



普通高等教育精品教材
国家教学成果奖配套教材
普通高等教育“十一五”国家级规划教材
经全国高等学校体育教学指导委员会审定

大学体育 文化与运动教程

(第4版)

总主编 杨国庆 殷恒婵

北京体育大学出版社





普通高等教育精品教材
国家教学成果奖配套教材

普通高等教育“十一五”国家级规划教材
经全国高等学校体育教学指导委员会审定

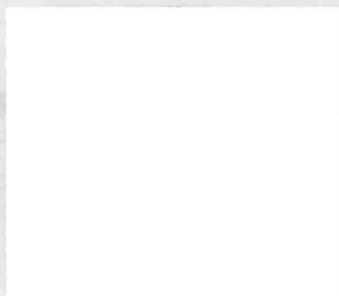
曹云高 薛群书
解志勇 侯树计
卢 幸 薛群书
蒋 刚 顾中书
王 晋 王书臣

编委会名单

大学体育文化与运动教程

(第4版)

总主编 杨国庆 殷恒婵



大学体育文化与运动教程 (第4版)

出版 北京体育大学出版社
地址 北京市海淀区信息路48号
邮编 100084
发行 北京京体大文化发展有限公司
电话 010-65360931 65363230
印刷 北京市艺辉印刷有限公司
开本 787×1095毫米 1/16
印张 23.2
字数 666千字

2011年7月第4版第1次印刷

ISBN 978-7-81100-593-0

北京体育大学出版社

责任编辑	高云智
责任校对	赵志强
审稿编辑	李飞
责任印制	陈莎
封面设计	贾川

图书在版编目(CIP)数据

大学体育文化与运动教程 / 《大学体育文化与运动教程》编写组编. —4 版. —北京: 北京体育大学出版社, 2011. 6

ISBN 978-7-81100-793-0

I. ① 大… II. ① 大… III. ① 体育文化—高等学校—教材 IV. ① G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 124465 号

大学体育文化与运动教程 (第4版)

总主编 杨国庆 殷恒婵

出 版	北京体育大学出版社
地 址	北京市海淀区信息路 48 号
邮 编	100084
发 行	北京京体大文化发展有限公司经销
电 话	010-62960631 62963530
印 刷	北京市艺辉印刷有限公司
开 本	787 × 1092 毫米 1/16
印 张	27.5
字 数	669 千字

2011年7月第4版第1次印刷

ISBN 978-7-81100-793-0

定价 30.00 元

目 录

基础理论篇

第一章 体育文化	3
第一节 体育文化概述	4
第二节 中西方体育文化的比较	9
第三节 奥林匹克文化	16
第四节 校园体育文化	25
第二章 运动与健康	35
第一节 健康概述	35
第二节 运动的健康效应	37
第三章 健康生活的自我管理	45
第一节 合理膳食 保障健康	45
第二节 利用环境 促进健康	50
第三节 健康生活方式的养成	55
第四章 运动锻炼的计划与实施	60
第一节 运动锻炼计划的制订	60
第二节 运动锻炼的实施	71
第五章 运动锻炼的卫生与安全	76
第一节 运动锻炼的卫生要求	76
第二节 运动锻炼的安全防护	81
第六章 学生体质健康测评	89
第一节 《国家学生体质健康标准》的实施意义、评价指标与分值	89
第二节 使用新《标准》测试的操作要领	90
第三节 使用新《标准》的成绩评价	101

运动技能篇

第七章 田 径	109
第一节 跑	109
第二节 跳	116
第三节 投	120
第四节 田径竞赛规则简介	124
第八章 篮 球	129
第一节 篮球基本技术	129
第二节 篮球基本战术	138
第三节 篮球技战术练习	143
第四节 篮球技战术运用	149
第五节 篮球竞赛规则简介	153
第九章 排 球	156
第一节 排球基本技术	156
第二节 排球基本战术	166
第三节 排球技战术练习	172
第四节 排球技战术运用	177
第五节 排球竞赛规则简介	181
第十章 足 球	185
第一节 足球基本技术	185
第二节 足球基本战术	193
第三节 足球技战术练习	197
第四节 足球技战术运用	204
第五节 足球竞赛规则简介	207
第十一章 乒乓球	210
第一节 乒乓球基本技术	210
第二节 乒乓球基本战术	218
第三节 乒乓球技战术练习	222
第四节 乒乓球技战术运用	226
第五节 乒乓球竞赛规则简介	234

