



中等职业教育国家规划教材
全国中等职业教育教材审定委员会审定

社会体育学基础

(运动训练专业)

主编 卢元镇 周志俊



高等教育出版社

中等职业教育国家规划教材
全国中等职业教育教材审定委员会审定

社会体育学基础

(运动训练专业)

主 编 卢元镇 周志俊

责任主审 刘安清



高等教育出版社

内容提要

为了贯彻落实《面向 21 世纪教育振兴行动计划》和“职业教育课程和教材建设规划”的精神,本书根据教育部职业教育与成人教育司和教育部职业技术教育中心研究所编写的“中等职业学校运动训练专业教学指导方案”中关于社会体育学基础教学的基本要求编写。

全书共 6 章,包括社会体育概述、社会体育与社会进步、社会体育参与、社会体育活动内容与方法、社会体育与终身体育。每章前有“内容提要”,章后附有“复习与思考”。本书可作为中等职业学校运动训练专业教材;也可作为教练员的教学参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

社会体育学基础 / 卢元镇,周志俊主编. —北京:高等教育出版社,2003.8

ISBN 7-04-011736-3

I. 社... II. ①卢...②周... III. 体育运动社会学—专业学校—教材 IV. G80-05

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 055829 号

策划编辑 王文洪 责任编辑 王文洪

封面设计 刘晓翔 责任印制 张建航

出版发行 高等教育出版社

社 址 北京市西城区德外大街 4 号

邮政编码 100011

总 机 010-82028899

购书热线 010-64054588

免费咨询 800-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>

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

经 销 新华书店北京发行所

印 刷 河北省财政厅印刷厂

开 本 787×1092 1/16

印 张 10

字 数 240 000

版 次 2003 年 8 月第 1 版

印 次 2003 年 8 月第 1 次印刷

定 价 12.70 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

中等职业教育国家规划教材出版说明

为了贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》精神，落实《面向21世纪教育振兴行动计划》中提出的职业教育课程改革和教材建设规划，根据教育部关于《中等职业教育国家规划教材申报、立项及管理意见》（教职成[2001]11号）的精神，我们组织力量对实现中等职业教育培养目标和保证基本教学规格起保障作用的德育课程、文化基础课程、专业技术课程和80个重点建设专业主干课程的教材进行了规划和编写，从2001年秋季开学起，国家规划教材将陆续提供给各类中等职业学校选用。

国家规划教材是根据教育部最新颁布的德育课程、文化基础课程、专业技术基础课程和80个重点建设专业主干课程的教学大纲（课程教学基本要求）编写，并经全国中等职业教育教材审定委员会审定。新教材全面贯彻素质教育思想，从社会发展对高素质劳动者和中初级专门人才需要的实际出发，注重对学生的创新精神和实践能力的培养。新教材在理论体系、组织结构和阐述方法等方面均作了一些新的尝试。新教材实行一纲多本，努力为教材选用提供比较和选择，满足不同学制、不同专业和不同办学条件的教学需要。

希望各地、各部门积极推广和选用国家规划教材，并在使用过程中，注意总结经验，及时提出修改意见和建议，使之不断完善和提高。

教育部职业教育与成人教育司

二〇〇一年十月

编写说明

为贯彻落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》精神，教育部制定了《中等职业学校专业目录》（教职成〔2000〕8号），并在目录中确定了83个专业为中等职业学校重点建设专业。在地方教育行政部门、教研机构和有关院校的大力配合下，教育部组织有关行业职业教育教学指导委员会和项目课题组，开发了《中等职业学校重点建设专业教学指导方案》（以下简称《方案》）。

《方案》体现了全面推进素质教育、深化职业教育教学改革的精神，明确了专业培养目标、业务范围、课程设置和教学要求，是实施学历教育的各类中等职业学校加强专业和课程建设、安排和组织教学活动的指导性教学文件，也是各地、各行业教育部门和教研机构指导职业学校深化专业教育教学改革和评价专业教育教学质量的基本依据。

依据《方案》精神，按照“面向21世纪职业教育课程改革和教材建设规划”实施方案的要求，高等教育出版社会同体育职业教育教学指导委员会，组织编写中等职业教育运动训练专业主干课程的国家规划教材。

