，即认为竞技规则在保证运动顺利进行的同时，也在引导运动不断趋向科学化。因此，为应付激烈的赛场竞争，正广泛采用先进的科学训练方法和手段，以探索人类竞技运动的极限。同时，由于竞技体育的表演技艺高超、竞技性强，且极易吸引广大观众，因此，它作为一种极富感染又容易传播的精神力量，在活跃社会文化生活、振奋民族精神、促进各国人民之间的友谊和团结等方面都有着特殊的作用。

但必须警惕，竞技体育在发展中也遇到不少困惑，其中最重要的问题是：竞技运动日益成为商业的附属品；竞技体育经常受到国际政治的干扰；业余、共同原则不断受到职业化的冲击；运动员滥用兴奋剂；靠金钱、绑架等来操纵和控制比赛输赢等等。而这些有悖于奥林匹克精神和公平竞赛原则的现象和行为，无疑使竞技体育的正常发展受到严峻的考验。

（三）社会体育（Popular Sport）

社会体育亦称大众体育，健身、娱乐、休闲体育、余暇体育、养生体育和医疗体育等均可列入社会体育的范畴。由于它吸引的对象主要是一般民众，其中包括男女老幼及伤病残者，活动领域遍及整个社会乃至家庭，所以堪称是活动内容最广、表现形式多样、适应性较强、参加人数最多的一项群众性体育活动。它作为学校体育的延伸，可使人们的体育生涯得以继续维持并受益终身。

社会体育开展的广泛性和社会化程度，取决于一个国家经济的繁荣、生活水平的提高、余暇时间的增多及社会环境安定等因素。从世界发展趋势看，社会体育作为现代体育发展的重要标志，无论普及程度或开展规模，都不亚于竞技体育，已大有跃居成为第二种国际体育力量的势头。

我国的社会体育正在蓬勃兴起，特别是自《全民健身计划纲要》实施以来，全民体育意识大大增强。除廉价型的“公园体育”仍旧热度不减外，不少人已逐渐改变了体育观念，注重健康投资，开始把健身器械引入家庭，并涉足台球、网球、保龄球、高尔夫球等消费水平较高的休闲、娱乐体育。各种体育俱乐部、体育游乐园、健身娱乐中心也都竞相开办，由此吸引了大批体育爱好者，表明我国社会体育已进入一个新的历史发展阶段。

第二节 体育的功能

一、体育的健身功能

“强身健体”是体育的本质功能。体育以身体运动为基本表现形式，通过科学组合的身体锻炼给予各器官、系统以一定量和强度的刺激，促使身体在形态结构、生理机能等方面发

生一系列适应性反应和趋优变化,从而增强体质、增进健康。

(一) 体育对增强体质的作用

在现实生活中,带有不健康因素的人总是属于大多数。据医学统计,世界上约有 50% ~ 70% 的人都有异常表现,如果再进行更精细的检查,这种异常率就会更高。但为何这些不健康因素往往不被人所察觉呢?其实这正是体质对健康的弥补作用。

体质作为健康的物质基础,既然意义如此重要,那么体育对增强体质的作用又如何呢?实践证明,科学的体育锻炼在改造人体器官、系统方面所起的作用,不仅有利于骨骼、肌肉的生长,促使身体形态与内脏器官正常发育,而且还能提高人体对外界的适应能力,改善血液循环、呼吸、消化等系统的机能状况,使人的“防卫体力”得到提高。研究表明,当“防卫体力”和“行动体力”得到同步发展时,人体就能充分发挥潜在的运动功能,改善对环境的适应能力,最终达到增强体质的目的。

(二) 体育对增进健康的作用

“身体健康”是指正常的生长发育、良好的生理机能、平衡的心理状况、充沛的精力及承担负荷后的适宜反应。那么怎样才能促进和保持身体健康呢?早在公元前 300 年,古希腊伟大思想家亚里士多德“生命在于运动”的名言,就深刻寓意了运动对身体健康所起的重要作用。后来医学关于“适者生存”、生理学关于“用进废退”的原理又证明:人的健康状况和工作效率,不仅取决于全身各器官、系统的功能和相互的协调,还有赖于使身体获得对自然和社会环境的适应能力。而这种能力的获得,除受制于不同的生活环境外,还在相当程度上与体育锻炼休戚相关。实践证明,科学地从事体育锻炼,由于中枢神经和内分泌系统产生的良好刺激,对促进人体新陈代谢,改善血液循环和呼吸功能,延缓有机体适应能力的降低,推迟生物各组织器官结构、功能发生退化性变化都有明显的效果。因此,为了促进青年人的生长发育,为了使中年人保持旺盛的精力和老年人延年益寿,凡是经济发达国家,都大力提倡“为生命而跑”、“为健康散步”……

