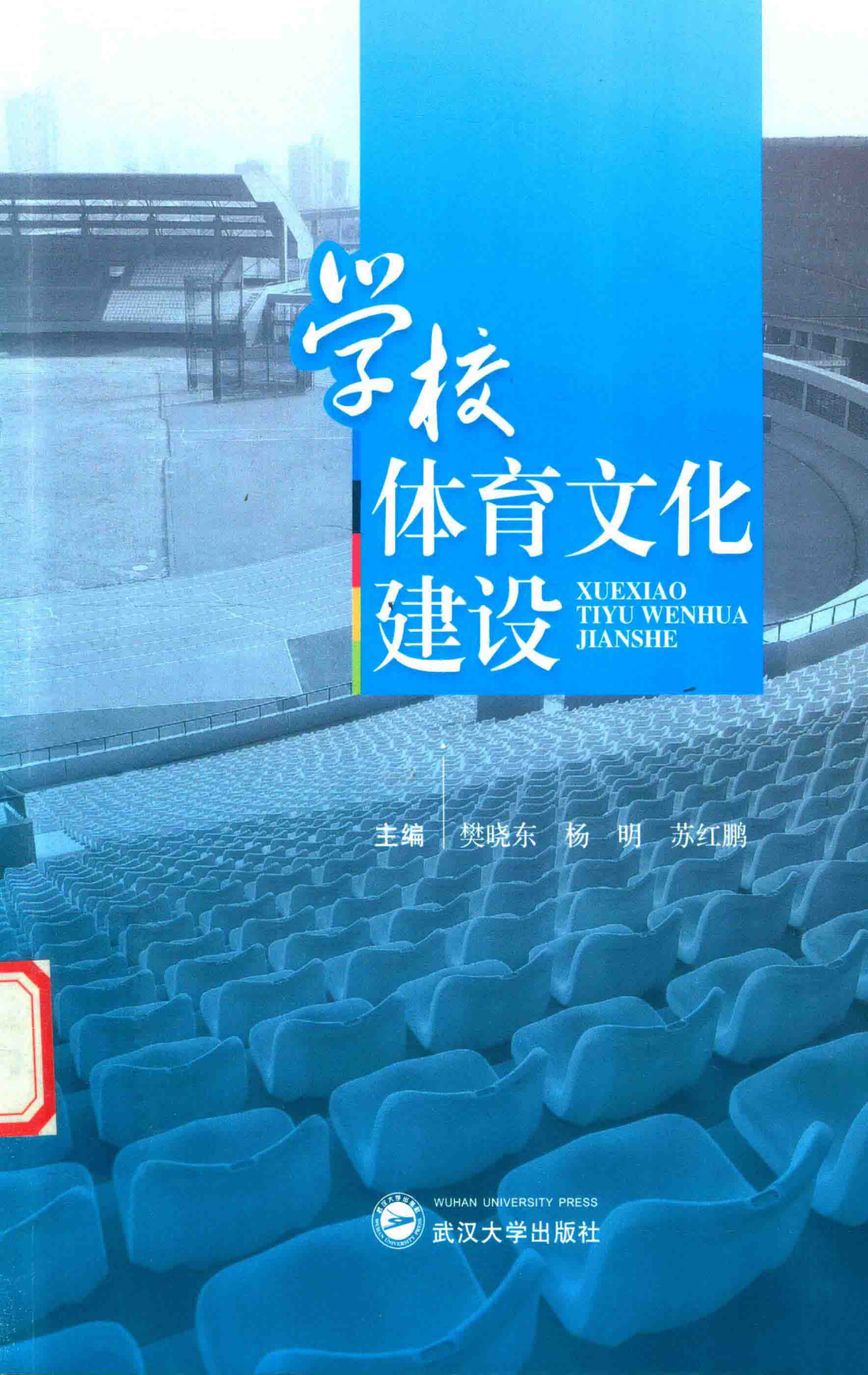




学校

体育文化 建设

XUEXIAO
TIYU WENHUA
JIAN SHE

主编 樊晓东 杨 明 苏红鹏



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

学校体育文化建设

主编 樊晓东 杨 明 苏红鹏



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

学校体育文化建设/樊晓东,杨明,苏红鹏主编. —武汉:武汉大学出版社,2016.12

ISBN 978-7-307-18622-4

I. 学… II. ①樊… ②杨… ③苏… III. 学校体育—体育文化—研究 IV. G807

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 214135 号

责任编辑:刘小娟

责任校对:周卫思

装帧设计:吴 极

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件:whu_publish@163.com 网址:www.stmpress.cn)

印刷:虎彩印艺股份有限公司

开本:720×1000 1/16 印张:16.75 字数:291千字

版次:2016年12月第1版 2016年12月第1次印刷

ISBN 978-7-307-18622-4 定价:48.00元

版权所有,不得翻印;凡购我社的图书,如有质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。

前言

学校体育文化是体育文化的重要组成部分,《全民健身计划纲要》《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知》及《学校体育工作条例》的实施,对我国学校体育文化的开展带来了深刻的影响,同时提出了更高的要求 and 标准。随着学校教育国际化、大众化的发展趋势,学校体育文化的发展也发生了新的变化,我们需要重新思考学校体育文化的建设与发展问题。创新和发展学校体育文化建设,提升学校体育文化氛围,不但能提高大学生的思想道德品质、培养其良好的体育观念、提高其审美情趣、完善其心理特质,而且良好的学校体育文化氛围是培养学生参与体育活动兴趣和动机的基础,更是培养学生锻炼习惯和实现终身体育目标的基础。