第十二章 羽毛球	236
第一节 羽毛球基本技术	236
第二节 羽毛球基本战术	245
第三节 羽毛球技战术练习	250
第四节 羽毛球技战术运用	263
第五节 羽毛球竞赛规则简介	267
第十三章 网 球	271
第一节 网球基本技术	271
第二节 网球基本战术	281
第三节 网球技战术练习	286
第四节 网球技战术运用	290
第五节 网球竞赛规则简介	294
第十四章 游 泳	297
第一节 熟悉水性	297
第二节 蛙 泳	299
第三节 自由泳	307
第四节 水上安全与救护	309
第十五章 武 术	313
第一节 初级长拳(第三路)	313
第二节 24式太极拳	321
第三节 32式太极剑	330
第四节 散 打	338
第十六章 跆拳道	346
第一节 跆拳道基本技术	346
第二节 跆拳道比赛规则简介	360
第十七章 健美操	363
第一节 健美操动作及其组合	364
第二节 健美操的学习与创编	373
第三节 健美操比赛规则简介	375
第十八章 体育舞蹈	378
第一节 体育舞蹈的基本动作及其组合	378
第二节 体育舞蹈的学习与创编	387
第三节 体育舞蹈比赛规则简介	389

第十九章 瑜 伽	391
第一节 瑜伽基本要领	392
第二节 瑜伽练习方法及注意事项	403
第二十章 户外休闲运动	405
第一节 攀岩运动	405
第二节 定向越野	410
第三节 轮 滑	414
第四节 台 球	419
第五节 滑 冰	425
第二十一章 水上运动	430
第一节 游泳	430
第二节 潜水	437
第三节 帆船	441
第四节 赛艇	449
第五节 皮划艇	453
第六节 冲浪	456
第七节 垂钓	459
第八节 水上摩托	463
第九节 帆船	467
第十节 赛艇	471
第十一节 皮划艇	475
第十二节 冲浪	479
第十三节 垂钓	483
第十四节 水上摩托	487
第十五节 帆船	491
第十六节 赛艇	495
第十七节 皮划艇	499
第十八节 冲浪	503
第十九节 垂钓	507
第二十节 水上摩托	511
第二十一章 冰雪运动	515
第一节 冰球	515
第二节 冰壶	519
第三节 冰蹴球	523
第四节 冰球	527
第五节 冰壶	531
第六节 冰蹴球	535
第七节 冰球	539
第八节 冰壶	543
第九节 冰蹴球	547
第十节 冰球	551
第十一节 冰壶	555
第十二节 冰蹴球	559
第十三节 冰球	563
第十四节 冰壶	567
第十五节 冰蹴球	571
第十六节 冰球	575
第十七节 冰壶	579
第十八节 冰蹴球	583
第十九节 冰球	587
第二十节 冰壶	591
第二十一章 其他运动	595
第一节 健美	595
第二节 跆拳道	599
第三节 摔跤	603
第四节 拳击	607
第五节 柔道	611
第六节 空手道	615
第七节 跆拳道	619
第八节 摔跤	623
第九节 拳击	627
第十节 柔道	631
第十一节 空手道	635
第十二节 跆拳道	639
第十三节 摔跤	643
第十四节 拳击	647
第十五节 柔道	651
第十六节 空手道	655
第十七节 跆拳道	659
第十八节 摔跤	663
第十九节 拳击	667
第二十节 柔道	671

第一章 体育文化



基础理论篇

第一章

体育文化



体育文化是人类关于体育运动的物质、制度、精神文化的总和，它涵盖了人类的体育认识、体育情感、体育价值、体育理想、体育道德、体育制度和体育物质条件等。

在地域差异基础上，由于长期的历史演变，在世界上形成了两种传统体育文化，即包括中国传统体育文化、印度体育文化等文化圈在内的东方体育文化与欧美的西方体育文化。无论是东方还是西方的传统文化，都有其生成和发展的特殊规律性。