早在 20 世纪 70 年代就有人提出“生理—心理—社会”的医学新模式,强调在健康诊断中,应包括和考虑由社会环境引起的心理活动因素,并把良好的心理调节能力和讲究精神卫生作为判断精神健康的基础。诚然,影响这种“基础”的因素很多,但体育锻炼所起的作用是至关重要的。因为通过各种体育锻炼,可以增强人的意志品质,催人奋发进取,培养集体观念,加强组织纪律性,协调人际关系,从而促进提高心理调节能力,有利于排除各种不健康的心理因素,使人体在与环境的和谐统一中变得欢乐、轻快和活泼,最终达到精神健康的目的。

二、体育的教育功能

教育功能是体育最基本的社会功能,就其作用的广泛性而言,它对人类社会产生的影响,是体育的其他社会功能无法比拟的。所以,人们都高度重视体育在教育中的作用。

(一) 体育在学校中的教育作用

马克思主义关于教育的经典论述,从来都把体育视为学校教育不可缺少的组成部分,并始终重视它在这个特定领域里对培养全面发展的人才所起的重要作用。因此,利用身心共同参与其过程的有利条件,培养学生将来担任社会角色所必备的修养,以适应未来社会生活和工作的需要,是体育在学校发挥教育作用的主要使命。为达此目的,学校通过完整的体育教育过程对受教育者进行政治思想、意志品质、道德情操和发展身体的教育,使他们获得基本

的体育理论知识,掌握必要的运动技能,学会科学锻炼身体的方法,提高运动实践能力并养成锻炼身体的习惯。

(二) 体育在社会中的教育作用

就社会教育意义而言,由于体育所独具的活动性、技艺性、竞争性、群体性、国际性和礼仪性等特点,它作为一种传播体育价值观的理想载体,在激发爱国热情、振奋民族精神及培养社会公德、教育人们要与社会保持一致性等方面,却具有极大的社会教育功效。大家都有这样的体会,当置身于社会群体之中,因为竞赛的礼仪形式、激烈的竞争气氛、高超的表演技巧和比赛的胜负结果等因素,在同伴与同伴之间、同伴与对手之间、观众与运动员之间产生极其复杂的感情交流,并激起人们的荣誉感、责任心、集体观念、民主意识和奋发向上的进取精神。这种通过体育实践诱发的社会教育因素,使体育的社会影响变得更加深刻,并产生不可低估的社会教育作用。比如,当我国女子排球队员在世界大赛中连续五次夺冠时,全国人民无不为她们的胜利欢欣鼓舞,国家号召“以女排精神搞四化”,不少人因此决心在坎坷与逆境中奋起。又如,在我国举办第十一届亚运会和申办2008年奥运会期间,举国上下都以高昂的热情投身于其中,人们那种为祖国荣誉作贡献的精神,不但表现了中华民族的自尊、自强和自信,而且在全国范围内树立了讲科学、求实效、快节奏、高效率等现代社会意识。再如,在第二十八届奥运会上,我国运动员经过顽强拼搏,获得32枚金牌、17枚银牌、14枚铜牌,奖牌总数居世界第二位,这使全国人民,乃至海外炎黄子孙无不为之感到自豪,由此产生的凝聚力,无疑为推进我国社会主义现代化建设的宏伟事业增添了信心和力量。