该系列教材包括：运动人体科学概论、运动心理学基础、社会体育学基础、运动训练学基础、田径游泳（包括田径、游泳）、球类运动（包括足球、篮球、排球、羽毛球、乒乓球）、武术运动（包括武术、散打）、重竞技运动（包括举重、击剑、拳击、柔道、摔跤、跆拳道）等。

该系列教材的突出特点在于与时俱进，紧密结合该层面学生的身心 and 认知特点，突出“以能力为本位”的教学模式；以现代国际流行的课程理论为依据，整体选择教学内容和方法，整合教学设计过程和手段，体现综合价值；通过内容拓展栏目，将与教材内容相关的知识点呈现出来，既增加了教材的弹性，又活跃了版式，提高了可读性；本系列教材强调了项群的特征，并结合未来我国奥运项目布局以及优势项目的发展，以学生实际技能的掌握为突破口，重新设计教材体系和内容，提高教材的实用性；现代教育手段与传统介质的高度融合将会使该套教材真正实现立体化构建。

在教育部和国家体育总局有关司局的领导下，我们组织全国相关院校的专家、学者参与项目的筹划，并制定了具体的教材编写方案。本书由卢元镇、周志俊担任主编，冯晓丽和左新荣担任副主编，倪依克、丁俊武、左新荣、江波、周坤、宣海德、张万祥、高升、席玉宝、甄国栋参与了本书编写。

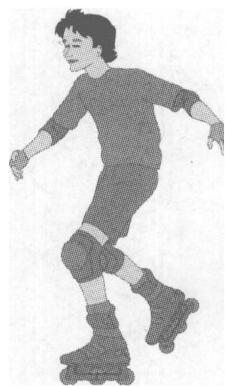
教材创新本身就是一种探索，稗谬之处，在所难免，恳请同行和广大读者批评指正。

编委会

2002年9月18日于北京

目 录

绪论	1
复习与思考	7
第一章 社会体育概述	8
第一节 我国社会体育的目的与任务	8
第二节 社会体育的地位与功能	14
第三节 我国社会体育发展概况	17
第四节 国外大众体育简介	22
复习与思考	27
第二章 社会体育与社会进步	28
第一节 社会体育与生产方式	28
第二节 社会体育与生活方式	32
第三节 社会体育与社会健康	35
第四节 社会体育与社会文化	40
复习与思考	42
第三章 社会体育参与	43
第一节 社会体育参与概述	43
第二节 影响社会体育参与的基本因素	47
第三节 体育人口概述	49
第四节 非体育人口	56
复习与思考	58
第四章 社会体育管理	59
第一节 我国社会体育的基本制度	59
第二节 社会体育的竞赛组织管理	67
第三节 社会体育场地设施管理	70
第四节 不同组织形态的社会体育管理	72
复习与思考	89
第五章 社会体育活动内容与方法	90
第一节 体育锻炼	90
第二节 娱乐休闲体育	98



第三节 健美体育·····	103
复习与思考·····	108
第六章 社会体育与终身体育·····	109
第一节 终身体育概述·····	109
第二节 职业人群体育·····	112
第三节 老年人体育·····	116
第四节 妇女体育·····	120
第五节 残疾人体育·····	125
复习与思考·····	131
附录·····	132
附录 1 全民健身计划纲要·····	132
附录 2 《全民健身计划纲要》实施计划·····	134
附录 3 中国成年人体质测定标准施行办法(试行)·····	138
附录 4 中国成年人体质测定标准·····	139
附录 5 社会体育指导员技术等级制度·····	148
参考文献·····	152



绪 论

任何一种理论、一门学科的出现和发展,总是以人们的某种特定社会实践活动为基础的,是人类某种社会实践活动的反映,又反过来指导这种实践活动。具有世界意义的社会体育也是这样,它有着以亿万群众的体育实践活动为基础的认识源泉,这种深厚的、广泛的社会实践活动基础为社会体育学的建立既提出了社会需求,也提供了取之不尽的信息。近现代科学技术的高度发展,市场经济体制的确立,大大推进了以工业化、城市化、知识化、信息化、理性化为标志的现代化的进程。在这样一个经济和社会背景下,在世界范围内兴起了一个大众体育热潮(Sport for All)。近50年来,我国群众体育活动蓬勃发展,城乡居民参加体育活动的热情日益高涨;社会体育在高速发展的经济推动下,在体育改革的浪潮中出现了深刻的变化和可喜的进步。今天“以人为本”观念在社会体育中得到了初步的确立,有关社会体育的法律政策正在健全和完善,许多体育院校和体育中专都开设了社会体育学课程,有的学校还开办了社会体育系、运动与休闲学系,培养社会体育的专门人才,这些都为社会体育这门学科的建立与发展提供了良好的社会环境。