奥林匹克运动是人类社会的一个罕见的杰作，它将体育运动的多种功能发挥得淋漓尽致，影响力超出了体育的范畴，在当代世界的政治、经济、文化、艺术和传媒等诸多方面产生了一系列不容忽视的影响，构成了现代社会特有的体育文化景观。

高校里有朝气蓬勃的学生、德高望重的专家学者、丰富的图书信息资源、较发达的传播媒体等，这些构成了一个既依存于社会文化、又有着高层次文化水准并具有相对完整的、独特的文化环境，蕴含着巨大的文化创造功能。校园体育文化是校园文化中的一道独特风景线，积极向上的校园体育文化有助于当代大学生身心健康的和谐发展。

本章介绍的内容主要有：体育文化概述，中西方体育文化的比较，奥林匹克文化，校园体育文化。



第一节 体育文化概述

大学体育文化

第一章

一、体育文化的含义

把体育作为一种文化现象来加以认识,于是就产生了综合全部体育活动的上位概念——体育文化。德国学者 G. A. 菲特在 1818 年出版的《体育史》一书中,就已使用 Physical culture 这一词。他认为这一词是指斯拉夫民族的沐浴和按摩等保健养生活活动。据此,《韦氏国际大辞典》也称身体文化为“有关身体系统的保养”。有的解释更为宽泛,认为身体文化是包括从身体涂油剂、颜料、营养摄取、入浴设施直至身体训练的运动器械在内的各种文化现象的总体。第二次世界大战后,苏联和东欧各国把“身体文化”作为关于体育的广义的概念来使用,认为它是整个文化的组成部分。20 世纪 50 年代,库什金和凯里舍夫所给的身体文化定义是:“改善苏联人民健康、全面发展其体能、提高运动技巧以及创造体育教育专有的精神和物质财富等方面获得的成就的总合。”在日本,身体文化是与体育相关的概念。近藤英男认为:“所谓身体文化,是为了保护、培养、锻炼、提高人的生命力,以身体或身体活动为基础和媒介体,而形成的文化总称。”他把身体文化分成四个部分:

1. 运动文化。把生产劳动及游戏技术发展起来的运动、舞蹈等身体活动练习,统称为运动文化。
2. 健康科学。为维护生命、保护和增进健康有关人体的科学体系。
3. 日常生活中的行为。其包括茶道、礼节、教养、仪式等活动中人们的行动,这是行为美学的一部分。
4. 体育运动教育。将上述体系作为媒介以人的教育为目标的体系。

1974 年,国际体育名词术语委员会出版的《体育运动词汇》指出,体育文化是“广义文化的一个组成部分,它综合各种利用身体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。”对体育文化的理解见仁见智,有人认为身体文化就是身体锻炼;法国的顾拜旦则认为“physical culture”是以促进健康和增强体力的身体运动体系。尽管人们对体育文化的认识还没有完全统一,对于概念的使用范围尚有争议,但是体育发展过程中所产生的观念形态和知识体系,所创造的手段、方法、技术、器械、设施,以及有关的组织、宣传机构等,已经在人类的社会生活中构成了一种独特的文化现象。人们的体育价值观念,运动技能、体育活动的组织管理方法,有关体育报刊、书籍、音像制品的出版发行,广播、电视中的体育节目,体育题材的文艺作品,体育奖品、宣传品、纪念品以及体育文物等影响到人们精神生活的一切方面,均可视为体育文化的范畴。

前苏联教授马特维也夫博士 1989 年应原北京体育学院邀请进行为期一周的讲学,马特维也夫认为,身体文化从广义上讲是社会文化的一部分,它是旨在使人的身体完善而合理利用