三、体育的娱乐功能

“娱乐身心”是被挖掘和利用较早的体育社会功能。在体育粗具雏形的原始社会,原始人在狩猎之余用以宣泄情感而进行的嬉戏活动,虽缺乏明确的目标和稳定的运动方式,却已通过这种潜意识行为,反映出原始人对精神生活的需求。据《帝王世纪》记载:“击壤而歌”就是原始人在休息时伴之唱歌的一种游戏活动;《太平清话》还记载了始于黄帝时代,用于调节军士枯燥生活的蹴鞠活动。体育形成初期,亦即古代开展民族、民间体育阶段,许多供娱乐消遣的身体活动项目,常在节日庆典、宗教仪式和表演技艺中出现,对调节和丰富人民生活起着重要作用。在同时代的欧洲,自进入文艺复兴时期,人文主义者和新兴资产者以“提高和改善人类的生活”为宗旨,大力提倡消遣娱乐活动,并利用各种体育手段开展社交。

现代社会解放了劳动生产力,随着物质产品不断丰富,余暇增多,人们为享受生活和善度余暇,使体育的娱乐功能有了更广泛的发挥。比如,现代都市生活使人与大自然几乎隔绝,但参加户外体育活动,可以调节生活,使人享受返回大自然境界的乐趣;随着工作紧张和生活节奏加快,体育锻炼有利于密切人际交往和享受集体聚会的乐趣;通过参与体育竞赛活动或从事一些惊险性体育项目,可以在体力向自然的挑战中,体验创造人生价值的乐趣;经常欣赏体育比赛和表演,可以从运动员的高超技艺中得到美的艺术享受。目前,我国为了丰富人民的业余文化生活,移风易俗,建立良好的社会风气,通过实施《全国健身计划纲要》来寻求适合我国国情的最健康、理想的体育娱乐方式,以便让大家在和谐的氛围中获得精神快感,使工作和劳动中造成的精神紧张、脑力疲劳和紊乱的情绪得到调解,最终达到“净化”情感和充分享受生活乐趣的目的。

四、体育的军事功能

体育军事功能的存在,主要是出于战争和训练士兵的需要。从史前时代部落间为争夺土地、牧场和血亲复仇引起的暴力冲突,到原始社会末期以掠夺财产为目的的奴隶战争,由于不断推动着武器的演进,不仅为以后的健身活动提供了广泛的运动器材,也促进人们积极从事军事操练和与之有关的身體训练。进入封建社会之后,统治者为争夺领地引起的频繁战争,使体育和军事的结合变得愈加紧密。据历史记载,古代东方统治阶级出于对外扩张和对内镇压的需要,无不重视非战争状态时的军事训练。公元5世纪,摆脱粗野原始状态的欧洲开始进入封建制的“中世纪”,基督教虽专横地阻碍体育的发展,但通过十字军东征巩固的“骑士制度”,为培养“骑士精神”所开展的多种游戏和竞技,却集中体现了实战中的攻防技术,含有强烈的军事色彩。

随着资本主义的发展,西方体育经过“文艺复兴”时期和宗教改革运动后,开始竭力主张把跑、跳、投掷、摔跤等活动引入学校,要求学生掌握未来军事生活所必需的一些基本技能。在这期间,特别是欧洲教育改革后的传统体操,更以它极具实用价值的体育形式风靡欧洲。这种身体活动对培养动作技能、使行动一致,以及掌握当时流行的线性作战方法极为有利,因此在美国南北战争及普法战争中,都一度发挥过重要的作用。

现代社会,随着尖端武器的发展和部队机动性的提高,以及新的战略战术的运用,更需要士兵在短时间内掌握复杂的军事技能,并最大限度动员人的精神和身体能力。因此,在全面进行体育训练的同时,掌握部分体现军事实效的体育项目,如游泳、爬山、攀岩、滑雪、划船、摔跤、格斗、骑马、拳击及队列操练等,已成为军事训练所必需的内容,专门为军事服务的军事体育就应运而生了。

五、体育的经济功能

体育的经济功能是近期被认识 and 开发的社会功能,由体育与经济的相互促进作用所决定。经济学家认为,劳动生产力的提高是社会经济发展的重要标志,在对生产力进行价值评价时,人的素质往往是最主要的衡量标准。在人的诸多素质中,身体素质又显得尤为重要,这就使得世界各国都格外重视体育发展劳动者体力的作用,以期减少疾病发生率,达到促进社会生产力发展的目的。这表明,体育的经济功能最初是由体育本身的发展,并间接通过提高国民身体素质,再转化为劳动生产力来实现的。

