

 体育院校通用教材

体育基本理论

TIYUJIBENLILUN

周西宽 主编

全国体育院校教材委员会 审定



人民体育出版社

体育院校通用教材

体育基本理论

周西宽 主编

全国体育院校教材委员会 审定

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

体育基本理论/周西宽主编, —北京: 人民体育出版社, 2006

体育院校通用教材

ISBN 978 - 7 - 5009 - 3072 - 3

I. 体… II. 周… III. 体育理论-高等学校-教材

IV. G80

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 121716 号

*

人民体育出版社出版发行

化学工业出版社印刷厂印刷

新华书店经销

*

880 × 1230 32 开本 12.5 印张 333 千字

2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷

印数: 1—5,000 册

*

ISBN 978 - 7 - 5009 - 3072 - 3

定价: 19.00 元

社址: 北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话: 67151482(发行部) 邮编: 100061

传真: 67151483 邮购: 67143708

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

前 言

本书是以《体育基本理论教程》（人民体育出版社2004年10月出版）为蓝本，经改编简化而成，目的在于使之更好地适应体育院校本科教学的需要。当然，仍可满足一般体育教师、教练员以及其他体育工作者的学习和参考之用。

本书对体育的一些基本问题，尤其是当代体育实践中的某些宏观性、全局性的理论问题，进行了新视角的探索和较为全面、系统的阐述，反映和概括了我国改革开放以来体育基本理论的动态和成果。从内容上看，它不仅涵盖《体育概论》，而且在许多方面有所创新和发展。因此，本书既可作为一般的体育理论性读物，也可作为《体育概论》一类的更新或替代教材使用。

本书编著者应视为其母本《体育基本理论教程》的原著者。他们是：

主编，周西宽；撰稿人（以姓氏笔画为序），王广虎、卢锋、李建中、肖焕宇、何芝、何颖、闵健、张岩、周西宽、胡小明、柳伯力、徐明、程大力、舒为平、黎莎、颜绍沪、霍红。

在本书编著过程中，曾得到国家体育总局科教司、人民体育出版社和成都体育学院的大力支持与帮助，借本书出版的机会，再次向以上单位的领导和同志们表示由衷的谢意。

本书难免有疏漏或不尽如人意之处，切望读者批评指正。

编者

2006年8月

目 录

总论	(1)
一、体育基本理论的学科性质与特点	(1)
二、体育基本理论的发展历程	(3)
三、体育基本理论的研究对象与领域	(7)
四、体育基本理论体系的重构	(12)
五、学习与研究体育基本理论的重要意义	(13)
第一章 体育的概念	(15)
第一节 古代体育概念	(15)
一、古代希腊的体育概念	(15)
二、古代中国体育的相似概念	(17)
第二节 近代体育概念	(18)
一、近代欧美国家的体育概念	(18)
二、近代中国的体育概念	(21)
第三节 现代体育概念问题	(25)
一、有关“体育”概念的困惑与争论	(25)
二、“体育”概念混乱的根源	(26)
三、体育本质与概念的再认识	(30)
四、体育总概念的相似概念	(33)
第二章 体育的观念	(36)
第一节 体育整体观	(36)

一、体育整体观的提出与意义	(36)
二、体育整体观的应用	(38)
第二节 体育价值观	(46)
一、体育价值观概述	(46)
二、体育价值观与体育理念	(49)
三、体育价值观与体育精神	(51)
第三节 人文体育观	(53)
一、体育呼唤人文精神	(53)
二、现代体育的人文价值取向	(55)
第四节 科学体育观	(62)
一、科学体育观的形成与认同	(62)
二、科学体育观的多视角分析	(65)
第三章 体育的基本形态	(75)
第一节 体育教育	(76)
一、体育教育的体系与特征	(76)
二、学校体育	(77)
三、体育专业教育	(82)
第二节 竞技体育	(86)
一、竞技体育的含义与构成	(86)
二、竞技体育的特征	(87)
三、竞技体育的目的与任务	(90)
第三节 群众体育	(91)
一、群众体育的基本特征	(91)
二、群众体育的重要意义	(92)
三、群众体育的发展趋势	(95)
第四章 体育的基本功能	(97)
第一节 体育功能概述	(97)