通过对学校体育文化的内涵、组成因素、系统结构、拓展路径、传播途径等方面进行研究,运用社会学、传播学、系统论等现代文化推广技术对学校体育文化进行积极推广,使生动、规范、积极、活跃的学校体育文化成为学校文化的支柱,并且能够在学校素质教育中得以传承,提高学生对学校的认同感和自豪感,从而推动学校体育的国际交流,使其成为学校文化的重要内容和推动力。本书具体介绍了文化与学校体育的联系以及学校体育文化的概念、内涵、组成因素及其特征和功能,并且分析了学校体育文化建设的系统结构、特性、构建因素,为学校体育文化建设的路径、推广方法以及传播与传承提供了建议。

本书在挖掘学校体育文化组成因素的基础上,构建具有特色的学校体育文化体系,使其具有明显的可传承性,进而形成标志性的学校素质教育符号。学校体育文化建设肩负着文化引导使命,使学生理解学校体育文化,在进行体育活动时有所遵循、有所依赖和有所借鉴。

本书为“中央高校基本科研业务费专项资金”资助(项目编号:141341001)。

由于编者水平有限,本书疏漏和错误之处在所难免,恳请读者批评指正。

编者

2016年10月

— 1 —

目 录

第一章 体育文化溯源·····	(1)
第一节 体育文化的含义·····	(1)
第二节 体育文化的起源及历史背景·····	(7)
第二章 我国传统体育文化·····	(9)
第一节 我国传统体育文化溯源·····	(9)
第二节 民族传统体育的形成·····	(11)
第三节 我国传统体育文化形式·····	(14)
第三章 西方体育文化·····	(29)
第一节 西方体育文化概述·····	(29)
第二节 奥林匹克体育文化·····	(30)
第三节 中西方体育文化的比较·····	(38)
第四章 我国传统体育礼仪文化·····	(40)
第一节 我国传统体育礼仪文化的形成、形式及特点·····	(40)
第二节 我国传统体育礼仪的形式及变迁·····	(45)
第五章 学校体育文化概述·····	(48)
第一节 学校体育文化的发展·····	(48)
第二节 国内外学校体育文化建设·····	(51)
第三节 学校体育文化建设的结构及方向·····	(54)
第六章 学校体育文化教育·····	(56)
第一节 学校体育管理·····	(56)
第二节 培养学生终身体育能力·····	(62)
第三节 体育认知能力评价体系·····	(75)
第四节 学校体育组织及活动·····	(79)
第五节 体育文化兴趣培养·····	(82)



