



体育高等职业教育教材

TiYuGaoDengZhiYeJiaoYuJiaoCai

体育学概论

●黄美好 主编

人民体育出版社

体育高等职业教育教材

体 育 学 概 论

黄美好 主编

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

体育学概论 / 黄美好主著. —北京: 人民体育出版社, 2007

体育高等职业教育教材

ISBN 978-7-5009-3197-3

I. 体… II. 黄… III. 体育—高等学校: 技术学校—教材

IV. G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 077910 号

*

人民体育出版社出版发行

北京市昌平环球印刷厂印刷

新华书店经销

*

880 × 1230 32 开本 7.625 印张 201 千字

2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1 — 5,000 册

*

ISBN 978-7-5009-3197-3

定价: 15.00 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)

编写组成员

主编：黄美好

编委：（按撰写章序排列）

张细谦（绪言）

黄美好（第一章、第二章，串编）

李宝禄（第二章）

孙汉超（第三章，串编）

何鸿涛（第四章、第六章）

鲍明晓（第五章）

毕进杰（第五章）

朱沛国（第六章）

编写说明

2002年国务院颁发《国务院关于大力推进职业教育改革与发展的决定》以来，各级部门加强了对职业教育工作的领导和支持，以就业为导向，改革与发展职业教育逐步成为社会共识，职业教育规模进一步扩大，服务经济、服务社会的能力明显增强。2005年国务院为了进一步贯彻落实《中华人民共和国职业教育法》和《中华人民共和国劳动法》，适应全面建设小康社会对高素质劳动者和技能型人才的迫切要求，促进社会主义和谐社会建设，大力发展职业教育，又颁发了《国务院关于大力发展职业教育的决定》，并且明确指出：“根据市场和社会需要，不断更新教学内容，改进教学方法。合理调整专业结构，大力发展面向新兴产业和现代服务业的专业，大力推进精品专业、精品课程和教材建设。”

近几年来，不少省（市、区）体育部门根据上述的精神和要求，在中等体育职业学校、（职工）体育运动技术学院的基础上，新办了一批体育职业技术学院，积极地为我国社会主义现代化建设培养高等体育技能型人才。

为了适应体育职业技术学院教育教学的需要，满足其在专业建设、课程建设和教材建设方面的迫切要求，受人民体育出版社委托，广东体育职业技术学院承担了编写首批体育高等职业教育教材的工作，这些教材是：《体育学概论》《体育保健》《运动医学》《运动解剖学》《运动训练》和《运动生理学》。其中，《运动训练》和《运动生理学》已被教育部批准为“十一五”国家级规划教材。

《体育学概论》是首批出版的教材之一。它是体育职业技术学院社会体育专业、体育教育专业、竞技体育专业、运动训练专业的必修课教材，是体育服务与管理专业、体育保健专业等其他专业的选修课教材。《体育学概论》教材的主编是广东体育职业技术学院副教授黄美好，编写组成员有（按撰写章序排列）：张细谦、黄美好、李宝禄、孙汉超、何鸿涛、鲍明晓、毕进杰、朱沛国。全书由黄美好、孙汉超串编。

这批教材的编写，得到了广东省体育局领导的高度重视和关心。广东体育职业技术学院把教材建设工作列为学校的重点工作之一，给予大力支持，并为教材编写工作提供了必要的条件和保证。为使教材编写工作得以顺利进行，组成了以广东体育职业技术学院院长刘克军为主任、各教材主编为成员的体育高等职业教育教材编写委员会。武汉体育学院原副院长孙汉超教授作为顾问主持并参与了教材的总体设计与策划，以及部分内容的撰写工作。

这批教材是适用于我国体育职业技术学院高职高专专业学生的教学用书，也可以作为中等体育运动学校学生使用的参考教材，还可以作为各省（市、区）体育部门对优秀运动员、教练员和体育干部进行职业技能教育与培训的教材。

本书在编写过程中参阅了许多相关读物及资料，并得到了一些专家的帮助和指导，在此一并表示诚挚的感谢！

体育部门办体育职业技术学院，培养体育高等技能型人才，只是近几年的事情，组织编写高职高专教材亦属首次。因此，我们深感缺少经验，编撰出版的这一批教材中，问题和缺陷在所难免，敬请使用单位和广大读者提出宝贵意见，以便不断改进和提高。