一、体育功能的概念	(97)
二、体育作用的对象	(98)
三、体育功能的变化与发展	(100)
第二节 体育的基本功能	(103)
一、健身功能	(103)
二、娱乐功能	(105)
三、益智功能	(107)
四、育德功能	(107)
五、社会功能	(108)
第五章 体育的目的与任务	(111)
第一节 体育目的任务的确定依据	(111)
第二节 我国体育的目的与任务	(112)
一、我国体育的目的	(112)
二、我国体育的任务	(113)
三、影响体育目的任务实现的主要因素	(119)
第六章 体育的实施途径	(123)
第一节 体育教学	(123)
一、体育教学概述	(123)
二、体育教学的基本特点	(124)
三、体育教学的基本组织形式——体育课	(129)
四、课外体育活动	(131)
第二节 运动训练	(134)
一、运动训练概述	(134)
二、运动训练的基本特点	(135)
第三节 运动竞赛	(140)
一、运动竞赛的基本特征	(140)

二、运动竞赛的价值	(141)
三、运动竞赛的分类	(148)
第四节 体育锻炼	(150)
一、体育锻炼概述	(150)
二、体育锻炼的基本特点	(153)
第五节 体育娱乐	(161)
一、体育娱乐概述	(161)
二、体育娱乐的基本特点	(162)
第七章 体育的基本手段	(167)
第一节 体育手段概述	(167)
一、体育手段的特点	(167)
二、体育手段的产生与发展	(168)
三、体育手段的分类	(169)
第二节 传统体育手段	(170)
一、游戏	(170)
二、体操	(173)
三、竞技运动项目	(176)
四、舞蹈	(178)
五、我国民族传统体育项目	(180)
第三节 时尚体育手段——极限运动	(184)
一、极限运动的特点	(184)
二、极限运动项目的分类	(185)
三、极限运动部分项目简介	(186)
第四节 体育手段的构成	(190)
一、身体练习	(190)
二、运动动作要素	(191)
三、运动质量与效果的评定	(192)

第八章 体育与社会要素	(194)
第一节 体育与政治	(194)
一、体育与政治密切相关	(194)
二、政治对体育的利用	(200)
三、体育本质的非政治特征	(203)
第二节 体育与经济	(207)
一、经济是体育发展的基础	(207)
二、体育对经济发展的作用	(211)
第三节 体育与教育	(216)
一、体育是全面发展与全面教育的重要组成部分	(216)
二、体育与德育、智育、美育的关系	(218)
三、体育与平等观念及法制精神的培养	(223)
第四节 体育与艺术	(225)
一、体育与艺术相伴发展	(225)
二、体育与各门艺术的联系	(228)
三、体育与各门艺术的区别	(233)
第五节 体育与军事	(235)
一、体育与军事的紧密联系和相互促进	(235)
二、体育与军事紧密联系的利弊	(238)
三、现代军事体育的勃兴	(239)
第六节 体育与医学	(241)
一、中国传统体育与传统医学的相互联系和促进	(242)
二、国外体育与医疗卫生的相互联系和促进	(245)
三、在体育与医学互渗中诞生的运动医学	(248)
第七节 体育与宗教	(250)
一、因宗教而产生与被倡导的体育	(251)
二、基督教的宗教改革及其对体育的贡献	(254)

第九章 体育的相关运作	(259)
第一节 体育体制及其改革	(259)
一、国外体育体制的几种模式	(259)
二、我国体育体制及其改革	(265)
第二节 体育法制与伦理建设	(275)
一、依法治体与体育法制建设	(275)
二、我国体育法的颁行及主要内容	(281)
三、体育伦理建设的重要意义与途径	(285)
第三节 体育发展战略的研究与实施	(291)
一、发达国家的体育发展战略	(292)
二、我国体育发展战略	(302)
第四节 体育产业与体育市场	(312)
一、体育产业概念	(312)
二、体育产业在国民经济部类中的归属	(316)
三、体育市场概述	(320)
第五节 体育环境及其优化	(335)
一、体育环境概述	(335)
二、体育与社会人文环境	(337)
三、体育与自然环境	(345)
四、体育与人工环境	(352)
第六节 体育科技工作与体育科研方法	(357)
一、体育科技工作	(358)
二、体育科研方法	(363)
第七节 体育的宏观评估与预测	(374)
一、体育宏观评估原则及要素	(375)
二、体育预测及其基本方法	(381)
主要参考文献	(387)