第七章 体质健康监测实验室	(86)
第八章 体育的美学文化	(93)
第一节 竞技体育的美学原理	(93)
第二节 学校体育的美学特征	(96)
第九章 学校体育礼仪教育	(98)
第一节 学校体育礼仪教育的规律和特点	(98)
第二节 学校体育礼仪教育的现状	(101)
第三节 传统体育礼仪与学校体育教学实践的结合	(104)
第十章 学校体育的竞赛文化	(110)
第一节 高校“教体结合”的现状及存在的问题	(110)
第二节 高校“教体结合”的管理体系	(112)
第十一章 数字化校园体育文化	(116)
第一节 数字化校园体育文化的结构	(116)
第二节 实现校园体育文化的虚拟技术	(116)
第十二章 学校体育运动文化	(118)
第一节 篮球运动文化	(118)
第二节 乒乓球运动文化	(127)
第三节 网球运动文化	(141)
第十三章 学校体育产业文化	(154)
第一节 高校体育资源概述	(155)
第二节 高校体育资源的社会化运作	(158)
第三节 高校体育资源产业化的影响	(160)
附录一 学校体育文化问答集	(163)
附录二 学校体育文化问答集答案	(246)
参考文献	(257)

第一章 体育文化溯源

第一节 体育文化的含义

一、文化的含义与基本特征

文化是人类活动的模式以及给予这些模式重要性的符号化结构。在文化大繁荣、大发展的今天,在社会各个领域都在探讨和寻求自身文化建设的同时,学校也在积极地构建能代表自身价值的优势文化。从民族文化到企业文化,从传统文化到与世界接轨的交融文化,从国家文化的塑造到个人自身文化修养的提高,文化建设已经成为关注的焦点。

“文”的本意是各色交错的纹理,后引申为包括语言文字在内的各种象征符号,进而具体化为文物典籍、礼乐制度,具有修饰、修养、人为加工等含义,以及美、善、德行之意。“化”的本意为发生、变化、造化。狭义的文化,主要是指人类社会意识形态及与之相适应的制度和设施;广义的文化,是指人类所创造的物质和精神财富的总和。文化包括物质、精神、语言、社会组织等方面。

二、体育的内涵

体育是人类社会发展中,根据生产和生活的需要,遵循人体身心的发展规律,以身体练习为基本手段,达到增强体质,提高运动技术水平,进行思想品德教育,丰富社会文化生活而进行的一种有目的、有意识、有组织的社会活动,是伴随人类社会的发展而逐步建立和发展起来的一个专门的科学领域。体育的概念有广义和狭义之分。体育的广义概念(亦称体育运动),是指以身体练习



为基本手段,以增强人的体质,促进人的全面发展,丰富社会文化生活和促进精神文明为目的的一种有意识、有组织的社会活动。它是社会总文化的一部分,其发展受一定社会的政治和经济的制约,并为一定社会的政治和经济服务。体育的狭义概念(亦称体育教育),是一个发展身体,增强体质,传授锻炼身体知识、技能,培养道德和意志品质的教育过程,是对人体进行培育和塑造的过程,是教育的重要组成部分,是培养全面发展的人的一个重要方面。

三、体育文化的定义

体育文化是指体育运动本身所蕴含的、围绕体育运动所形成的一切物质文明与精神文明的总和。体育文化同时可指体育运动某一方面的文明因素。体育文化的主体是人类,体育文化是人类特有的社会文化现象和文明成果,泛指人类在体育历史发展过程中所创造的物质财富和精神财富的总和。体育文化是在增强人类健康、提高人们生活质量的过程中创造和形成的一切物质财富和精神财富,包括与之相适应的社会组织及规范体育活动的各种思想、制度、伦理道德、审美观念,还包括为达成目标而进行的各种改革举措以及相应的成果。

