

残疾人体育

郭卫 贾勇 谭涌 主编



北京体育大学出版社

残疾人体育

郭卫 贾勇 谭涌 主编

北京体育大学出版社

策划编辑 秦德斌
责任编辑 秦德斌
审稿编辑 鲁 牧
责任校对 黄 强
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

残疾人体育/郭卫主编. - 北京:北京体育大学出版社,
2007.1

ISBN 978-7-81100-698-8

I. 残… II. 郭… III. 残疾人体育-基本知识
IV. G811.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 150310 号

残疾人体育

郭 卫 主编

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区中关村北大街
邮 编 100084
发 行 新华书店总店北京发行所经销
印 刷 北京雅艺彩印有限公司
开 本 850 × 1168 毫米 1/32
印 张 10

2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷 印数 3300 册

定 价 25.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)



目 录

第一章 残疾人体育概论	(1)
第一节 残疾人体育的起源与发展	(2)
第二节 残疾人体育的功能与意义	(15)
第二章 残疾人体育的组织与管理	(28)
第一节 残疾人体育的管理组织	(28)
第二节 我国残疾人体育的相关政策法规	(32)
第三节 残疾人体育的管理	(36)
第四节 残疾人体育的管理方法	(38)
第三章 残疾人体育教育	(49)
第一节 残疾人体育教育的发展	(49)
第二节 残疾人体育教育的目的与任务	(54)
第三节 残疾人体育教育的师资培养	(57)
第四节 残疾人体育教育的教学原则	(62)
第五节 盲人学校体育教育	(65)
第六节 聋人学校体育教育	(70)
第七节 弱智人学校体育教育	(74)
第八节 截肢人学校体育教育	(83)
第四章 残疾人体育康复	(93)
第一节 残疾人体育康复概述	(93)
第二节 残疾人体育康复流程	(97)
第三节 听力语言残疾的体育康复	(102)

第四节	低视力者的体育康复	(106)
第五节	肢体及其他残疾的体育康复	(108)
第六节	智力残疾的体育康复训练	(134)
第五章	残疾人运动员的医学分级	(136)
第一节	残疾人运动员医学分级的科学基础	(136)
第二节	残疾人运动员医学分级的标准	(138)
第三节	田径项目的医学分级	(153)
第四节	轮椅篮球项目的医学分级	(163)
第五节	5人制(盲人)足球项目的医学分级	(171)
第六节	7人制(脑瘫)足球项目的医学分级	(172)
第七节	坐式排球项目的医学分级	(174)
第八节	乒乓球项目的医学分级	(179)
第九节	羽毛球项目的医学分级	(182)
第十节	轮椅网球项目的医学分级	(183)
第六章	残疾人竞赛裁判工作指南	(187)
第一节	残疾人体育主要赛事简介	(187)
第二节	残疾类型及其竞赛项目	(191)
第三节	田径裁判工作指南	(193)
第四节	盲人门球裁判工作指南	(207)
第五节	坐式排球裁判工作指南	(216)
第六节	轮椅篮球裁判工作指南	(223)
第七节	5人制(盲人)足球裁判工作指南	(227)
第八节	乒乓球裁判工作指南	(230)
第九节	轮椅网球裁判工作指南	(236)
第十节	游泳裁判工作指南	(241)
第七章	残疾人体育常见运动损伤与急救	(245)
第一节	常见运动损伤的种类	(245)
第二节	损伤的原因、征象、处理措施及预防	(245)

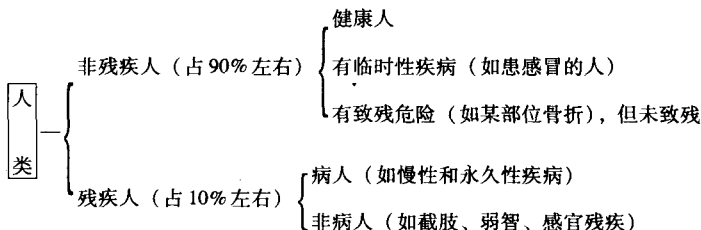


第三节	残疾人运动损伤的原因与预防	(262)
第四节	运动损伤的急救	(265)
第五节	运动损伤的一般处理方法	(281)
第八章	残疾人体育科研	(297)
第一节	残疾人体育科研的概述	(297)
第二节	残疾人体育科研的方法	(298)
第三节	残疾人体育科研的步骤	(302)
第四节	怎样撰写科研论文	(306)