的专门性手段、方法、条件所取得成就的总和。通常可将身体文化分为两个部分：第一部分是社会所创造的、利用的一切有价值的东西，即专门性手段和方法及使用它们的条件，保证人们最有效地发展身体并达到一定的身体准备程度；第二部分是利用这些手段、方法和条件的积极结果。身体文化与体育在本质上是—样的，都是为了人的身体完善发展，但它们二者并不完全相同。在涉及体育及体育成果作为某种价值的时候，二者相同。体育是社会发展过程中，新一代人与老一代人接交身体文化珍品的一个渠道，也是文化珍品的积累方法。

美国没有“身体文化”这一概念。在美国如果谈“身体文化”，则多数人会想到“劳工运动”方面去。美国建国只有 200 多年历史，其民族又是由世界各地移民及当地印第安人组成。欧洲的移民带去了英、法、德、意等民族的文化，因此连“文化”的概念也很难统一。哈里斯及帕克综合了人类学家对“文化”的观点，将文化定义为“每个人从出生日起所受教育过程中学习来的行为模式”。这种定义也只能代表定义者本人的观点。其实“文化”的含义众多，有耕耘、耕种、培植、教育、礼仪等多种意思。至于“身体文化”这个词，已无人使用。

体育文化包括体育物质文化，如满足人们体育需要而开发的各种运动器材和场地设施，为促进体育发展而创造的各种思想物化品等；体育制度文化，如在体育运动中人的角色、地位以及各种体育活动的组织形式，为促进体育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、制度等；体育精神文化，如依托体育改造人的精神的思想观念及理论体系，通过抽象的声音、色彩等表现体育精神的艺术文化等等。有的学者认为，体育文化是人类体育运动物质、制度、精神文化的总和。大体包括体育认识、体育情感、体育价值、体育理想、体育道德、体育制度和体育的物质条件等。这种对体育文化的界定是比较准确的。

综上所述，体育文化是在增进健康、提高人们生活品质的过程中创造和形成的一切物质的和精神的财富，包括与之相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，还包含为达成体育目标的各种改革举措以及相应的成果。

二、体育文化的特性

（一）民族性

人类文化的存在和发展，不仅有共性的一面，也有极具丰富性的一面，甚至是具有很大个性的一面。这种人类文化的差异性，就是民族性的表现。各个不同地域的人类，创造了不同类型、不同形态的文化，又塑造了具有不同文化特征的群体。任何形式的民族文化，都与本民族的形成延续和发展密切相关，都与本民族的地理环境、人种特点、风土人情、经济条件、生产水平乃至和社会结构相适应。这些反映本民族的、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。中国体育文化，在儒家文化的长期影响下形成了以追求“统一”、“中和”、“中庸”，重在修身养性的娱乐性和技巧性为主要特色的体育文化。像印度的瑜伽就反映了印度民族具有和谐性和柔美性的体育文化特征。



中华武术



印度瑜伽

(二) 时代性

时代在不断的演化和发展,各个不同的历史时期有着不同的生产方式。人们总是生活在一个特定的环境中,这个生活环境对人类来说,产生了重大的影响。人们在生活实践中所创造的文化,也都离不开这个环境的影响。因此,文化也具有特定的性质、特定的内容和特定的形态,表现出鲜明的时代性。

(三) 社会性

文化的社会性,也称文化的群众性。这是因为任何文化都离不开大众,更不能离开社会。如果说人离开了文化,就不能成为真正的人,同样,社会离开了文化就会变成一个愚昧的社会。因此,人、文化和社会三者之间形成了相互关联、相互作用的复合体。

(四) 差异性

文化的差异性既表现在一个地区、一个民族的行为习惯上,也表现在价值标准和价值观念上。例如,东方体育文化重礼节、求持中、重自身完善,求个人身心平衡的品格形式,表现了人的内在品质和言行相一致的东方色彩;而西方体育文化则表现出竞争、激进冒险的风格,人们常把身体健美的人视为崇拜偶像,表现了人的外在行为和言行开诚布公的西方特色。再者,南方人由于灵巧而善于技巧性运动,而北方人由于体力充沛而善于摔跤、马术;南方人由于身体单薄而需要比北方人更多的相互协作,因此在体育运动中表现为集体项目的倾向,北方人由于个高力大及性格上的特征,表现了较多的个性化项目的属性等。