体育高等职业教育教材

编写委员会

2007年7月

目 录

绪 言	(1)
一、体育学的研究对象与特点	(2)
(一) 研究对象的整体性	(3)
(二) 研究视角的宏观性	(3)
(三) 研究内容的时代性	(4)
(四) 研究方法的综合性	(4)
二、体育学在中国的发展	(4)
(一) 引进移植与学习借鉴阶段 (20 世纪 30 年代至 50 年代)	(5)
(二) 本土化探索与停滞不前阶段 (20 世纪 60 年代至 70 年代)	(5)
(三) 学科分化与加速发展阶段 (20 世纪 80 年代至今)	(6)
三、体育学的学科性质与学科体系	(6)
(一) 体育学的学科性质	(6)
(二) 体育学的学科体系	(7)
(三) 体育学概论学习的主要内容体系	(9)
四、学习体育学概论的意义	(10)
五、学习体育学概论的基本要求	(11)
(一) 与时俱进, 以发展的观点看待体育	(11)



(二) 勤于思考, 结合专业特点分析问题	(11)
(三) 学以致用, 坚持理论联系实际	(11)
第一章 如何认识体育	(13)
第一节 体育概述	(14)
一、体育的产生与发展	(14)
二、体育的概念	(19)
三、体育与体育教育、社会体育、竞技体育的关系	(25)
第二节 体育的功能	(29)
一、体育功能概述	(29)
二、体育的基本功能	(30)
第三节 我国体育的目的与任务	(35)
一、确定体育目的与任务的依据	(36)
二、我国体育的目的	(37)
三、我国体育的任务	(39)
第四节 实现我国体育目的与任务的基本途径	(43)
一、体育教学	(44)
二、运动训练	(44)
三、运动竞赛	(45)
四、体育锻炼	(45)
五、体育娱乐	(46)
【案例】体质检测进社区	(47)
第二章 学校体育	(49)
第一节 学校体育概述	(50)
一、学校体育的概念	(50)
二、学校体育的发展趋势	(50)

三、学校体育与身体健康	(54)
第二节 体育课程	(55)
一、体育课程目标	(56)
二、体育课程目标的发展	(60)
三、体育课程的管理	(64)
四、体育教学过程	(65)
五、体育教学是发展学生身体、心理和社会适应能力 的重要途径	(66)
六、体育课程评价	(67)
第三节 课余体育活动	(69)
一、课余体育锻炼	(69)
二、课余体育训练	(74)
三、课余体育竞赛	(85)
第四节 学校体育的组织管理	(89)
一、学校体育的管理机构	(89)
二、学校体育的管理职能	(90)
三、学校体育的管理方法	(93)
【案例 1】 体育 (体育与健康) 课程标准	(95)
【案例 2】 耐久跑与合作耐久跑的目标比较	(99)
第三章 竞技体育	(103)
第一节 竞技体育的产生与发展	(104)
一、竞技体育的产生	(104)
二、竞技体育的特点	(105)
三、竞技体育的发展	(107)
第二节 我国竞技体育的管理体制	(110)
一、体育管理体制	(110)
二、竞技体育管理体制	(111)



第三节 《奥运争光计划纲要》及其实施	(120)
一、“奥运战略”	(120)
二、《奥运争光计划纲要》	(121)
三、《奥运争光计划纲要》的实施	(123)
第四节 竞技体育发展的趋势	(126)
一、竞技体育地位不断提高	(126)
二、奥运会规模逐渐扩大	(128)
三、奖牌的科技含量不断加大	(130)
四、产业化、商业化、职业化的趋向更加明显	(130)
【案例】中国乒乓球精英队伍“人才链”的构建	(131)
第四章 社会体育	(135)
第一节 社会体育概述	(136)
一、社会体育的概念	(136)
二、社会体育的分类	(137)
三、社会体育的特点	(137)
四、评价社会体育效果的几个基本概念	(139)
第二节 社会体育的产生与发展	(142)
一、我国社会体育的产生与发展	(142)
二、国外社会体育的产生与发展	(147)
三、社会体育的发展趋势	(149)
第三节 我国社会体育的管理体制	(151)
一、社会体育的管理机构及其职责	(151)
二、社会体育的主要制度	(153)
第四节 《全民健身计划纲要》及其实施	(162)
一、《全民健身计划纲要》的意义	(162)
二、《全民健身计划纲要》	(163)
三、《全民健身计划纲要》的实施	(165)