1. 借用物质与精神的二元关系来定义体育文化

这种界定源自《辞海》“文”部条有关“文化”的定义——文化“广义指人类在社会实践过程中所获得的物质、精神的生产能力和创造的物质、精神财富的总和”。持这一观点的学者认为体育文化是有关体育运动的物质文明和精神文明的总和,即在社会中的人们通过长期的体育实践所创造物质、精神财富的总和。

2. 借用文化结构主义来定义体育文化

国内某些学者倾向于从文化结构层次来定义体育文化。关于文化结构,理论界存在诸多提法。如物质文化与精神文化两分说;物质文化、制度文化、精神文化三层说;物质、制度、行为、心态四层说;物质、社会关系、精神、艺术、语言符号、风俗习惯六大子系统说等。

3. 借用狭义的文化概念来定义体育文化

这类观点把体育文化限定在体育精神现象或与体育活动相关的社会意识形态以及与之相应的制度和组织机构等范畴之内,也称为狭义体育文化说。狭义体育文化论者主张把体育文化的概念的外延限定在精神领域,认为体育

文化就是指以身体的活动为基本形式,以身体的竞争为特殊手段,以身体的完善为主要目标的体育活动过程中人的精神生活的有关方面。

体育文化究竟应该如何定义?体育文化的主体是人类,是人类特有的社会文化现象和文明成果,泛指人类在体育历史发展过程中所创造的物质财富和精神财富的总和。1974年,内蒙古教育出版社出版的《体育名词术语》给体育文化下的定义是:体育文化是指“广义文化的一个组成部分,它综合各种利用身体文化锻炼来提高人的生物学和精神潜力的范畴、规律、制度和物质设施”。

四、体育文化的要素

从体育文化的定义来看,体育文化包含体育精神文化、体育制度文化、体育物质文化三方面的要素,这三方面的要素共同构成了体育文化的结构。

1. 体育精神文化

体育精神文化主要指体育文化的精神、观念层面,包括人们在长期的社会生活和互动中对体育产生的价值观念、心理倾向,以及通过抽象的声音、色彩等表现体育精神的艺术文化等。

2. 体育制度文化

体育制度文化主要指体育文化的制度规范层面,包括体育运动中人的角色、地位及各种体育活动的组织形式,为促进体育的发展而形成的各种组织机构,人们围绕体育而创造的各种直接影响体育活动的原则,制定的各种规章制度、条例以及管理体制和风格等。

3. 体育物质文化

体育物质文化主要指体育文化的物质实体层面,包括凝结体育文化特质的各种物质产品,如体育场地、设施、器械和装备以及锻炼与运动的环境等。

体育物质文化处于最外层,精神文化是内核,而制度文化处于物质文化和精神文化两者之间。也可以认为,精神文化是内在文化,制度文化和物质文化是外在文化。

从体育文化总体性分析,精神文化中的体育思想、价值观等占主导地位;制度文化是精神文化在人们体育行为和体育生活中的体现;物质文化则是精神文化通过人们的体育实践在物质产品上的体现。



五、体育文化的特征

所谓体育文化,是一切体育现象和体育生活展现出来的一种特殊的文化现象,即人们在体育生活和体育实践过程中,为谋求身心健康发展,通过竞技性、娱乐性、教育性等手段,以身体形态变化和动作技能所表现出来的具有运动属性的文化。体育文化总是与人的体育生活紧密联系在一起,反映本民族的、传统的体育特征,这些传统的体育文化规范着本民族的体育行为,也影响着人们不同的体育价值观念。体育文化总是和一个地区或民族的社会文明、物质文明以及自身的产生和发展具有互动发展的关系。例如,我国南方人灵巧则善于技巧性的运动,而北方人体力充沛则善于摔跤、马术;南方人身体单薄需要比北方人更多的相互协作,因此在体育运动中倾向于集体项目,而北方人个高力大及其性格上的特征,则在体育运动中倾向于个性化项目。