总 论

体育是一种社会现象，是人类完善自我身心与开发自身潜能的一种特殊的实践活动。体育的历史几乎和人类的文明史一样悠久。世界各国历史已经证明：文明的进步孕育了体育，并带动体育不断发展；而体育的发展又丰富了文明的内容，并推动了文明的进程。“体育是社会发展与人类文明的标志，体育事业发展水平是一个国家综合国力和社会文明程度的重要体现。”●

在漫长的历史长河中，在生产劳动和其他各种社会活动中，人们创造了丰富多彩的体育活动形式（形态），同时也在体育实践中逐步加深对于体育的认识，并形成各色各样的体育思想、观念和理论。

近百年来，随着现代体育的发展，特别是第二次世界大战以后，随着体育科技的长足进步，各种体育思想、理论与方法经过长期积累而形成的综合型体育理论，逐渐分化为体育基本理论、体育分支学科理论和体育专项技术理论三大类别，并构成现代体育科学的基石。

一、体育基本理论的学科性质与特点

作为学科名称，过去极少使用“体育基本理论”这一词语，但与之相近的学科名称却很多，如体育原理、体育学原理、体育概

● 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。（中发〔2002〕8号）2002-07-01.

论、体育学概论、体育理论导论、体育原理导论等等。这些名称各异的学科和著述，虽然大多囿于体育教育理论而存在一些理论空白，许多方面也亟待规范，但它们都或多或少对体育基本理论有所概括、有所阐释、有所介绍。

所谓体育基本理论，是指体育宏观性、全局性的知识体系。或者说，它是关于体育整体性、综合性的基础理论；也可以说是整个体育事业的基本理论。体育基本理论属于体育学科中的一门基础学科，同时也是人文社会学科中的一个分支学科。

相对于其他学科，特别是体育分支学科和体育专项技术学科而言，体育基本理论的学科特点主要有四：

一是研究对象的整体性。任何科学的理论都来源于实践、服务于实践，并在实践中不断发展。体育基本理论也不例外，它离不开体育运动的整体实践。自上个世纪以来，随着现代体育的发展，人们愈来愈趋向于将学校体育、竞技体育和大众体育这三种既有联系又有区别的体育形态视做广义体育（即通常所说的“大体育”），体育基本理论就是以这种广义体育的整体实践作为其研究对象，其重点则在于研究和阐明体育整体各要素之间、体育与各社会要素之间的关系及其规律性。这和其他体育学科以个别体育形态或体育的局部现象作为研究对象的情形，是既有联系又有显著区别的。

二是研究视角的宏观性。体育基本理论的研究对象虽然是体育的整体实践，但却又不是体育实践的一切方面、一切领域，而只是体育实践的宏观层面，即体育实践在时、空两个维度的宏观现象（体育的时间维度表现为体育宏观发展过程和实施过程，体育的空间维度表现为各种相互联系的体育形态之实践总和）。因此，体育基本理论的研究视角必须是宏观的。凡是有关体育宏观性、全局性的理论与实践问题，都是体育基本理论应当关注、研究并寻求解决的。

三是研究内容的时代性。体育基本理论的研究内容在时间上、空间上跨度极大，可以说，古今中外的体育现象无不在其视野范围

之内。而且,历史的底蕴本应是理论的重要品格,体育基本理论也不例外。然而,体育基本理论毕竟不是专门的体育史学科,它的研究目的主要在于回答当代体育实践所提出的各种理论问题。毫无疑问,它必须与时俱进,反映出时代的需要、时代的特征,具有时代的气息。因之,“坚持理论联系实际,注重研究全局性、前瞻性、战略性的重大问题,促进理论创新、制度创新、科技创新的蓬勃进行”^①,乃是当今时代赋予体育基本理论的历史使命。

四是研究方法的综合性。由于体育是一种多目标、多形态、多序列、多层次的复杂社会活动,体育基本理论的研究方法也具有复杂性和综合性。通常使用的方法有哲学的、逻辑学的、社会学的、历史学的、教育学的、预测学的等等,而多学科的综合研究乃是其基本的方法,其中包含通常所使用的文献法、调查法、系统方法和实证方法等等及其综合性应用。

二、体育基本理论的发展历程

体育基本理论的发展历程,大体可分为四个阶段。

(一) 萌发阶段(16—19世纪)

16世纪是欧洲文艺复兴运动的极盛时期。此后,直到19世纪中后期,近代体育在欧美逐步形成并得到初步发展。体育的行业化、教育化、学科化是这一时期体育的基本特征。与此相应的是,体育著作和有关体育的教育著作大量问世。前者如意大利医生H. 美尔库里亚利斯所著《体操术》(1—6卷)、德国著名学者G. A. 菲特所著《体操百科全书》(1—3卷)、德国体育先驱J. C. F. 古茨穆斯所著《青年的体操》、德国“学校体育之父”A. 施皮斯

^①党和国家领导人在北戴河亲切会见部分国防科技专家并与他们座谈。经济日报, 2001-08-07.