第一章 残疾人体育概论

人类作为一个整体，可分非残疾人和残疾人两部分。



残疾人是指在心理、生理、人体结构上，某种组织、功能丧失或者不正常，全部或者部分丧失以正常方式从事某种活动能力的人。

目前世界上生活着5亿残疾人，在我国有6200万残疾人。由于遗传、事故、疾病等难以避免的原因，我国残疾人口以每年70~80万的速度增长，就是说，每天都要增加2000多名残疾人，每40秒钟左右就增加1名残疾人。

残疾人大致可以分为以下4种类型：

身体残疾：含内脏器官残疾（如心、肺等）、骨骼肌肉残疾（如截肢、先天性畸形等）、神经系统残疾（如中枢神经系统残疾等）。

感官残疾：含视觉残疾（盲）、听觉残疾（聋、重听）和语言障碍等。

精神残疾：含弱智、精神性疾病、品行和人格障碍（如成

瘾、反社会行为、裸露癖、行为障碍等)。

复合性残疾：一人同时有两种以上的残疾。

第一节 残疾人体育的起源与发展

一、残疾人体育释义

“disabled”、“disability”这样的词在不同的文献中意思是有差别的。不同的字典定义无能力为“无能力的状态”或“无能力”（牛津字典，1993 年出版，第 243 页）。并且，它们表达“使无能力”为“使失去力量”或“使失去能力”（新 Roget 和 Webster 字典，第 52 页），或为“使失去部分能力，使无效率”（Penguin 字典，第 198 页）。

从世界卫生组织推荐（WHO，1980）的关于损害、无能力和障碍的国际分类来看，残疾的分类标出了疾病的后果，并且就上述三种残疾做了区别。从这个意义上讲，无能力是指身体上或精神上受到限制的健康状态，它的程度介于损害与障碍之间，它是损害的后果但并不非常严重，而是明显地对社会造成不便，即障碍对社会造成的不便。这里的无能力，即我们所说的残疾。

残疾人体育，实质上包括任何一种身体或精神上残疾的残疾人的体育活动。残疾人体育概念的界定，不以残疾人参加体育活动的目的来确定。他们参加体育活动的目的可以是预防、康复，也可以是娱乐、比赛。这样，当我们为这些有特殊需要的人制订体育计划时会更加符合实际。当研究残疾人的体育政策时，也应以此概念为准。



二、残疾人体育的起源

残疾人体育运动是一种特殊的体育运动，它的起源可以追溯到第二次世界大战期间。因战争而致残的人们，需要通过适当的体育活动，获得康复，重新参与社会生活。于是，残疾人体育运动逐步受到重视。后来，英国著名康复医学家洛特维西·古特曼博士提出了不用手术而以运动方式医治脊髓损伤的方案，并倡议组织下肢瘫痪的残疾人举行轮椅运动会，轮椅运动会便逐步发展成为残疾人的国际体育比赛。此后，相继出现了国际轮椅运动会、世界伤残人奥运会、国际特殊奥运会、远东及南太平洋地区残疾人运动会等国际赛事，残疾人体育运动迅速发展起来。到目前，国际奥林匹克体育运动已形成两大系列，一个健全人的，一个残疾人的；而且形成惯例：凡申办健全人奥运会的城市，要同时申办残疾人奥运会。

残疾人体育运动从兴起始就具有特殊意义。它超越缺陷，通过意志和技能、体能的较量，向生命的潜能挑战，展示人的创造力和价值；同时促进康复，陶冶情操，增强生活信心和勇气，推动平等参与。已故著名康复医学家、体育家中村裕先生说过：“残疾人体育运动，不仅仅是为了比赛，它的主要目的是通过体育运动，把残疾人从病房和家庭解放出来，走向社会，享受与健全人同等的待遇。”不论在世界还是我国，残疾人体育竞赛都以其不畏艰难、百折不挠、乐观进取、顽强拼搏的精神和对人生的深刻理解及人道主义的深邃内涵为世人瞩目。它不仅有激烈的竞争性，而且有很强的感染力，给观众以体育之外的深刻启迪。

三、残疾人运动发展的五个阶段

根据残疾人运动的活动发展情况和残疾人的立法情况，世界

残疾人运动发展可分为五个阶段。

（一）萌芽时期（1780 ~ 1887）

扶残助残思想，在人类发展史上源远流长，济贫助残行为古已有之。但在社会化大生产之前，扶残助残思想只是个别贤达的主张，行动也只是民间少数人的善举，并没有形成社会的观点和行动，没有形成国家的行动，便不能称之为残疾人运动或残疾人事业。