体育文化是一门自然科学和社会科学相结合的综合性科学。从文化学角度看,体育文化是人类整体文化系统中的一个分支,有其独特的个性,它的产生和发展有着自身的变化规律,因此它具有独立性的一面。现代体育教育和世界教育的发展潮流是一致的。一百多年来,体育教育不但极大地丰富了体育文化,提高了体育在社会中的地位和价值,而且在促进人的全面发展、协调发展、完善发展中起到了重要作用。从中可以看出体育文化反映了以下特征。

1. 符号性

无论是物质形态文化、精神形态文化,还是社会关系形态文化,其核心都是一种(广义的)符号运用。这是人类所特有的,通过在后天环境中学习,不断积累经验,从低级到高级创造出来的。动物没有符号,只对信号作出条件反射;而人把信号改造成有意义的符号。可以说,人生活在文化氛围中,也就是生活在符号之中。

2. 社会群体性

任何文化都不能脱离社会而存在,并且文化为一定社会群体所共有。个体后天习得和创造的思想、观念等,只有在被他人所接受后,才能称之为文化。文化的社会群体性是有不同层次和范围的,有的文化因素属于全人类,有的仅属于某个民族或地区。属于全人类的文化因素具有人类性或世界性(也称全球性)的特征,属于某个民族或地区的文化因素具有民族性和民俗性的特征。

3. 复合性

从文化的广义含义来理解,它除了以教育、科学、艺术等为重要组成部分之外,还包括体现在人们物质生活和社会关系中的饮食文化、服饰文化、居住文化、婚俗文化、信仰文化、游艺文化、体育文化等,因此,文化往往与众多领域复合,是复杂的整合体。

4. 继承性

以奥运会为典型的欧洲竞技体育,在古代延续了一千余年后,虽因战争等因素,曾被迫中断,但在约 1400 年后,近代奥运会重新兴起,虽是间接地继承,但仍可说明竞技体育作为一种进步文化的现象。在我国,各种养生导引术、武术技击、民间游戏、赛龙舟、放风筝等体育活动,经历了几千年的承袭、发展、演变,成为中华民族传统体育的瑰宝,并越来越引起世界的关注。

5. 时代性

任何文化的发展都具有一定的时代特征。如古代奥运会进行的项目主要是田径、摔跤等个人项目,那是古希腊的民主政治提倡个性解放时代的必然产物;而到了 20 世纪的现代奥运会,则越来越多地增加了各种球类比赛等集体项目,深刻地反映出工业大生产条件下的一种新型人际关系。当今休闲体育运动的兴起,反映了后工业化社会带来的物质文明和生活方式的变革。

6. 民族性

任何形态的民族文化,都是适应本民族的特点而形成、发展的。例如,我国 56 个民族多数有自己的以民族体育活动为主的传统节日,如傣族的泼水节、苗族的花山节、侗族的三月三、白族的三月街、藏族的藏历年和雪顿节、蒙古族的那达慕大会、彝族的火把节等;侗族的抢花炮、朝鲜族的荡秋千、土家族的摆手舞、藏族的锅庄、纳西族的东巴跳、苗族的跳芦笙、维吾尔族的达瓦孜、哈萨克族的姑娘追等目前仍是各民族极具代表性的传统体育项目,也是民族文化的瑰宝。

六、体育文化的功能

1. 教育和培养功能

体育文化构成了人们生活的文化环境,不断地影响人的自我发展,发挥着教育和培养人的作用。体育教育直接、有效地培育人的体质,体育文化潜移默化



化地影响着人的性格。从最初的坐、爬、站立,到后来的走、跑、跳、投、攀登、爬越;从人体肢体活动的技能、技巧,到参加游戏和观看、参与体育竞赛;从遵守活动和比赛规则,到养成良好的生活习惯和健康的生活方式等,无不与体育文化的教育和培养功能息息相关。