摔跤



龙舟



(五) 继承性

也可称为传统性。在养生学的发展中,东方人原先主张以静养生,后来有人主张以动养生,再后来主张动静结合。这是人们对体育文化延续和不断深化认识的过程。例如,中国传统体育文化以前注重于修身养性,后来泛化为强身健体,直到今天的自娱与休闲文化。同样,中国传统体育文化中舞龙、舞狮、气功、武术等等都已经成为了风靡全球的运动项目。

三、体育文化的功能

说到体育文化的功能,首先得了解文化的功能。文化对人类社会的生活和发展发挥着巨大的作用。这是因为,文化是人类在长期的历史实践过程中逐步积累起来的。人类要发展就必须以文化遗产为基础,并在此基础上创造新的文化。杜威说:“社会通过传递过程而生存,正如生物的生存一样。这种传递依靠年老者将工作、思考和情感的习惯传递给年轻人。没有这种理想、希望、期望、标准和意见的传达,从那些正在离开群体生活的社会成员给那些正在进入群体生活的成员,社会生活就不能幸存。”人类从野蛮到文明,靠文化进步。从生物的人到社会的人,靠文化教化。人们千差万别的个性、气质、情操、风格,也靠文化培养。人们全部生活的意义及存在价值,都离不开文化。可以说,文化是人类的栖身之所,是人类的社会生活得以进行的舞台。它在人类的社会生活中无孔不入地存在,潜移默化地对人们产生影响。

20世纪80年代中期的文化热,标志着人们在新时期里,对文化现象产生了浓厚的兴趣,并将它作为一个独特的研究领域加以探讨。这股热潮,是在思想解放的背景下进行的。它揭示了文化对人类社会的作用,向人们展示了以往被忽略的广袤图景,为人们考察人类社会提供了一个新的视角。从这些方面来说,这次文化浪潮,确实在当时的文化界产生了重大的影响。

在文化热的带动下,体育界也悄然掀起了体育文化研究的热潮。过去,对体育的总体研究在方法论上的教条化和简单化,导致了研究领域的狭隘和课题的贫乏,“文化热”的兴起使体育的研究视野大为开阔。同时,现代科学技术的发展使体育各学科之间交叉、融会、综合的趋势日益明显,而文化的研究恰恰是一种综合性的考察,这自然就形成了一个很有趣的重要课题。在这一现象的背后,蕴藏着人们所尊奉的一种基本信念,即文化改革是其他一切必要改革的基础。人们感到中国的现代化首先应该是人的现代化,而人的现代化的实质,首先便是思想观念的现代化。在探讨中,人们试图通过思考传统文化与体育间的关系,理清文化背景对于体育观念的影响,从而找到如何有效地改变体育观念的途径。当时,固然不乏讨论当前的体育应当如何继承传统,但更多的则是批判传统文化中的消极因素对现代体育思想的阻碍。

体育与文化有着密切的关系。一方面,体育是文化传播、传递的重要手段;另一方面,文化方面的变动,对体育会产生特别重大的影响。21世纪,体育文化价值的研究,要重视体育在文化传递、文化传播、文化选择和文化创新过程中的重要作用,还要特别注意体育在继承和发扬优秀传统文化和满足人们闲暇文化生活需要方面的价值。

积极发展体育文化是社会进步的标志,体育活动及其成果在人类社会生活中具有重要的



地位和意义。体育在培养健康的人,改善人类生活方式,从而提高人们生活质量方面起着重要作用,在培养有文化的健康的人方面有着独特的作用。

(一) 体育保存、传递和传播文化的功能

体育拓展了文化交往的时空,体育之所以能够担负起保存文化、传递文化、传播文化方面的任务,主要原因在于:体育离不开确定体育内容,而确定体育内容的过程,实际就是选择文化的过程。人们是将自己的体育认识、价值观、体育习惯、体育内容和方法等,经过选择之后组成课程的,课程的内容是经过长期实践证明有价值的文化。人们参与体育学习和体育锻炼,就使这些文化长期地保存下去。可以把体育文化看作一个复杂的整体,它是人们社会生活的一个方面。体育文化就是人们在体育实践中的种种尝试,包括体育观念、运动方式、体育组织管理方法等。