残疾人运动的萌芽，是在欧洲文艺复兴之后，社会化大生产产生的初期，在人道主义思想的影响下，在社会化大生产的背景下，伴随着西方国家社会保障制度的产生而萌生的。这一时期，西方国家出现了包括残疾人在内的社会保障制度，及为残疾人服务的组织。如 19 世纪 80 年代的德国，俾斯麦任首相时，于 1884 年实行了工伤保险。1780 年瑞典人士奥比建立了全球第一家为残疾人服务的机构。1820 年德国建立了第一个同时为残疾人提供服务和教育的残疾人之家。1874 年，我国北京建立了第一所盲校“启瞽明院”；1887 年在山东建立了第一所聋哑学校“启喑学校”。

（二）初创时期（1887 ~ 1948）

19 世纪末到 20 世纪中叶，伴随着工业化进程的加快，生产日益社会化，家庭结构和功能的变化，使工业社会风险加大，失业、事故、疾病、伤残等问题逐渐突出。这时，一方面工人运动蓬勃发展，工人为争取生活保障而斗争；另一方面资产阶级为了缓解社会矛盾和刺激经济发展；同时人权主义、福利国家思想倡导者为改善包括残疾人在内的弱势群体的生活状况做了许多促进工作，促使欧美一些国家的政府重视包括残疾人在内的福利保障政策。这期间，一是建立包含残疾人的社会保障制度的国家增



多。如 1898 年法国实行了工伤保险，瑞典于 1901 年实行了工伤保险，英国于 1911 年实行了失业和疾病保险，美国 1935 年实行了社会保障法，对老年人、残疾人和失业者进行保障；二是一些国家和国际社会出现了为残疾人服务的全国性、国际性组织。如，1915 年海伦凯勒国际开展防盲服务，被公认为世界为残疾人提供服务的先驱者组织——美国复活节邮章社于 1919 年在美国俄亥俄州诞生，该组织在全美拥有数以千计的专业工作者和 80 万志愿服务者，为残疾人服务。1922 年，第一个国际性的为残疾人服务的组织“国际康复会”成立。国际聋人联合会也于 1924 年成立；三是各国为残疾人服务的公立、私立单位也逐渐增多。我国也星星点点办起了一些盲、聋学校和慈善机构。这一时期，对残疾人问题的关注从工伤保险逐步拓展到康复、保健、福利、教育等方面，虽然仍没有跳出“生活保障”的圈子，但内容比先前丰富多了。

（三）发展时期（1948～1968）

二战后，出现了“冷战”时期的国际局势相对稳定，生产迅速发展，经济增长，“蛋糕”多了，“资本家赢得了火腿，不得不给工人香肠”。社会福利成为西方各国各个政党竞选的必争之地。同时，国际人权事业的发展，残疾人特别是战后伤残人员强烈要求回归主流社会，在客观上推动了残疾人运动向更高层次发展。残疾人运动跳出了“保障生存”的圈子，开展了为残疾人争取人权和回归社会主流的斗争。社会初步改变了对残疾人的看法，“残疾人不仅是救济对象，同时也蕴藏着巨大的活力，可以为社会做贡献”的观念逐步确立。

在这期间，1949 年新中国诞生，1954 年新中国第一部宪法诞生，其中规定“劳动者在年老、疾病或丧失劳动能力的时候，有获得物质帮助的权利”。并在 50 年代设立了盲人福利会和聋

人福利会，国家还制定了一系列保障残疾人生活福利的政策。期间，建立了数以千计的福利工厂、特教学校和福利事业单位，奠定了新中国残疾人运动事业的基础。

（四）立法时期（1968～1981）

进入20世纪中叶，随着人权运动在世界范围迅速发展，残疾人反对歧视、争取平等权利的运动空前活跃，残疾人作为人类社会一部分的观点逐步确立。国际社会相继从立法上确立残疾人的地位和维护残疾人的根本利益，其标志是：残疾人立法作为专门的法律主体独立产生。国际残疾人运动有了新的突破发展，如1969年联大通过了《禁止一切无视残疾人的社会条件的决议》、1971年联大通过了《弱智人权利宣言》、1975年联大经社理事会通过了《残疾人权利宣言》，明确了残疾人的定义、规定了残疾人应享有的权利，促进各国在制定实施经济社会发展计划时，应考虑残疾人的需要。一些国家也颁布了保障残疾人的专门法律。

