

残疾人体育

主 编 庄茂花

副主编 朱兴东 王五月



哈尔滨地图出版社

残疾人体育

CANJIREN TIYU

主 编 庄茂花

副主编 朱兴东 王五月

哈尔滨地图出版社

· 哈尔滨 ·

图书在版编目(CIP)数据

残疾人体育/庄茂花主编. —哈尔滨: 哈尔滨地图出版社, 2006. 12

ISBN 7-80717-519-2

I. 残… II. 庄… III. 残疾人体育—概况—中国
IV. G812.49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 162333 号

哈尔滨地图出版社出版发行

(地址: 哈尔滨市南岗区测绘路 2 号 邮编: 150086)

哈尔滨翰翔印务有限公司印刷

开本: 850 mm × 1 168 mm 1/32 印张: 9.5625 字数: 260 千字

2006 年 12 月第 1 版 2006 年 12 月第 1 次印刷

印数: 1~500 定价: 25.00 元

编委会

主 编	庄 茂 花				
副主编	朱 兴 东	王 五 月			
编 委	熊 健	戴 昕	王	奇	
	张 兴 燕	巨 雷	鲁	康	
	鲁 金 秋				

前 言

残疾人体育是体育事业的基本组成部分,也是竞技体育的重要活动内容。

建国后的几十年来,随着现代社会的发展,关注残疾人弱势群体,已日益引起并得到世界各国的高度重视、关怀和支持。在社会各界的大力支持下,经历了从无到有、从弱到强,从国内走向世界这样一个不平凡的发展历程。

在残疾人体育的发展史上,既有亚特兰大残奥会首枚金牌跳高运动员侯斌、三铁冠军孙海涛等优秀运动员在中国残疾人体育代表团残奥会上金牌、奖牌双第一的辉煌,也有残奥运动员平亚丽在世界残奥会上为中国实现的首枚金牌突破。残疾人体育作为一项公益事业,倾注了我国众多残疾人体育运动员和残疾人体育工作者的大量汗水和心血。

近年来,残疾人体育的发展已备受重视,不仅是残疾人体育机构的任务,也是各级政府、企事业单位、大专院校和整个社会的共同努力。作者在编写过程中分别从残疾人发展的演变简况、肢残、聋哑、智障、视力障碍、残疾人体育常见运动损伤与急救、聋人的常用手语等方面进行阐述。

在举世瞩目的2008年北京残奥会即将召开的日子,期盼着残疾人运动员再次取得佳绩,北京奥组委根据残奥会的特点提出了2008年北京残奥会的理念——超越——融合——共享。残疾人体育事业的开展是我国人类文明和社会进步的标志。

作者从事十几年的残疾人教学、科研、训练工作。为我国培养了一批优秀的残疾人运动员,在残奥会上为中国残疾人体育事业做出了贡

献,所有参加编写的人员中都具有较强的理论基础,又有丰富的实践经验。

在编写搜集资料过程中得到卢雁教授的大力支持,各级残联部门领导的鼎力帮助,在此表示感谢。由于水平有限,在编写过程中难免有错误之处,敬请各位领导和专家批评指教,不胜感谢。

庄茂花

2006 年 12 月

目 录

第一章 残疾人体育	(1)
第一节 残疾人体育发展及组织	(1)
第二节 残疾人体育发展演变简况	(7)
第三节 残疾人体育组织	(15)
第四节 残疾人参加体育运动应遵循的原则	(20)
第二章 盲人体育	(22)
第一节 失明发生的原因	(22)
第二节 视觉残疾者心理活动的行为表现特征	(23)
第三节 盲人体育的目的与任务	(25)
第四节 盲人体育的内容、方法	(27)
第五节 盲人运动竞赛	(30)
第三章 聋人体育	(38)
第一节 耳聋产生的原因	(38)
第二节 聋人体育的内容	(42)
第四章 弱智人体育	(46)
第一节 弱智人的产生	(46)
第二节 弱智人体育的目的与任务	(49)
第三节 弱智人生理特点与体育	(50)
第四节 弱智人体育教育的方法	(61)
第五节 弱智人运动竞赛	(63)

第五章 截肢人体育	(82)
第一节 截肢的原因及种类	(82)
第二节 截肢人体育的目的任务	(83)
第三节 截肢人运动竞赛	(85)
第六章 截瘫人和脑瘫人体育	(106)
第一节 截瘫人体育	(106)
第二节 截瘫人体育的内容、方法	(109)
第三节 脑瘫人体育	(113)
第四节 脑瘫竞赛项目	(119)
第七章 残疾人体育康复	(122)
第一节 体育康复	(122)
第二节 运动疗法与体育康复	(123)
第三节 不同类型患者体育康复的实施	(132)
第四节 脑瘫康复训练	(143)
第五节 体育锻炼的生理卫生常识	(154)
第八章 假肢	(161)
第一节 假肢分类	(161)
第二节 假肢装备前的心理准备与适应性训练	(163)
第三节 常见残肢并发症的医疗处理	(171)
第九章 残疾人体育常见运动损伤与急救	(174)
第一节 常见运动损伤的种类	(174)
第二节 损伤的原因、征象、处理措施及预防	(174)
第三节 残疾人运动损伤的原因与预防	(189)