一、社会体育学的概念与基本内容

(一)社会体育的概念

1995年10月1日起施行的《中华人民共和国体育法》(以下简称《体育法》),将我国体育从总体上划分为社会体育、学校体育和竞技体育,这种分类具有一定的法律界定意义。

社会体育,是指职工、农民和街道居民自愿参加的,以身体运动为基本手段,以增进身心健康为主要目的的社会体育活动。它指除学校体育、竞技体育以及武装力量(军、警部队)以外的体育领域。

社会体育作为我国体育事业的重要组成部分,与学校体育、高水平竞技体育既有联系,又有区别。它们都以身体运动为基本手段,但由于追求的目标各不相同,所以在内容、方法、效果以及评价方法等诸多方面也有质的区别。

社会体育活动作为一种社会现象,长期存在于人类社会,它是一定社会政治、经济、文化、教育的产物,保护着人类的健康。随着社会生产力的不断发展,人们的业余时间越来越多,人们参加社会体育的机会和条件正在逐渐得到改善。由于社会体育不受固定规则、器材、设备、场地的限制,参与对象具有不受性别、年龄、职业、兴趣、爱好等方面的限制,在人们的健康价值观念越来越强的今天,社会体育受到了广泛的重视,成为一种参与程度极高的社会文化形态。凡有人群生活的地方,几乎都存在着不同发展程度和不同社会文化形态的社会体育活动。

(二)社会体育学的概念

社会体育活动既然是一种普遍性很强的大众文化活动，就必须有适当的理论给予指导，以避免盲目性和非科学性。社会体育活动的管理必须是科学的、严密的；国家、社会、单位、社区和家庭对社会体育活动的组织开展必须是有目的、有计划的；群众参加的身体锻炼、娱乐活动也必须是有针对性的、符合科学原则的，为此，就必须建立一门融不同领域、不同学科于一体的以研究社会人群参与体育活动规律为宗旨的学科——社会体育学。

社会体育学是这样一门学科：它是以社会体育活动中的各种体育现象为研究对象，探讨社会体育功能、结构、内容、方法，社会体育管理、服务，以及身体锻炼、终身体育等基本要素的学科，它是体育人文社会学科中的一门应用性学科。

(三)社会体育学的基本内容

社会体育学作为一门应用性学科，主要阐明社会体育的基本原理与方法，研究和揭示社会体育的基本规律，研究有关社会体育的相关学科理论，指导不同社会群体开展体育活动并学会专业知识和基本技能，使学习者能从事社会体育活动的组织管理和健身指导工作。本学科包括如下的基本内容：

社会体育的基本知识 即社会体育的概念、基本性质、社会地位和作用以及社会体育的基本内容和基本理论。

社会体育管理服务的基本要素 即我国社会体育的基本制度、社会体育的竞赛组织和场地设施管理，以及家庭、职工、社区、俱乐部体育等不同组织形态的社会体育管理。

对不同人群社会体育的指导 即终身体育所关注的各职业人群体育、老年人体育、妇女体育和残疾人体育的基本内容、特点和指导方法。

实现社会体育目标的基本途径与方法 即身体锻炼、保健体育、休闲体育和身体娱乐等活动的基本理论与方法。

二、社会体育学的研究对象与方法

(一)社会体育学的研究对象

社会体育学的研究对象，是指具有社会意义的体育现象。社会体育是一种能够满足各种类型社会成员的需求，并且人们可以自由参加的体育活动，然而社会体育学要研究的不是个人的体育现象，而是具有普遍社会意义的体育现象。

社会体育作为一种社会现象，是随着社会的发展而发展的，社会自身的发展，时时制约着社会体育的发展。社会体育学作为一门学科，就要研究社会体育在产生和发展过程中，同其他社会现象之间的相互关系，如人们的生产方式、生活方式与社会体育之间的互动关系规律，以便使社会体育能够更好地适应经济与社会发展，适应人们观念与行为的变化。