【案例】我国第二次社会体育现状调查的结果	(167)
第五章 体育产业	(171)
第一节 体育产业概述	(172)
一、体育产业的含义	(172)
二、体育产业的分类	(174)
第二节 体育产业的发展状况	(175)
一、健身娱乐业	(175)
二、竞赛表演业	(178)
三、体育用品业	(181)
四、体育中介业	(189)
五、体育产业的其他市场	(191)
【案例】中国国际体育用品博览会 (Sport Show)	
走势看好	(192)
第六章 奥林匹克运动	(194)
第一节 奥林匹克运动概述	(195)
一、奥林匹克的产生与发展	(195)
二、奥林匹克运动的体系	(201)
第二节 奥运会	(204)
一、奥运会的申办	(205)
二、奥运会的组织机构	(207)
三、奥运会的筹备	(208)
四、奥运会志愿者	(211)
五、奥运会项目	(212)
第三节 奥运会对举办国的影响	(214)
一、奥运会对举办国政治的影响	(214)



二、奥运会对举办国经济的影响	(216)
三、奥运会对举办国文化艺术的影响	(217)
四、2008 年奥运会对中国、北京的影响	(219)
【案例】 第 23 届洛杉矶奥运会的创新举措	(223)

绪 言

【学习重点】

- 掌握体育学的研究对象及体育学研究的特点
- 了解体育学在我国发展的简要历程
- 理解体育学的学科性质与学科体系
- 掌握体育学概论学习的主要内容及其体系

【教与学】

引导学生学习和掌握体育学的研究对象与特点，了解体育学在我国发展的沿革，把握体育学的学科性质和学科体系。结合本课程教学，要求学生明确体育学概论学习的主要内容体系和学习体育学概论的意义与基本要求。

体育的起源最早可以追溯到数千年前的原始社会。人类社会在经历了近一百多年来的加速发展之后，体育已经成为世界上影响最为广泛的社会文化现象之一。四年一度的奥林匹克运动会已经成为举世瞩目的全球体育盛会，以健身、休闲、娱乐为目的的体育活动已经成为人们日常生活的重要内容，体育资讯已经成为电视、报纸和网络等传播媒体不可或缺的部分。体育以其独特的魅力，深深地渗透到人类社会的每个角落。体育无处不在，体育无时不有，体育越来越深刻地影响着人们的生活和社会的发展。那么，体育究竟是“跑跑步、打打球”之类的简单肢体运动，还是一种具有自身独特学科体系的社会文化现象？学校体育、竞技体育、社会体育等各自的内涵与规律是什么？体育产业呈现出怎样的发展趋势？奥运会为什么越来越受到人们的关注和喜爱？诸如此类的问题，都是体育学这一基础理论学科必须回答的，也是高等职业教育体育专业的学生所必须了解的。

一、体育学的研究对象与特点

体育学作为一门基础理论学科，有其特有的研究对象。体育学研究的对象是体育运动，是研究体育运动现象的本质和规律的科学。人是体育运动的主体，体育运动又影响着人的身体和心理，因此，研究体育运动就要研究运动中的人，研究人的生理的、心理的、身体的活动。人不是单纯自然的人，也是社会的人。体育运动不是单纯的人的身体运动，也是一种社会文化现象。体育运动中存在着社会的、经济的、管理的因素和过程。因此，研究体育运动还要研究体育运动中的社会、经济、管理等方面的理论与实践问题。为此，体育学就需要运用自然科学、人文与社会科学的许多学科理论，从多种视角研究体育运动和体育运动中的人，其研究的成果就是各类体育学科的建立和体育科学体系的形成。

虽然体育学的研究范畴十分广泛，内容十分丰富，既包括自然

的、社会的，又包括人文的，但作为高等职业技术学院的学生学习这样一门基础理论课程，主要是从宏观上、整体上弄清楚体育学的基本理论知识和规律。那么，这样一门从宏观上、整体上高度概括地研究体育现象，揭示其基本规律和方法的学科，我们把它称之为“体育学概论”。实际上体育学概论是体育学的浓缩本，相对于其分支学科而言，它具有自己的研究特点。