（五）成熟时期（1981年之后）

伴随着“和平与发展”的世界主流，生产力极大解放，经济进一步发展，现代化进程加快，各国相互进行着多边联系和交往。在残疾人世界，残疾人组织更加壮大，各国残疾人的交往和合作日渐增多，在联合国的作用下，国际残疾人运动进入到了一个崭新的时期和快速发展时期，形成了世界残疾人的工作体系和残疾人工作的共同行动。联合国确定1981年为“国际残疾人年”，1982年12月3日联合国通过了《关于残疾人的世界行动纲领》，宣布1983～1992年为“联合国残疾人十年”，12月3日为“世界残疾人日”，确立了“充分参与、同等机会、平等分享”社会生活的崇高目标。行动纲领的实施，是国际残疾人工



作空前发展的一个重要里程碑。1983年第69届国际劳工大会通过了具有约束力的《残疾人职业康复和就业公约》。1993年12月,联大经联会通过了《残疾人机会均等标准规则》,其宗旨是确保残疾人作为公民,能够行使与其他人同样的权利和义务,并要求各国承担坚定的道义和政治责任,在残疾人机会均等方面采取行动。在组织上,联合国确定一名副秘书长和经社理事会下的社会发展委员会主管残疾人事务,设立了残疾人事务报告员,并在秘书处设立残疾人股。这一时期,残疾人运动的观念更新、目标明确、法律逐步完善,各国政府对残疾人工作力度加大,国际和国内残疾人运动组织机构和其他组织活动也相当活跃、规范。

这一时期也是我国残疾人事业发展的最好时期。在我国,进入改革开放和建设有中国特色社会主义的新时期,党和国家重视发展残疾人事业,1982年修改后的宪法增加了“国家和社会帮助安排盲、聋、哑和其他有残疾的公民的劳动生活和教育”的条款,1984年成立了“中国残疾人福利基金会”,1986年成立了“联合国残疾人十年中国组委会”,1988年成立了“中国残疾人联合会”,同年国务院下发了《中国残疾人事业五年工作纲要》,1989年国务院批准了《关于发展特殊教育的若干意见》,1990年制定了《残疾人保障法》,随后,国家相继制定了残疾人事业“八五”、“九五”、“十五”计划和有关残疾人康复、教育、就业、扶贫、生活保障、无障碍设施等政策法规,解决了数千万残疾人的康复、就业、教育、生活困难问题。国际交流也空前活跃。特别是以江泽民同志为代表的党的第三代领导集体提出了崭新的残疾人观和指导方针,极大地促进了我国残疾人事业的发展,也为推动世界残疾人运动做出了积极贡献,受到国际社会赞扬,被联合国和有关国际组织授予“联合国残疾人十年特别奖”,邓朴方还获得了“联合国人权奖”,中国残联取得了联合国特别咨商地位。

四、当今残疾人体育的特点

当今世界，残疾人运动空前活跃，呈现出以下特点。

（一）认识统一

当今世界，虽然各国社会制度不尽相同、经济发展水平有所差异，但在对残疾人的认识方面却基本一致，普遍认为残疾人是人类社会资源的一部分；残疾人的人格尊严应得到尊重；残疾人的权利应受到保护、潜力应得到开发利用；保护残疾人的权利，是政府、社会的共同责任；认为残疾人事业是人类社会文明进步的标志。

（二）目标一致

这就是促进残疾人“享有平等权利，全面参与社会生活，共享社会物质文化成果”。联合国《关于残疾人的世界行动纲领》指出：“促进以下目标：使残疾人得以充分参与社会生活和发展，并享有平等地位，也就是说具有与全体公民同等的机会，平等分享因社会 and 经济发展而改善的生活条件。”

（三）立法保障

一是联合国制定了一些保障残疾人权利的公约、宣言、决议，并要求会员国必须通过立法，为达到各项目标所采取的措施建立必要的法律基础和权威；二是世界大多数国家制定了有关残疾人的基本法及有关就业、康复等内容的专门法。如中国的《残疾人保障法》、美国的《残疾人法》、日本的《残疾人对策基本法》、英国的《残疾人法》、欧盟的《残疾人立法指导方针》等。



(四) 政府主导

在当今世界，各国都十分重视残疾人事业，把残疾人工作当作一项重要的社会事务来抓。

按照《关于残疾人的世界行动纲领》的要求，处理致残的最终责任，都要由各国政府来承担，政府应当担负起领导责任，每个社会的综合规划和行政结构都应包括为此目的而制定的各种措施。政府各部门都应对它主管的或职权的范围内的残疾人问题负责，各国政府应设立协调中心，来调查和监督各部、政府其他机构和非政府组织，国家委员会应长久设立并靠近权力中心，有能力协调各领域的活动。据此：