在人们参与各种社会体育活动的过程中，社会体育得到了蓬勃的发展。同时，社会体育又积极作用于人自身，提高了人们的生活质量。除去社会体育对人体那些显而易见的健身作用之外，社会体育对人们许多新的社会观念(价值观、道德观、文化观、余暇观、健康观等)的形成，也起到了潜移默化的作用。社会体育学责无旁贷地要致力于探索体育对人的社会属性的作用，把社会体育与人之间的各种相互关系作为研究对象。

在现代社会中，随着社会体育这一社会现象的发展和现代人生活的广泛渗透，作为一

种社会媒介，社会体育已将大千世界中不同年龄、不同性别、不同行业、不同职位的人，相对紧密地维系在一起，形成了一个有别于学校体育和竞技体育的“亚社会”。社会体育学，同样要将这种“亚社会”中的组织、结构、沟通渠道与活动方式、方法等作为研究对象。也就是说，从宏观角度看，社会体育学把社会体育作为一种社会结构，研究其内部运动的过程、驱动力和制约因素；从微观角度看，社会体育学要探索社会体育的参加者的观念与需求，以及他们之间的相互关系。

(二)社会体育学的研究方法

由于社会体育学拥有独特的研究对象和广阔的研究领域，也就决定了这门学科的研究方法。人文社会科学中如历史学、管理学、经济学、人口学、法学、教育学等学科的研究方法都可以被社会体育学所利用。自然科学中如心理学、生态学、生理学、医学等学科的研究方法也可以被社会体育学所借用。如果将社会体育这一社会现象作为一个整体，去研究它的发生、发展过程就必须做纵向研究，可采用历史学和比较体育的方法；如果要对社会体育的现状进行研究就必须做横剖面的分析，大面积或区域性的社会抽样调查法，则是最有效的方法之一；研究社会体育对不同类型(职业、性别、文化素养)人群的社会作用时，则可采用观察法、个案调查法、典型调查法，甚至更为精细的实验法。社会体育的研究既可以做经验的定性研究，也可以做精确的定量研究。

社会体育学的研究是面对社会的，对于同一问题的研究所得出的结论不同，不仅是研究者自身的原因，还有被研究对象输出信息信度的原因。被研究对象由于感情、思想等原因，常常会将真实信息截留下来，而向研究者输出假信息。另外，在整理归纳所获信息的过程中，研究者也会将自己固有的价值观念渗透到研究成果中去，如果操作不当，也会产生虚假信息。因此在进行社会体育学的研究时，为了能获得真实的信息，得出客观的结论，就必须遵循科学的方法论，运用一系列科学的操作方法。

1. 社会体育学的方法论

社会体育学的方法论，是指用马克思主义辩证法来探讨与社会体育学科体系和基本假设有关的一般原理问题，即指导社会体育研究的原则，逻辑基础以及学科的研究程序和研究方法等问题。方法论在社会体育学研究中有着重要的指导作用。

(1)唯物主义辩证法

在研究方法的哲学层次上，应以马克思主义辩证法来强调研究过程的实践性和经验性，重视以客观事实、数据以及社会事实来说明普遍的社会规律，以发展的观点把社会作为一个整体来研究，侧重分析社会结构及各个分系统之间的相互关系，以便对社会变化的原因作出科学解释。

方法论是人们认识世界和改造世界的根本方法。用世界观去指导人们认识世界和改造世界，就是方法论。辩证唯物主义是惟一科学的世界观，又是惟一科学的方法论。

社会体育学研究必须以马克思主义辩证法为指导。在研究过程中应当遵循以下原则：

坚持实事求是的观点 在社会体育学的研究中，要坚持实事求是的观点，注重研究的客观性和科学性，从我国的社会实际出发，讨论问题，尊重事实，崇尚实践。在社会调查中还需要有科学的态度和精神，对所获得的事实和测得的数据进行科学的解释，特别是当出现

与一般经验相悖的事实时，一定要做实事求是的分析和讨论。

运用系统论的观点 在社会体育学的研究中，我们应当了解体育本身就是一个开放的、复杂的系统，社会体育也是一个庞大的组织系统，是由若干个子系统以一定的结构形式相互联系构成的一个有机的整体。社会体育的结构是否合理，直接影响着社会体育的发展，影响着体育社会化、现代化的进程。因此，系统分析法作为现代思维方式中的一种重要思维方法，在社会体育调查中具有广泛的指导意义。