（一）研究对象的整体性

体育学是从宏观上研究体育的一门学科，它从整体上认识体育全过程的一般规律，抽象地反映出体育的主要特征，准确地揭示其本质，以使体育这种社会实践活动朝着更有利于人类社会的方向发展。从我国目前高等职业技术教育高职高专专业目录划分来看，“体育学”下设五个二级学科，即社会体育学、竞技体育学、运动训练学、体育保健、体育服务与管理；从我国目前普通高等教育本科专业目录划分来看，“体育学”下设也是五个二级学科，即体育教育学、社会体育学、运动训练学、运动人体科学和民族传统体育学；从我国目前研究生教育专业目录划分来看，“体育学”下设四个二级学科，即体育教育训练学、体育人文社会学、运动人体科学和民族传统体育学。每个二级学科又包括若干个分支学科，每个分支学科都有着自身独特的研究对象。体育学以体育的整体作为研究对象，从整体上探讨体育的基本问题，揭示体育发展的普遍规律，这与其他体育学科以个别体育形态或体育的局部现象为研究对象的情形相比，是既有区别又有联系的。

（二）研究视角的宏观性

体育学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，而只是体育现象的宏观层面，即体育在时间和空间两个维度的宏观现象。其中，体育的时间维度表现为体育的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

系的体育形态的实践总和。总之，体育学的研究视角是宏观的，凡是有关体育宏观性、全局性的理论与实践问题，都是体育学所关注并寻求解决的。

(三) 研究内容的时代性

体育学的研究内容在时间上和空间上具有很大的跨度，可以说，古今中外的体育现象无不在其视野范围之内。而且，历史的底蕴本应是体育学这一理论学科的重要品格。然而，体育学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种种理论问题。毫无疑问，体育学的研究内容必须与时俱进，反映时代的需要，体现时代的特征，具有时代的气息。

(四) 研究方法的综合性

体育是一种价值多元、目标多样、形态多重的复杂的社会文化现象。现代体育科学的研究视角正逐渐从以往单一的生物学视角，向综合运用生物学、社会学及人文科学的三维视角转变。综合运用研究视角，有助于把体育科学推向一个新的发展阶段，使之更好地服务于人们的生活和社会的发展。从体育学本身的学科特点来看，在体育学的研究中要善于综合运用哲学、逻辑学、社会学、历史学、教育学、预测学等多种学科的研究方法。

二、体育学在中国的发展

体育学在中国的发展，经历了引进移植与学习借鉴、本土化探索与停滞不前、学科分化与加速发展等几个阶段。经过我国几代体育工作者的努力，具有中国特色的体育学学科体系正在形成。

（一）引进移植与学习借鉴阶段（20世纪30年代至50年代）

这一阶段，我国虽然处于内忧外患的民族危机之中，但是当时我国学者对体育的本质、体育的目的和体育的内容等问题进行了积极的探讨，高等院校体育系（科）也开设过体育原理课程（专科开设体育概论课程）。这一时期我国关于体育问题的探讨，明显受到了欧美体育思想的影响，因为其中几位主要代表人物，如方万邦、袁敦礼、吴蕴瑞等均曾留学美国，深得美国体育的要旨。

新中国成立以后，欧美式体育逐渐退出中国的舞台，取而代之的是苏联的体育理论体系。苏联体育理论在体系上比较清楚，他们广泛地使用了“身体文化”“体育”“竞技运动”等概念。但由于民族风俗和语言习惯的不同，我国在翻译引进时变成了“体育”“体育教育”“运动”，这也为20世纪80年代我国“大体育”“小体育”概念的形成埋下了伏笔。

（二）本土化探索与停滞不前阶段（20世纪60年代至70年代）

20世纪60年代初，我国开始尝试体育学研究的本土化探索。1961年出版的体育学院本科讲义《体育理论》，是在学习苏联的基础上结合我国实际编写的。这本教材比较全面地反映了中国体育的实践经验，基本上摆脱了苏联教材的模式，教材体系和内容发生了明显的变化。1963年，又出版了中等体育学校讲义《体育理论》。这些结合我国实际的本土化探索在当时的社会背景下显得尤为难能可贵。

然而好景不长，随之而来的“文化大革命”中断了这种努力，使刚刚起步的本土化探索处于停滞状态长达10年之久。20世纪中期，世界各国的体育理论研究渐次活跃。如英国利兹大学的摩根和亚当逊在1957年创设的巡回锻炼健身法（circuit training）；日本于