体育发展对国民经济的促进作用,还明显表现在高度发达的商品经济社会。实践证明,伴随体育社会化、娱乐化和终身化程度的不断提高,为满足体育人口不断扩大的需要,各种运动器材、体育场地设施、体育用品的批量生产、建设和供应,乃至体育健身、体育娱乐和体育旅游业都在迅速发展,已有可能在国民经济中逐渐形成一个庞大的体育产业体系。

竞技体育和商品经济的联系更为密切。比如,一场精彩的体育比赛可以吸引成千上万的观众,并可直接获取门票收入。一些大型运动会,除可带动旅游、商业、交通、电信和新闻出版等行业外,还可通过出售电视转播权,发行彩票、邮票、纪念币,收纳广告费,印刷宣传品等途径得到相当可观的经济效益。近几年来,随着商品经济浪潮的猛烈冲击,即使奥林匹克运动会亦难免卷入其中,使之表现出鲜明的商业化倾向。比如,在奥运会期间,世界各国财团都在利用其影响,进行巨额投资,从事商业性活动。有关这方面的成功尝试,当首推1984年在美国洛杉矶举行的第二十三届奥运会。这届首次由民间主办的奥运会,在金

融界人士彼得·尤罗斯的领导下,一改以往奥运会亏损的局面,不仅节省了原定的5亿美元的耗资,反而从中获得2.5亿美元的盈利。为此,国际奥委会特授予他金质奖章。尽管不少人基于奥林匹克原则,对此举颇有贬词,但正如国际奥委会主席萨马兰奇所说:“我们并不想阻止商业化,因为我们认为商业化对体育界具有非常重要的作用。我们所要避免的是将商业化利益置于体育之上。”但1996年亚特兰大奥运会由于过于商业化倾向而导致组织工作混乱,终于受到世界各国和奥委会主席萨马兰奇的批评。即使如此,由于竞技体育的商业化道路早已被开启,通过体育直接盈利的契机仍被人们所利用。

六、体育的政治功能

在国际舆论中,经常宣传体育超脱政治的观点,但体育和政治的相互联系却始终客观存在。因为任何国家在带有方向性的问题上,都要求体育服从政治的需要,同时也充分利用体育对政治施加影响。最早显示体育影响政治的历史事件可追溯到古希腊城邦交战的最盛时期。当时,古希腊人利用恢复奥林匹克竞技会的机会,通过伊利斯城国王依菲斯特的政治周旋,终于确定了奥林匹克“神圣休战”公约,由此开创了体育为和平政治服务的先河。但在以后的长期实践中,由于受强权政治的影响,体育与政治的纠葛却朝着事与愿违的方向发展。比如,第十四届奥运会期间,美国政府以取火种为名,竟派出舰队向驻守在伯罗奔尼撒半岛上的希腊人民军进行炮击,进而占领奥林匹亚。这种不光彩的被称为“炮火轰燃式”的点火,成为利用体育公然侵犯别国领土的丑闻。1936年,由于国际奥委会错误决定第十一届奥运会在德国柏林举行,希特勒为了炫耀武力,不惜耗费巨资兴建了被称之为“冠绝一时”的运动场地;为了标榜日耳曼人种的所谓“优秀”,竟蛮横地拒绝为夺得4枚金牌的著名黑人运动员杰西·欧文斯颁奖。这使得整个奥运会被笼罩在军阀主义和纳粹法西斯主义的不祥气氛中,结果为法西斯分子提供了一次难得的反动政治宣传的机会。

体育在维护国家主权和民族尊严方面所显示的政治立场比较鲜明。1956年我国为抗议制造两个中国的政治阴谋,断然宣布不参加第十六届奥运会;为抗议种族歧视,非洲国家体育组织集体抵制1976年的蒙特利尔奥运会。至于为提高国际地位和达到某种政治目的,利用体育为本国外交政策服务的也不乏其例。中国的“乒乓外交”,用合理的方式促使中美关系正常化,为世界各国所称道;埃及和部分阿拉伯国家为苏伊士运河争端寻求外交同情,曾拒绝在第十六届奥运会上与美国、法国及以色列运动员比赛。但是,体育的政治功能并不等于用政治代替体育。