目 录

第四节 运动损伤的急救·····	(192)
第五节 运动损伤的一般处理方法·····	(205)
第十章 北京 2008 年残奥会 ·····	(215)
第一节 会徽·····	(215)
第二节 奥运11号·····	(217)
第三节 残疾人医学等级与比赛项目·····	(226)
第十一章 体育手语 ·····	(248)
参考文献·····	(296)

第一章 残疾人体育

第一节 残疾人体育发展及组织

一、残疾人体育发展概况

残疾人是指身体残疾和精神障碍者。当时全世界共有 5 亿左右残疾人,其中盲人有 3 千万,聋人 7 千万,其它为 3 亿人左右。到 1983 年,联合国发布全世界共有残疾人 4 亿 7 千万左右,约占世界人口的 10%,估计到 20 世纪末,残疾人数将增加到 6 亿。

近些年来,身体残疾者数量明显增加,这是由许多原因造成的。诸如:一是随着交通事业(尤其是个人汽车、自行车等大量增加)的开展,交通事故明显增多;环境污染加重造成了残疾人增加;人的平均寿命随着老年人数增多而使残疾人数随之增加;再就是人类疾病结构发生了改变,过去是传染性疾病患者较多,这些病人,一则完全治好,二则治不好就死亡,等等。现在由于急救工作的发展,外科技术发达,使死亡率大为降低,但作为身体功能障碍的人而生存者越来越多。

新中国成立以后,没有进行过全国性的残疾人普查。到 20 世纪 80 年代,经国务院批准,于 1987 年 4 月 1 日起在全国范围内对各类残疾人进行了一项抽样调查。在 1 亿人口的大国进行残疾人抽样调查;体现了党和政府对残疾人的关怀,为制定我国经济和社会发展及各种社会保障事业提供可靠的依据,体现了社会主义制度的优越性,对国内

外都产生了巨大的影响。这次抽样调查结果,全国共有残疾人 5 164 万,其中语言听力残疾约为 1 770 万人,弱智人 1 017 万人,肢残 755 万人,视残 755 万人,精神病残疾 194 万人,综合性残疾为 673 万人。到 2006 年 4 月 1 日第二次全国残疾人口普查资料显示,全国残疾人口 8 269 万人,占总人口的 6.34%,其中肢体残疾人数 2 412 万人,占残疾人数 29.07%。视力 1 233 万人,占 4.86%,听力 2004 万,占 24.16%,语言 127 万,占 1.53%,智力 554 万,占 6.68%,精神 614 万,占 7.4%,多重残疾 1 352 万,占 16.3%。

我国残疾人绝对数量较大,但相对数较小,世界残疾人占总人口的 10% 左右,而我国残疾人只占全国总人口的 5% 左右;我国总人口占世界总人口的 25% 左右,但残疾人占世界残疾人总数的 11% 左右。我国目前处于发展中的社会主义社会,残疾人相对数量明显低于世界平均数,这一事实再一次显示了社会主义制度在发展生产、提高广大劳动人民健康水平方面的巨大优越性。随着社会主义现代化建设的发展,我国人民物质和精神生活水平会不断改善和提高,中华民族的整体素质将进一步提高。

二、世界残疾人运动发展的趋势

残疾人运动发展的过程、特点和趋势:

从活动的组织形式上看:由民间个体的个别举动——社会的松散性组织活动——国家的政府性的行动——国际间的互动。

从活动的具体内容上看:由民间的对残疾人的怜悯性救助——社会的对残疾人生活的救助性扶持——国家的对残疾人生活福利保障——世界性对残疾人享有的权利的保障。

从活动的行动举措上看:由民间的善举——政府残疾人福利政策、制度的制定实施——国家的保障残疾人权利的法律制度的建立——国际残疾人运动共同纲领、准则的制定实施。

这样的趋势,是在经济发展基础之上形成的。人类社会经济发展

的趋势是：自然经济形态——社会化大生产形态——现代化工业经济形态。残疾人运动的发展适应了这一发展变化。在自然经济形态下，对残疾人的保障主要依靠“家庭功能”，社会扶助残疾人也多为一些富有人家的“善举施舍”；在社会化大生产的形态下，产生了有关残疾人的国家福利政策、制度，出现了为残疾人服务的社会组织和机构，开展了一定的有组织的残疾人工作，国家、社会对残疾人的服务功能显现；在现代化工业经济状态下，特别是联合国作为国际交流与合作的平台诞生后，促进和丰富了残疾人运动的国家间互动，实施了国际残疾人运动的共同行动，把残疾人运动拓展到了对残疾人人权的保障上面。形成了国家、社会、家庭、残疾人自身保障功能的协调统一。