(2) 社会体育学科的方法论

社会体育学的研究，必须从深入到社会体育的实际中去，对各种普遍现象加以抽象、升华，以发现体育运动在社会中的特殊性质和功效。因此，在研究中应遵循以下原则：

客观性原则 客观性原则是人们正确认识事物获得科学结论的基石。在社会科学研究中由于已有理论和所观察目标的制约和影响，也由于研究手段的限制，使社会科学的研究难以彻底排除主观性。为了保证社会体育研究的客观性，就要充分利用现代科学技术的方法和手段。

全面性原则 全面性原则是客观性原则的逻辑延伸。在社会体育研究中坚持全面性原则是避免片面、缺漏和差错的前提。因为在社会体育这个复杂的系统中，各种结构的层次、要素、参量较多，个体差异较大，关系复杂。这就要求人们在研究中尽可能全面地收集资料，对测量数据要从不同角度、不同层次进行全面地分析。既要重视直接获得的资料信息，也要重视以往正确的经验。

2. 社会体育学的研究方法

(1) 调查访问法

访问法是最普通的社会调查方法之一，也是最重要的调查方法之一。在汉语中“访”就是探望、寻求，“问”就是寻问、追究，访问法是访问者通过口头交谈的方式向被访问者了解社会情况的方法。

访问法因研究的性质、目的或对象的不同而有不同的方式。如根据双方的交流方式，可分为直接访问（即双方面对面的交谈）和间接访问（即通过电话或其他方式进行访问）；根据一次被访问的人数，可分为个别访问和集体座谈；按照对访问过程的控制程度，又可分为结构式访问和无结构式访问（非标准性访问）。

(2) 问卷调查法

问卷调查法是以书面提出问题的方式搜集资料的一种研究方法。研究者将所要研究的问题编制成问卷，以邮寄方式、当面问答或追踪访问方式作答，从而了解被调查者对某一现象或问题的看法和意见。

问卷调查方便、实用、省时、省钱，能搜集大样本信息资料，便于整理归类，调查结果具有一定代表性，因此在社会体育学的研究中被广泛使用。

问卷中的封闭型问题有以下几种类型：

①是否式：让被调查者在“是”与“否”、“同意”与“不同意”中择一回答。

②选择式：从多种答案中挑选最适宜的一个或几个答案，然后作上记号。

③评判式：每个问题后列有许多答案，要求被调查者依其重要程度排出次序，所以评判式也叫排列式、编序式。

当答案是回答问题的程度或状况时，也可将答案预先分为两个极端，中间按一定的间距区分，请被调查者写上个人的意见和评判。

④划记式：按同意或不同意，在答案上分别作记号“√”或“×”。

在问卷中也可以出现一些开放式的问题，被调查者可以自由作答。

问卷的编制程序包括下列步骤：

①明确研究目的，根据研究目的和假设范围收集所需资料，并确定调查对象；

②列出问卷调查所需研究问题的纲要，确定所要搜集的信息和问卷类型；

③围绕主题草拟问题，列出标题和各部分具体项目；

④征求有关人员、专家的意见，修订项目；

⑤试测，从总体样本中抽取30~50人为试测样本，以检查问卷表述的方式、项目、内容能否为被调查者所理解，并计算出信度、效度。

设计问卷的基本要求：

问卷的设计关系到问卷的科学水平，是问卷编制中关键的一环。因此在设计问卷时必须考虑以下几点：

①问题的范围：是用于小范围的典型调查还是大范围的统计调查；是了解人们思想态度方面的意向性问题，还是了解过程方面的事实材料。

②问题的内容：是完全符合、基本符合，还是基本不符合该课题研究目的和假设的需要。所列项目应全面、应能覆盖研究的内容，答案要能较全面反映所要研究问题的主要方面，且不交叉、不重叠。

③问题的数量：问题太多，被调查者容易产生厌倦情绪，导致敷衍应付或不予回答；问题若太少，则不能得到有关研究的基本事实材料，将影响研究结论。因此，针对性不强的问题不要提出。一份问卷作答时间一般以30~40 min为宜。而一些较复杂的超出被调查者知识和能力范围，需要查阅资料才能回答的问题要尽量避免在问卷中出现。