(二) 吸收、融合世界先进文化的功能

体育是加速民族文化交流的重要的和非常有效的途径。通过体育来吸收其他民族的文化,一般有一个积极的选择过程,去其劣质,求其精华。力求把外民族某些文化特质纳入到本民族核心文化的体系中,从而大大减少吸收的盲目性,提高青年一代的民族自尊心。其次,在青年一代的思想中,传统的文化模式毕竟较少,他们喜欢各民族间的横向比较,对一切新的东西很敏感,容易接受新的观念与新的工作、生活方式。通过体育融合来吸收各民族的文化无疑是极为有利的。体育运动中的无数事实表明,当我们融合进世界体育的潮流时,就充满时代感,就繁荣发展;当我们游离于这个世界潮流之外时,就有封闭感,就深感落伍的痛苦。

一方面,开放的中国在积极学习西方先进的体育文化。通过体育融合来吸收各民族的文化通常采取下列途径:

1. 吸收各民族的体育文化精华作为教材内容,通过各种渠道为体育教学和体育锻炼服务。
2. 互派体育教员进行考察、讲学和研究。
3. 互派留学生。特别是近些年,到西方发达国家留学的人越来越多,学习国外先进的体育科学技术,推动我国体育科学和文化的发展。

另一方面,西方国家正在不断地吸收融合东方体育文化中精粹部分,表现在对东方体育文化中所表达的伦理道德观念的追求;开始移植一些具有东方特色的运动项目如柔道、跆拳道、相扑、气功、武术、围棋、中国象棋、龙舟竞渡等;东方注重身心统一、内外协调、动静结合的传统养生思想为西方所接受。在世界体育大潮中,西方体育界再次掀起研究东方哲学和养生文化的热潮,绝非偶然现象。要正确看待东、西方体育文化的异同和两种体育文化交流的现象,为丰富世界体育文化和弘扬中国体育文化贡献力量。

(三) 创造、更新文化的功能

现代体育具有更为强大的创造和更新文化功能。一方面,体育为社会文化的不断更新发展,提供身心健康、具有创造活力的人才;另一方面,现代体育与文化创造紧密结合,成为促使文化变革与发展的一个重要渠道。在现代体育中,体育人对作为体育内容的文化素材,已不是简单机械地照搬,而是根据体育原理和各种文化素材的特点进行再加工和再创造。体



育运动是对外开放的一个窗口,但这个窗口是双向的,要实行文化的对流。在体育运动方面,不仅将以灿烂的传统使世界惊异,而且也应该在世界体育运动中显示出我们当代的创造性。另外,以科学研究为主要形式的文化创造活动,已经成为现代体育不可缺少的组成部分。

在体育运动中所提出的新概念、新观念和新模式,潜移默化地进入了社会现代化建设者的精神生活。“竞争”的概念取代了信奉“中庸之道”、“甘求安稳”的处世哲学,使青年由老成持重向锐意进取转变。在中国,“竞争”的价值观念与西方有所不同,竞争的目的是为了民族、社会和集体,而不仅仅是为了个人。体育运动所需要的不断地开拓精神成为社会所追求的高尚情操,激励各行各业的人们着眼未来和整个世界,这恰恰是现代化过程所需要的社会心理品质。数千年历史沿袭下来的道德观念,经过这场伟大社会变革的扬弃,在体育运动领域里也获得了新的含义。

第二节 中西方体育文化的比较

在对本国与外国的体育文化进行比较研究时,需要掌握它们的历史条件和传统文化的特点。每个民族的体育文化都有它们各自的独创性和不同的历史渊源,不能厚此薄彼。一般来说,文化传统与体育传统之间是一种互为因果的关系,两者是交织在一起的。文化传统差异是体育传统差异的根源,而体育传统又使得文化传统间的差异继续存在或强化。