这样的趋势，是在对残疾人问题的认识、观念更新、理论与与时俱进的情况下进行的。人们对残疾人问题的认识，经历了对残疾人的怜悯——对残疾人存在的认可——对残疾人价值的认同的过程，思想也经历了由传统人性理念——人道主义、人权思想——人类社会共同发展思想的变化。在人的良知、人性本能支配下，长久以来都有一些怜悯残疾人的善举；在人道主义思想支配下，人们开始关注残疾人这个特殊群体的问题，出现了为残疾人提供生活福利帮助的国家制度；在追求解放全人类和促进人类共同发展的思想支配下，人们更加重视人权保障，认识到了残疾人的价值和保障残疾人权利的重要性，认识到了保障残疾人权利的国家责任、国际社会责任，形成了新的、科学的残疾人观。

这样的趋势，是人们在改造客观世界和主观世界的斗争中形成的。一是无产阶级为争取自己的权利而进行的斗争。二是残疾人为争取自身权利而进行的斗争。三是先进思想倡导者进行的呐喊斗争。四是科学发展、生产力发展为解决残疾人问题提供了物力、财力、技术支持。

三、世界残疾人运动的发展阶段

有学者依据世界残疾人运动的活动发展情况和残疾人的立法情况，把世界残疾人运动分为五个阶段。我认同这样的观点。

1. 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人的主张,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,社会化生产产生的初期,在人道主义思想影响下,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和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 and 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校——“启喑学校”。

2. 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,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,英国于1911年实行了失业和疾病保险,瑞典于1901年实行了工伤保险,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。例如,1915年海伦凯勒开展国际防盲服务,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。

3. 发展时期(1948~1968)。第一次世界大战后,出现了“冷战”时期的国际局势相对稳定的局面,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。残疾人运动呈现出了跳出“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,也蕴藏着巨大的活力,可以对社会作贡献”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 20 世纪 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事业的基础。

4. 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。

5. 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，各国政府残疾人工作力度加大，国际和国内残疾人组织活动活跃、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年国务院批转了《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、无障碍设施等各项政策法规，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作出了积极贡献，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。

第二节 残疾人体育发展演变简况

一、我国参加残奥会历史

1984 年，美国纽约残奥会，拉开了我国参加残奥会的序幕。在过去的 6 届残奥会中我国先后有 415 名残疾运动员出征残奥赛场，为祖国夺得 143 枚金牌、118 枚银牌和 85 枚铜牌，并且 104 次打破世界纪录。2004 年雅典残奥会上，我国以 63 枚金牌雄居金牌榜首位，取得残疾人体育在残奥历史上的重大突破。

1. 第 7 届残奥会

1984 年 6 月，由 24 名残疾人运动员组成的中国代表队首次参加在美国纽约纳索县举办的第七届残奥会。北京盲人平亚丽获 B2 级别的跳远金牌，实现了中国残奥会历史上“零的突破”。此次残奥会我国共获 2 金 13 银 9 铜，9 人破世界纪录。

2. 第 8 届残奥会

1988年10月,由43名残疾人运动员组成的中国代表队参加了在韩国汉城举办的第8届残奥会,参加了4项(田径、游泳、乒乓球、射击)比赛,获17金17银10铜,有11人打破9项世界纪录。

3. 第9届残奥会

1992年9月,第九届残奥会在西班牙巴塞罗那举行。我国有34名运动员参加,获11金7银7铜,金牌数居第11位,奖牌数居第18位;有8人14次打破7项世界纪录,11人21次打破残奥会纪录。

4. 第10届残奥会

1996年8月,第10届残奥会在美国亚特兰大举行。我国有37名运动员参加,获16金13银10铜,金牌总数居第9位,首次跻身十强,有10人16次打破11项世界纪录。

5. 第11届残奥会

2000年10月,第11届残奥会在澳大利亚悉尼举行。我国由122人组成代表团,获34金22银16铜,金牌榜第六位;有15人25次创15项世界纪录,书写了中国残奥史上最辉煌的一页。

6. 第12届残奥会

2004年9月,第12届残奥会在希腊雅典举行,中国体育代表团的200名残疾人运动员不畏强手,顽强拼搏,在所参加的11个大项、284个小项的比赛中,共获得金牌63枚、银牌46枚、铜牌32枚,奖牌总数141枚。金牌总数和奖牌总数在136个参赛国家和地区中双双名列首位。

二、我国残疾人体育发展现状

开展残疾人体育活动是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。近二十年来,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。