2. 聚合和凝结功能

百余年来,和平、友谊、进步的共同理想,把不同国家和民族的人聚合在奥运会的五环旗下。体育文化对人的聚合和凝结作用是其他文化难以比拟的。体育文化的聚合和凝结功能具有多层次性,产生于体育文化精神层面的凝结是最深、最强的,也是比较稳定的。相同的体育文化习惯,相同的体育运动项目的选择,会引起不同程度和范围的聚合,如喜欢踢足球的人可能因为爱好聚合在一起,一群儿童因一个游戏聚合在一起,不过这种聚合是表层的、不稳定的。

3. 调节和引导功能

体育文化已成为现代社会主流文化的具体文化,对道德和法律范围之外人们的社会生活和行为起着十分重要的调节、控制和引导作用。它能使具有不同价值观、道德观的人,甚至是具有不同意识形态的人,汇聚到共同的体育理想和共同的体育价值观下,实现社会矛盾的缓和和协调。例如,有调查统计表明,在奥运会等大型运动会召开期间,各国的刑事案件发生率明显降低。

4. 传承和传播功能

交流和传播是文化发展的一种重要形式,文化传播包括传承性和扩布性两条路线。

传承性是指文化在时间上传衍的连续性,即文化的纵向延续性。早期人类主要通过身体的动作来记录和传承社会文明及种族之间的生存、生活技能。这种文明的传承方式蕴含了大量的原始体育文化因素。

扩布性是指文化在空间上伸展的蔓延性,即文化的横向传播性。体育文化的横向传播既包括各社会群体和群体之间、群体和个体之间、个体和个体之间的互相传递,又包括国家和国家之间、民族和民族之间、地区和地区之间以及国家、民族、地区三者之间的互相传递。

5. 吸收和融合功能

通过体育去吸收、融合各民族的先进文化是极为有效的。我国积极学习西方先进的体育文化,西方国家也不断研究、借鉴东方体育文化的精粹部分,这

都是旨在通过体育文化去吸收、融合他国文化的特质,以繁荣和发展各自的文化。

6. 创造和更新功能

现代体育的发展是以科学研究为主要形式的,这本身就是一种文化创造活动,如体育运动中所提出的“更快、更高、更强”“参与比取胜更重要”“人生能有几回搏”及公平竞争等观念,会逐渐进入人们的精神生活,不断冲击着传统的“中庸之道”等处世哲学,使人们向着锐意进取的观念迈进。

第二节 体育文化的起源及历史背景

一、体育文化的起源

关于体育文化的起源有多种说法,比较普遍的有劳动起源论、军事起源论、游戏起源论、宗教起源论、教育起源论等。

(1) 劳动起源论——从总体上说,人类的文化是通过人类自己的双手和大脑的思维创造出来的。早期人类在求生中学会了奔跑、跳跃等技能,并在追捕猎物等活动中,发展了速度、耐力、力量、灵敏性等各种身体素质。这时的体育鲜明地体现为以生存为直接目的而进行的各种能力的训练。

(2) 军事起源论——从个人之间为争夺狩猎得来的猎物而产生的冲突发展到后来部落之间的武装冲突,各部落为了提升自己的力量进行了有组织的身体训练。

(3) 游戏起源论——原始人在获得大量猎物后,特别是在丰收之后,聚集在一起以游戏欢舞的方式庆贺,这表明了体育是在跑、跳、投等劳动形态中演化出来,并以欢唱和舞蹈来表达内心喜悦的。

(4) 宗教起源论——原始社会后期,由于生产力水平低下,受季节和环境的影响,原始人为求助于自然界恩赐,祭祀天地而形成原始宗教活动,其以体育运动形式进行祭祀。

(5) 教育起源论——随着生产劳动的发展,在军事、游戏中演变出来的运动技能、技巧,以劳动教育的方式传授给后代。这既发展了上述各种技能和身



体素质,又使人类逐步脱离了动物野性,向人性方向进化,形成了具有文化内涵的体育生活。

综上所述,体育文化的产生是人类从动物野性变为人性的过程中上述因素相互综合演化的结果。也就是说,人类在改造自身的过程中,其原始的野性、进攻性通过劳动、游戏、教育以及合理的竞争方式逐步地形成了人类社会特有的文化现象,即体育文化。