所著《体操论》(1—4卷)、瑞典体育先驱 P. H. 林所著《体操的一般原理》等,后者如意大利空想社会主义者康帕内拉所著《太阳城》、英国哲学家和教育家 J. 洛克所著《教育漫话》、英国社会学家 H. 斯宾塞所著《智育、德育、体育论》、捷克教育家夸美纽斯所著《大教学论》、法国启蒙主义思想家卢梭所著《爱弥儿——论教育》等。这些著作的问世,不仅极大地推动了当时的体育学术研究之风,而且更凝结了可贵的近代体育思想和综合性的体育理论知识,其中也包括早期体育基本理论的萌芽。由于当时近代体育尚处于初步发展时期,体育基本理论既无必要也无可能从综合性的体育思想、理论中分离出来而成为专门学科。

(二) 初步形成阶段(20世纪初期—70年代)

早在19世纪末叶,欧洲一些国家在卢梭自然主义教育思想的影响下,曾推行各种名目的体操(体育)改革。这种改革,一方面促使学校体育进一步制度化;另一方面也使较为新鲜、活泼、自然的体育活动方式,逐渐成为学校体育的主要手段和内容。20世纪初,因受 W. 詹姆士实用主义哲学和杜威教育学说的直接影响,在美国,为顺应学生(或儿童)兴趣、爱好,使其个性以自由发展为主旨,以户外运动、游戏为主要手段的“自然体育”在学校兴盛起来。而反映和主张“自然体育”的思想、理论体系亦应运而生,其标志是1927年哥伦比亚大学 J. F. 威廉斯所著《体育原理》的出版。此后数十年间,该书的理论广为流传,且类似著作在美国和其他国家也相继出版,如美国1951年出版了 C. L. 布劳维尔与 E. P. 哈格曼合著的《体育的基础和原理》、1959年出版了 E. W. 尼克森与 F. W. 考森斯合著的《体育概论》、1969年出版了 C. A. 布切尔的《体育基础理论》,英国也于1950年出版了 M. 兰德尔(Randall)所著《现代体育观》。这些都是当时西方国家体育教育理论研究的代表作。

日本早在明治维新时期就有《体育学》付梓,但它并非理论性

著作。第二次世界大战前，日本多使用美国《体育原理》日译本或编译教材。战后，川村英男于 50 年代末出版了具有日本特征的《体育原理》。此书至 70 年代已出版经修改的版本达 10 次之多。是时，日本对于体育基本理论的研究甚为活跃，前川峰雄、今村嘉雄也分别编著并出版了《体育原理》和《体育学概论》。日本的体育校、系大多设置了这类学科。

苏联于上个世纪 20 年代即在体育学院开设“体育理论和一般教法”的课程。但是“由于实际材料不足以及其他一些原因”，当时没有形成一门完备的学科。第二次世界大战以后，该国出版过多种《体育理论》。这种苏式社会主义计划经济体制下所形成的体育理论体系，以概括、反映苏联体育教育和竞技运动的理论为其主要内容，它不仅在本国，而且长时间在当时的东欧各国和新中国流行。70 年代中期，苏联又出版了列·巴·马特维耶夫主编的《体育理论与方法》（1976），并开始酝酿体育理论领域的革新。

中国的体育基本理论研究肇始于 20 世纪初期的新文化运动。当时最有代表性的论著当数 1917 年毛泽东以“二十八画生”的笔名发表在《新青年》杂志上的《体育之研究》。该论文以唯物辩证的观点就体育的一些基本问题，如体育的含义、体育的功效和意义、体育在“三育”中的地位、体育锻炼的方法等，进行了系统的阐述。之后，一些留学美国攻读体育专业的人士陆续回国并编著、出版了多部体育理论性著作，如 1929、1933 年分别出版的宋君复、方万邦所著《体育原理》，1935 年出版的吴蕴瑞和袁敦礼合著的、影响较大的《体育原理》，1944 年出版的王学政所著《体育概论》。新中国成立以后，成套地引进了苏联体育理论，如依·格·凯里舍夫所著《苏联体育理论》和另一本《体育理论讲义》分别于 1954 年、1956 年由人民体育出版社出版。这种理论虽然仍侧重于体育教育理论方面，然而同过去的体育原理、概念之类比较，总是有了一些新意，比如在运动训练、群众体育等方面都有一定程度的理论概括；对学校体育的实施，也有更详细、更具操作性的内容。由于这