④问题的文字表达：文字应准确、简明、扼要，通俗易懂，容易回答，避免冷僻或专业性太强的术语。结构上，一般一个问题只含一个疑问。

⑤问题的排列顺序：问题的排列应清楚、直观、合乎逻辑。

(3) 实验对比法

实验对比法不仅是一种获得资料的方法，而且是通过人为地设置一定的情境和有意识的控制和操作某些变量，从而对比发现和揭示有关变量之间的因果变化关系的一种研究方法。社会体育学研究中，很多的情况下需要通过实验前后变量的变化，来检验我们采用的锻炼方法、手段的有效性，从而对这种方法或手段进行广泛推广和使用。例如，了解太极拳运动对中老年人身心健康的功效、有氧健身操对人体健康有哪些作用等等，都需要进行实验，然后进行前后对比找出规律。

实验对比法最重要的特点就在于对所研究的对象在条件方面加以适当的控制，排除自然状态下无关因素的干扰，突出所要研究和印证的因素，从而相对准确地判断出研究者试图确认的事物之间的某种关系。

实验设计是实验对比法中的重要环节。实验设计工作是为了在操作过程中尽可能地减少或避免实验误差。

实验由处理因素（即自变量）、实验对象（被试者）、实验效应（因变量）三个基本要素构

成,实验的目的就是要找出或确定自变量与因变量二者之间的因果关系。

处理因素是根据实验目的由实验者经过选择,可以控制并施加于实验对象的刺激因素。在社会体育学研究中,处理因素的性质可以是物理的(如运动强度、运动条件等),也可以是社会的或教育的(如教师行为、学生特征等)。

在选择实验的受试者时,除需要考虑种族、地域、性别、年龄等一般条件外,还需考虑爱好、生活习惯、心理状态的一致性条件。

实验效应是通过具体的指标观察和检测得出来的。

指标性质分为计数指标和计量指标。计数指标,指以“是”或“否”,“完成”或“未完成”反映例数的指标;计量指标,指以度量测得的指标(如身高、体重等)。这些指标还应具备有效性、客观性、精确性和灵活性等特点。

实验设计的内容包括实验题目、课题主持人与参与人、前言(实验的意义)、处理因素、受试者、实验方法、指标、对照及分组、实验步骤、误差控制、数据处理方法等。

(4)文献资料法

在社会体育学的研究过程中,文献资料同样具有重要作用。在选题时需要了解与课题有关的背景资料;在研究过程中,需要及时了解与课题有关的研究的进展情况;对研究结果进行分析时,还需要用文献资料来充实论据。

因此,文献资料法不仅是一种收集资料的方法,还是一种分析研究的方法。为了保证文献收集的全面性、多样性,就必须按照一定要求有目的有计划地进行。在收集文献时应遵循以下基本要求:

知识上的有效性 收集文献时要有选择性,要收集对自己课题有用的知识。这是最基本的要求。

内容上的丰富性 收集文献时要尽可能地收集代表各种观点,有着不同的甚至相互矛盾的结论的文献。另一方面,不仅要注意收集与自己研究领域、课题直接相关的资料,而且还应该注意跨学科、跨领域地收集有关资料。

形式上的多样性 收集与研究课题有关的各种形式的文献,如印刷型文献、音像资料、网上资料等。

时序上的连续性 围绕课题收集的文献,在时序上要有一定的连续性和累积性,尽可能不要中断,否则无法全面了解研究对象的发展变化状况。

时间上的及时性 对于与研究课题相关的各种新资料、新信息,要及时了解、及时收集、及时研究、及时利用,以提高研究的时效性和实用价值。

(5)数理统计法

在了解社会事物时,研究者不能仅被动地接受由观察和询问所得到的信息,而要主动地、有意识地对社会对象进行鉴别、比较、衡量,对课题中涉及到的概念等进行观测和度量,从而将社会现象类型化、数量化。如果不能较精确地度量所要研究的概念,那么,社会调查研究就可能失败。

数理统计法是社会调查中的重要组成部分,它对用调查访问、实验对比、文献资料等方法所获得的数据进行加工的数学过程,通过这一过程对所使用的数字或符号作出理性而科学的审核、整理,使之更有说服力。数理统计是分析资料的基础,是研究阶段的“难点”工作,是保证调查资料的客观性、准确性、条理性、完整性所不可缺少的重要手段。