二、体育文化的历史背景

人类对文化的研究开始于 19 世纪中叶。许多研究资料表明,东方文化有着极其悠久的历史 and 深刻、丰富的内涵。黑格尔在评论世界文化发展时指出,当黄河、长江流域已经孕育灿烂辉煌的古代文化时,泰晤士河、密西西比河、莱茵河上的居民还在黑暗的原始森林里徘徊,这表明了东方文化有着悠久的历史。然而,在历史演变中,东方文化发展缓慢,甚至停滞不前,导致在很长一段时间里东方文化滞后于西方文化。

体育的历史与人类历史一样悠久,在人类文明的历史长河中,体育文化是人类整个文化的重要组成部分。体育文化是人类本身需求的特殊反映。它是人类在体育生活和体育实践中创造出来的,并通过有形的身体形态、动作技能、运动器材,以及无形的与社会属性相关的意志、观念、时代精神反映出来的,显现出特殊的存在方式。

体育文化和其他文化一样反映了一个时代、一个国家或民族的特征,并规范着人们的体育行为,影响着人们的价值观念。东方体育文化,特别是中国体育文化,在儒家文化的长期影响下形成了以“统一”“中和”“中庸”为追求,以重在修身养性的内向性、封闭性、圆满性为主要特色的体育文化。

第二章 我国传统体育文化

第一节 我国传统体育文化溯源

我国传统体育活动以生存为目的,以祭祀和娱乐为主要的起源形式,并逐渐形成了最早的体育形态和文化,包括射箭、走、跑、跳、投掷、攀登、爬越、游泳等大众喜闻乐见的体育活动。

一、我国传统体育文化发展的时代背景

汉唐时期是我国传统体育活动的鼎盛时期,人们参加体育活动的机会也较多,体育活动广为流行,相当普及。有些体育运动至今仍受到我国大众的喜爱,如舞蹈、养生、棋类、剑术、蹴鞠、导引、百戏、武艺、秋千、投壶、舞龙、踩高跷、登高、赛马等。而唐代女子体育活动的出现则要求体育活动呈现出传统体育与传统伦理观念的互相结合和渗透,体现了我国传统体育文化的最高标准和要求,以及与儒家思想的完美结合。到了明清之后,以修身养性、健体悟道为代表的武术等体育活动,逐渐成为民族文化的表现形式。

二、我国传统体育文化的思想

我国传统体育活动蕴含着深刻的东方哲理和伦理观,同时具有极强的民俗性和娱乐性,故而能在封建社会后期受到严重束缚的情况下,依旧广为流传,彰显出极强的生命力。以孔子、老子、庄子为主的哲学思想和运动思想,对我国传统体育文化影响深远。

孔子提出的“六艺”即礼、乐、射、御、书、数。其中“射”和“御”就是两种体



育教育。孔子提倡:体育和健康要以“仁”和“礼”作为准绳。

老子在养生方面主张“无为”“好静”。他希望人们能够“心灵虚寂,坚守清静”。老子所倡导的虚无主义的静养、修身、养生观念虽然与当今体育锻炼有相悖之处,但对当今面对激烈社会竞争的人们的健康是十分有益的。

庄子继承并延伸了老子的养生思想,他更讲求养生必须“依乎天理,因其固然”,并在“以静为主”的养生思想的基础上提出了“动静结合”的养生之道。名医华佗创造的五禽戏就体现了这一点。