第三节 古代奥运会

古希腊位于巴尔干半岛南端的欧、亚、非三洲交界处,是古代奥林匹克运动的发源地。古奥运会每4年一届,从公元前776年有文字记录的第一届奥运会到公元393年,共举办了293届,历时1169年。古奥运会是人类体育文化宝库中的一颗明珠,对社会的发展、人类的进步和世界和平起着巨大的促进作用。

一、古奥运的产生和发展

古希腊地理位置优越,气候温和舒适,酿就了希腊人喜欢户外体育活动的习惯和情趣,

养成了希腊人思变好动、敢于竞争的性格。竞技是希腊人生活的重要内容。据《荷马史诗》记载,古希腊人在宗教祭祀和其他一些社会活动中就常有各种竞技活动,如角斗、掷石饼、赛跑、跳跃、拳击、赛车和舞蹈等。荷马时期,这种自发的竞技运动逐渐形成习俗传统,为后来奥运会的产生奠定了基础。

公元前8~9世纪奴隶社会时期,城邦间纷争不断,动辄兵戎相见,频繁的战争对希腊人的生活有很大的影响。战争要求希腊人具有强悍的体格和敏捷的行动,为了适应战争,人们要寻求发展体能的有效途径,还要寻找一种显示体能的方式,于是摔跤及各种竞技运动风行一时。在古奥运初期的比赛项目也反映了战争与古奥运发展的关系,如摔跤、混斗、拳击、四马战车赛、马车赛、角力、赛马、武装赛跑等综合运动会,这些比赛项目,多与军事技能有关。虽然古奥运比赛项目有明显的军事烙印,但对古奥运产生较大影响的是希腊的宗教活动。

希腊人相信在奥林匹斯山居住着12个巨神,宙斯是巨神之首,主宰人间天地,其他神也具有超人的本领,人们只有同他们建立和善关系,才有利于生存。于是人们就用祭神的方式,顶礼膜拜,祈求宙斯及诸神的保佑。希腊人还认为,神和人同形同性,同样有喜怒哀乐,因此取悦人的一切美好的东西也同样能取悦神灵。

在这个崇拜英雄和力量的尚武民族的审美观念中,超人的力量、协调的动作、惊人的速度、完善的技艺、发达的肌肉都是人类最美好的东西,也是诸神喜欢的。因此,在祭坛前向神灵献艺,以竞技形式表达对神灵的崇拜。这种宗教色彩的竞技活动逐渐形成了许多竞技比赛。

此外,古奥运除了宗教影响外,古希腊的教育制度对古代奥运会也产生了影响,从少年受教育到服兵役,在对青年教育的原则中,始终贯穿着竞技与运动、神性与人性的精神。古希腊全盛时期,体育锻炼一直是城邦生活的重要内容。

古奥运是在民族时期产生的竞技运动传统基础上,经战争驱动和宗教、教育等作用逐步形成和发展起来的。

二、古奥运的历史价值

古奥运会4年一次,时间为每逢夏至后第二次、第三次月圆时,大约在8~9月份,会址是在奥林匹克。

古奥运仪式十分隆重,以祭祀竞技为主,内容形式丰富多彩。盛会期间,每天都有宗教活动,然后,隆重的盛典便在燃烧的“圣火”中正式开幕。运动员及他们的父兄要在神像前宣誓。

奥运会从清晨开始,一直进行到深夜,风雨无阻。竞赛期间,还伴有各种政治、经济和文化活动。竞技场外又是另一番景象,哲学家一起讨论自然与社会问题,诗人和艺术家展示作品,商人推销商品,城邦使节缔结条约等,使古奥运成为一个综合性的文化节日,其参加人之多,涉及面之广及其盛况可想而知。

古奥运的竞赛有严格的章程,对组织者、运动员、裁判员以及竞赛办法都有严格的规定。

古奥运优胜者被视为英雄,享有极高的荣誉。比赛结束时,在宙斯神坛前为各项目优胜者举行隆重而庄严的发奖仪式,向他们授予橄榄枝的桂冠(传说橄榄枝是智慧女神雅典娜奉献给人类的,因为它全身是宝,意喻生活和生命,至今奥运会奖牌上都有橄榄枝的图案)。