复习与思考

1. 详述社会体育学的研究对象。
2. 为老年人体育设计一份调查问卷。
3. 为职工体育设计一份访谈调查提纲。

第一章 社会体育概述

[内容提要] 我国社会体育有明确的目的、任务，确定其目的、任务的基本依据是人的需要、社会的需要、社会体育本身具备的功能（社会体育具有生物、文化、社会生活和经济等方面的功能）以及社会体育的思想体系与政策。社会体育是我国体育事业的重要组成部分，是现代生活方式的调节器，是实现体育现代化的重要标志。新世纪中国体育将向社会化、法制化、科学化、生活化、产业化的方向发展，将更加适应社会主义市场经济体制。大众体育的兴起和发展有着深刻的经济和社会背景，是工业社会、信息社会发展的必然结果。

第一节 我国社会体育的目的与任务

我国社会体育的目的、任务是指全国范围内指导社会体育事业的总目的、总任务。它对我国的社会体育工作具有普遍的指导作用。

一、确定我国社会体育目的与任务的依据

（一）人的需要

我国是一个社会主义国家，最大限度地满足人们的物质和精神生活的需要是社会主义的根本目的。社会体育是一项能够提高整个中华民族健康水平的伟大事业，它需要每个社会成员的广泛参与，因此必须充分满足每个社会成员来自生存、享受和发展的各种需要。为人民服务不仅是社会体育的出发点，也是社会体育的归宿。因此在确定社会体育的目的、任务是必须真正体现“以人为本”的思想。

社会中每个成员都需要社会体育，但个体需要往往是因人而异的。个体对社会体育的不同需要也可称之为个人对社会体育的价值取向。有的人以发展身体、培养人格为主要价值取向；有的人以扩大交往、增进友谊为主要价值取向；还有些人则以休闲娱乐为主要价值取向。由于个体对社会体育的价值取向是多元的，因此社会体育就应该是可选择的，社会体育的目的、任务应该最大限度地考虑人们的这种需求状况。

随着社会的发展，人们的需要是不断变化的，对社会体育的需要也在不断变化。在解决温饱问题的时期，人们对社会体育的需要是低层次的；进入小康社会后，人们对社会体育的需要就逐步进入了高层次；当进入高水平的、全面的和平衡的小康社会后，人们对社会的具体需求会进一步提高。因此，社会体育的目的、任务也会随之发生变化。

(二)社会的需要

1. 经济建设的需要

当前,我国正处在社会主义建设时期,社会需要大量合格的劳动者。一个合格的劳动者除了要有高度的思想觉悟,掌握专业知识外,还需要通过体育运动来提高身体素质、保持强健体魄,以便为社会创造更多的财富。

2. 社会发展的需要

社会体育所具有的基本健身功能,可以维护群众健康,减少疾病,延长人口的平均预期寿命;社会体育所具有的文化娱乐功能,可以丰富社会文化生活,建设企业文化,促进社会精神文明建设;社会体育作为一项群体性的健身活动,可以增强社会的凝聚力,起到稳定社会的政治作用,因此社会体育有来自社会发展的种种需要。

3. 国防建设的需要

中国的现代化建设是在一个极其复杂和多变的国际环境中进行的,国际上的霸权主义、单边主义时时刻刻都对我们构成威胁,我们必须建设一支强大的国防力量,社会体育为我国的军队建设、后备军事力量的补充,对突发战争的应对都有不可替代的作用。

4. 应对突发危急事件的需要

各种自然灾害,如地震、水旱灾害、泥石流、森林大火等等随时可能发生;各种流行性疾病,如流行性感、非典型肺炎、肝炎等也可能突发;各种交通事故、火灾、煤气中毒等事件均时有发生;因此人们必须具备应对各种突发危急事件的身体和心理准备,这也有赖于社会体育事业的健康发展。

(三)社会体育自身的功能

确定社会体育的目的、任务,除了取决于人和社会的需要,还取决于社会体育自身的功能。社会体育的功能和作用是多方面的,但也是有主有从的。增强人民体质、提高社会健康水平是社会体育本质的功能,文化娱乐是其从属的功能,政治教化是其附加的功能。