1. 绝大多数国家设立了残疾人事务国家机构。如中国的“国务院残疾人工作协调委员会”，美国的“总统残疾人事务全国委员会”，日本立法设立了“残疾人对策本部”，（首相任部长），孟加拉国总统、蒙古国副总统等国的国家和政府首脑都亲自担任国家残疾人工作委员会主席。

2. 各国都将残疾人事业纳入到了社会经济发展计划，统一安排，同步实施。

3. 各国政府都十分重视发挥残疾人组织的作用。

4. 各国都采取强有力的措施，对残疾人的生活、就业、康复、教育等权利进行保障，并致力于改善残疾人参与社会生活的环境条件。如许多国家制定了按比例安排残疾人就业、促进康复、教育、保障生活、丰富文化的政策规定。可以说，在残疾人权利保障方面，各国的行动是一致的。

(五) 合作互动

在联合国及国际残疾人组织的推动下，全球性、地区性、国与国之间的残疾人交流活动频繁，如残疾人奥运会及各项体育活

动的举办、残疾人康复技术的交流、残疾人技能竞赛的开展等等。

（六）手段现代化

随着科学技术和经济的发展，为残疾人服务的手段日趋现代化。如残疾人康复技术的发展，用品用具更先进，有的已是智能化、无障碍建筑理念更新、手语出现在电视上等等，给残疾人带来了全新的生活。

（七）服务网络化

许多国家建立了从中央到地方延伸到社区的残疾人组织服务网络，各种公立的、私立的为残疾人服务的单位遍布全球，直接为残疾人服务，残疾人工作社会化。

五、我国残疾人体育运动的发展

中国残疾人教育与体育已有一百多年的历史了。

中国在 19 世纪后半期开始兴办特殊教育学校。1874 年在北京建立了“启瞽明院”，这是中国建立的第一所盲校；1887 年在山东省蓬莱县建立了“启喑学校”，这是我国第一所聋哑学校。1949 年新中国建立前夕，全国共有盲校、聋哑学校、盲聋哑学校 42 所，在校学生 2000 余人。其中公立的盲校、聋哑学校共 9 所，其余均为私人或教会所办。这些学校带有慈善救济事业性质，学校的教育教学工作没有统一要求，学制和课程设置带有很大的随意性。

建国以来，开展残疾人体育活动成为中国残疾人事业的一个组成部分，也是残疾人全面参与社会生活的重要途径之一。多年来，在党和政府的亲切关怀下，在社会各界的热情支持下，经过广大残疾人、残疾人工作者、体育工作者的积极参与和共同努



力,我国的残疾人体育工作进入了快速发展时期,取得了历史性的进展。

(一) 建国初期的起步阶段

我国有各类残疾人 6000 多万,是世界上残疾人数量最多的国家。残疾人体育是与新中国残疾人的社会福利事业同步发展的。早在建国初期,我国就兴建了一大批社会福利单位,在沿海地区和内地经济发达城市办起了盲校、聋校等特殊教育学校和社会福利工厂,使得残疾儿童和有一定劳动能力的残疾人有了学习、就业的机会。在这些单位、工厂和学校开展了丰富多彩的体育活动和强身锻炼,同时也广泛开展了广播操、生产操、乒乓球、篮球、拔河等群众性体育活动。在残疾人疗养院和荣誉军人休养院里,体育运动作为康复手段发挥着越来越重要的作用,医务人员和体育康复师对残疾人施以适合的体育锻炼,促进了他们各种功能的恢复和发展。

从 20 世纪 50 年代起,我国就多次举办了残疾人体育竞赛活动。比如:1957 年在北京举办了全国首届聋哑人田径、乒乓球、游泳比赛,有 16 个省、市的 60 名运动员参加;1959 年又举行了首届全国聋哑人篮球赛,大部分省、市自治区派代表队参加了比赛;1980 年,云南昆明聋哑人体育协会举办了聋哑人篮球邀请赛,有 20 多个单位的代表队参加;同年北京、天津、唐山、张家口等 4 个城市的聋校代表队也在北京举行了田径友谊比赛。1957 年 6 月,上海还举办了全国青年盲人田径运动会,北京、上海、武汉、南昌、长沙、沈阳、南京、青岛等 8 个城市派队参加了比赛。这些比赛不仅提高了残疾人的运动技术水平和参与竞争意识,而且在社会上大力宣传了残疾人顽强拼搏、自强不息的精神。