孔子、老子、庄子的养生思想后经不断补充发展,逐渐形成了完备的体系,使人们开始重视形体、精神之间的关系,并意识到形体、精神、寿命之间的相互作用。《管子·内业篇》:“凡人之生也,天出其精,地出其形,合此以为人。”“气道乃生,生乃思,思乃知,知乃止矣。”《庄子·外篇·知北游》:“邀于此者,四肢强,思虑恂达,耳目聪明。”这些言论都体现出我国传统体育文化的重要性。

三、我国传统体育文化的基本特征

1. 注重伦理与道德

我国传统民族文化价值观注重情感、尊崇道德,社会结构是以伦理为主体进行构建的。引申到体育运动中,如蹴鞠、射箭、手搏等传统体育运动都充满了伦理道德、规范教化的文化特性。历代相传的重义轻利价值观,反映在体育上是崇尚体育的伦理价值而贬低体育的实用价值。我国古代注重情感和尊崇道德的观念有着积极的意义,它能规范人们的行为,平和社会气氛,在竞技运动中,它的利弊也是兼而有之的。

2. 注重和谐与统一

我国古代众多哲学家一直倡导的身心统一观,体现在传统养生文化中,即重视形态与精神、身体与思想的关系,将“四肢强,思虑恂达,耳目聪明”的身心完善之人视为人才等观念,对人体健康的认识至今仍有积极意义。是与非、善与恶的伦理价值判断对体育文化的影响极大,所导致的结果是,中国传统体育的一切活动必须以伦理道德标准为前提,并在和谐的文化氛围中达到统一。如当体育活动中强烈的竞技性与温文尔雅的绅士礼仪发生矛盾时,就将竞技与礼仪统一起来,这就是孔子提出的“君子之争”。

3. 注重实际与稳定

自给自足、安居乐业是我国数千年农业型社会的显著特征。长期以来,由

于受到地理环境、生产方式、文化心理特征的影响,人们往往安于现状,注重实际,知足常乐。“中庸之道”的观念,一方面限制了人们的开拓能力,淡化了人们的竞争意识;另一方面,倡导和鼓励人们潜心于自省,安分守己,强化了人们的稳定意识。在体育文化活动的表现形式上,我国古代体育运动多以个体的、娱乐性的、技艺性的、表演性的项目为主,如礼射、投壶、放风筝、跳绳、棋牌等,而对抗性的、竞争性强的、集体性的、身体接触较多的项目较少,且难以流行。

4. 注重理性与人文教养

儒家思想的核心是“礼”,提倡中庸思想,讲究忠恕之道,凡事要恰到好处,不能过分,不要偏倚。在儒家思想的长期影响下,中华民族体育文化形成了自身的特色。儒家文化强调文化意境,更多地注重艺术性。我国体育文化重视对身体之外的拓展性价值,重视对集体和社会的意义,忽略体育文化的本体,重视体育文化中的理性思辨,而忽略实际操作。

第二节 民族传统体育的形成

在我国古代,虽无“体育”一词,但有“养生”“导引”“武术”“气功”等与体育相关的古老名词。中华民族传统体育是由中华民族创造的一种文化现象,它包含了民族的伦理价值、性格特征与审美情趣,是一个民族文化的重要组成部分。中华民族传统体育,既是中华民族文化的展示,又是中华民族精神的体现。

当今世界上,绝大多数国家都是由多个民族构成的。但是,像中国这样由占全国人口90%以上的汉族和55个少数民族共同组成的国家却是绝无仅有的。中华民族作为一个自觉的民族实体,对中华民族传统体育的影响是十分深刻的。汉族在夏、商、周时期从东方文化与西方文化中汲取了诸多的文明成果,经春秋时期的融合,到秦代,又统一了黄河、长江两大流域的平原地区。后来在多元文化的基础上,统一成为汉族。经两千多年的发展,汉族逐渐向各地扩展,融合了其他地区的多民族人口,形成中华民族多元一体的发展格局。从现存的少数民族传统体育项目中可以看出,许多少数民族传统体育的内容与竞赛规则都具有汉族体育文化影响的痕迹。

民族传统体育的形成、发展,主要取决于各民族生存环境中的地缘关系和