门学科本身并不成熟，理论层次不高，加之许多方面仍不适合我国国情，早在上个世纪 50 年代末，我国有关学者就对该学科提出了一些改革的意见。60 年代初，在国家体委的领导下，我国首次编写了体育院系通用的《体育理论》教材。该教材在一定程度上总结、概括了新中国成立以来体育运动的实践经验，但在总体上仍然没有摆脱苏联体育理论的框框。

总之，20 世纪初期至 70 年代前期，体育基本理论虽然初步形成，且反映这种理论的体育“原理”和“概论”一类书籍（主要是教科书）名目繁多，但是，从内容上看，这些著作，大多偏重于较为成熟的体育教育理论方面。即使是 70 年代后期的这类著作，对于第二次世界大战后现代体育的新情况，特别是大众体育的兴起、竞技体育的飞速发展，从理论上也少有概括、少有建树，因之存在着不少理论空白（这固然反映了当时理论滞后于实践的实际状况，同时也是和人们长期对体育的狭义理解分不开的）。此一时期，由于冷战、意识形态和不同价值观的影响，东、西方各国在体育基本理论方面有着较大的差异。

（三）改革阶段（20 世纪 70 年代后期以来）

第二次世界大战以后，科学技术迅猛发展，体育科学和其他科学一样出现既高度综合又急剧分化的趋势。一批体育新兴学科、边缘学科陆续产生。在这种趋势的促动下，在体育实践需要的强烈呼唤下，上个世纪 70 年代末至 80 年代初，一些国家（主要是苏联和受其影响较大的国家）开始进行体育理论方面的改革尝试。

先是苏联在《体育理论与方法》这门学科的基础上，通过分化与综合而建立两个独立的、理论性更强的体育教育理论体系和运动训练理论体系。这方面，最有代表性的著作是著名体育教育理论家、运动训练理论家列·巴·马特维耶夫于 1977 年发表的《运动训练原理》和 1983 年主编、出版的《体育理论导论》（经官方审定的体育学院教材）。在《体育理论导论》中，作者讨论了“体育

教育基本理论”问题，并提出建立“体育总论”的主张。作者指出：“在业已形成的与体育直接有关的专门学科之中，体育教育理论是概括性最强的一种，但它并不是体育总论，因为体育并不仅仅以体育教育的形式存在。”又说：“群众体育发展的客观趋势，以及科学地认识其内在规律，要求建立概括性更强的科学知识体系，于是‘体育总论’应运而生。这门学科尚未达到完善，但正在迅速发展。”这里所说的“体育总论”，无疑就是我们今天所说的“体育基本理论”。只是建立“体育总论”的设想当时并未成为现实。1991年出版了列·巴·马特维耶夫所著《体育理论与方法》。苏联及东欧的某些国家解体之后，此书名称及理论体系一直为俄罗斯、某些独联体国家和东欧国家沿用，且作为体育院校的必修科目之一。

在中国，上个世纪70年代末、80年代初，作为一门学科，体育理论在结束“文革”动乱后的拨乱反正中得以恢复。1981年有关学者修订了原《体育理论》统编教材。在修订本中，明确地把《体育理论》内容划分为四大部分，即体育概论、学校体育、运动训练和群众体育。1983年后在分化与综合的趋势下，《体育理论》又在前述四个部分的基础上，分别建立四门独立的学科：“体育概论”“学校体育学”“运动训练学”和“群众体育学”。这种学科格局一直延续至今。

20多年来，除“体育概论”外，属于体育基本理论学科的教材名称还有“体育学”“体育学概论”“体育学导论”“体育原理”“体育原理导论”等等。它们本属同类学科，但其研究对象和领域却不尽一致，内容各有侧重，理论体系大多不够完整。这说明，该学科至今尚未成熟，其学科建设可谓任重而道远。

三、体育基本理论的研究对象与领域

毛泽东同志曾经说过：“科学研究的区分，就是根据科学对象所具有的特殊的矛盾性。”又说：“如果不研究矛盾的特殊性，就