个人与社会对社会体育的需要从本质上讲是一致的。社会的需要是个人的需要的总和,集中地反映了不同人群的需要。但是这两种需要也不完全等同,有些社会需要集中了国家的意志,要完成个人和小集体无法做到的事情。因此,确定社会体育的目的和任务时,既不能忽视个人需要的重要性,也不能忽视社会需要的重要性。

(四)社会体育的思想体系与法律政策

新中国成立以来,党和政府一贯重视社会体育的开展。在党和国家领导人的讲话和指示中有许多关于社会体育思想的表述,随着时代的进步,在党和国家的政策法规中也不断完善了对社会体育目的、任务的认识。这些都是确定我国社会体育目的、任务的依据。

1949年10月,中华全国体育总会成立,朱德担任名誉主席,他在成立大会上指出:体育事业一定要为人民服务,使国民都锻炼成为身体健康、精神愉快的人。1952年,在中华全国体育总会第二次会议上,毛泽东同志题词:“发展体育运动,增强人民体质”,指明了新中国体育发展的方向和根本目的。1954年党中央在《中央人民政府体育运动委员会党组关于加强人民体育运动工作的指示》中指出:“改善人民的健康状况,增强人民体

质是党的一项重要政治任务。”1958年，党中央在《关于体育运动十年规划报告》的批示中，再一次明确指出：“体育运动的根本任务是增强人民体质，为劳动生产和国防建设服务。”

十一届三中全会以来，以经济建设为中心的全国各项工作迅速得到恢复和发展。群众体育事业也得到了党和政府的进一步重视和支持。1984年10月5日，党中央在《中共中央关于进一步发展体育运动的通知》中指出：“体育关系到人民的健康、民族的强盛和国家的荣誉”，“体育是全民族的群众性活动，也是一门科学。要大力宣传体育对两个文明的积极作用，大力普及体育知识，吸引广大群众积极参加体育锻炼。”“为此，全党全社会都要重视加强体育工作，进一步发展全民族的体育运动。”邓小平同志也一再强调要“把体育运动普及到广大群众中去。”1993年7月5日，江泽民同志指出：“发展体育，为建设有中国特色的社会主义服务”，1995年又为《全民健身计划纲要》的实施题词：“全民健身，利国利民，功在当代，利在千秋”。

2002年7月22日的《中共中央国务院关于进一步加强和改进新时期体育工作的意见》指出：体育作为一种群众广泛参与的社会活动，不仅可以增强人民体质，也有助于培养人们勇敢顽强的性格、超越自我的品质、迎接挑战的意志和承担风险的能力，有助于培养人们的竞争意识、协作精神和公平观念。这充分揭示了体育的作用。

在法制建设方面，1982年新《宪法》第21条明文规定：“国家发展体育事业，开展群众性的体育活动，增强人民体质。”特别是进入20世纪90年代以来，我国政府制定了一系列有关开展社会体育的制度和法规，如《全民健身计划纲要》、《社会体育指导员技术等级制度》、《体育法》等，使得社会体育的开展有法可依、有章可循，大大提高了社会体育的地位。

二、我国社会体育的目的

现阶段我国社会体育的目的是：增进全体社会成员的身心健康，增强体质，满足人们的娱乐需要和自我成就需求，促进个体的全面发展，为建设社会主义物质文明与精神文明服务。

增进身心健康，增强体质反映了社会体育的本质属性与效能，它包含了一系列具体的指标体系，可以把它们作为衡量社会体育工作成效的具体标准。这些指标体系有利于社会体育目标管理，也有利于指导社会体育实践活动。

满足娱乐需要和自我成就需求，促进个体全面发展，是指只有当人们为了满足自身享受和发展的需要，进行各种直接以身体作为改造对象的体育实践时，才能不断完善自己，真正获得和享受自身的自由和全面发展。

建设物质文明和精神文明包括两个层次：第一层次是社会体育参加者自身的物质（身体）与精神（心理）文明建设，第二层次是指社会体育要为整个社会的物质文明和精神文明建设服务，即社会体育既是个体物质文明和精神文明的组成部分，又是促进社会物质文明和精神文明的手段。为整个社会的物质文明和精神文明服务，是我国政治经济制度在社会体育目的方面的反映，它指明了我国社会体育的性质，为我国社会体育事业的发展确定了基本方向。