中国,屹立在世界东方的文明古国,她博大精深的体育文化如同哺育了华夏文化的长江、黄河一样源远流长。而体育文化的各种形态,更是在这片乐土上呈繁荣发展之势。充满神秘色彩的古代气功、太极拳等东方民族传统体育形态呼唤着世界各国人民对她的无比景仰。在西方,欧洲文明的摇篮古希腊、古罗马为西方体育现代世界的形成和发展作出了巨大贡献,在古希腊所创导的古奥运会辉煌成就的背后,是西方体育文化的根基所在,与其古代奥运会一样闪烁着使世界人民敬慕的光辉。在东西方文化的交汇中,东西方的体育文化也分别在对方的文化范畴里生根发芽。这绝不是一种偶然的现象,在地域差异基础上,由于长期的历史演变,在世界上形成了两种传统体育文化,即包括中国传统体育文化、印度体育文化、日本体育文化和伊斯兰体育文化等文化圈在内的东方体育文化,与欧美的西方体育文化。无论是东方还是西方的传统文化,都有其生成和发展的特殊规律性。人们在不同地域、历史和文化背景中所产生的思维方式、思想观念也各不相同,从而导致出不同的社会实践方式和行为规范(表1-2-1)。古代的东、西方,几乎同样注重武士教育的地位并提倡尚武的风气,即使在中世纪,东、西方社会体育所散乱纷呈的体育民俗,形式上也没有多大差别。然而,东西方文化的不同特质、文化形态对生活需要的压抑或引导的差异,已经逐渐暗示了两种体育文化存在的必然差异。

新中国成立后,在一段时间内,受“左”的思潮影响,人们对中西方体育的研究多局限于对社会主义体育和资本主义体育的简单比较、分析上。进入20世纪80年代,我国掀起了文化研究的热潮,体育界的部分专家学者积极投身到体育文化研究的领域,将中西方体育的



比较引向一个更高的层次。

表 1-2-1 东西方文化传统的差异

东 方	西 方
相互依赖；调和社会与自我	个性独立；注重个性自由
不注重隐私权；个人缺乏自信	注重隐私权；个人富有自信
数世同堂大家庭；尊重老人	婚姻子女小家庭；重视儿童
压制对性的意识和表达	夸大性的表达和意义
认为现状美好；多神论	经常批评现实；一神论

一、中国传统文化及其影响下的中国体育文化

中国传统体育作为中国体育文化的一部分，其产生和发展都不可能离开中国传统文化的深刻影响。要研究中国传统文化以及深受其影响的中国传统体育文化，可以从中国传统文化的基本特征入手。

（一）重伦理，倡导道德至上

古代中国注重情感和尊崇道德的观念，在体育运动领域得到了充分的体现。这些传统的道德观念来自中华民族文化价值观念，如孔子的“尚仁”，墨子的“兼爱”。其积极意义在于规范人们的社会生活行为，平和了社会气氛。中国人的个体竞争需要过早受到压抑。社会需要以伦理需要为主体而进行构建，至善道德的追求强制性地成为中国人的主体需要，从而压倒一切，涵盖一切，像一个严密的皮壳把个体生命的一切需要层层包裹其中，扼杀了个体的生机。重义轻利的价值观念历代相传，渗透于人们精神意识的深层，把人们伦理生活置于物质生活之上，把伦理原则和人们的物质利益对立起来。这种重义轻利的价值观反映在体育上即是崇尚体育的伦理价值而贬低体育的实用价值，这种传统观念一直在中国体育史上绵延不绝，直到今天仍可以在人们的体育观念中找到它的踪迹。

（二）重和谐与统一

以儒家为主体的中国传统伦理型文化，其主旨精神或其旋转的轴心始终是解决个人与集体的关系。在中国古代，由于伦理价值观的作用，具体的个人显得毫无意义，仅表现为一种抽象的存在。人的个性几乎消失在整体性中，使得人的主体性和能动性受到全面压抑，总是被动地接受某种盲目力量的驱使，而现实社会中人的快乐与痛苦完全被一种理想的是与非、善与恶的伦理价值判断所代替，这对体育文化的影响极大。对包括体育在内的风俗与政治关系的重视和强调，是中国封建统治者始终如一坚持的。这一思想，早在孔子那里就发挥得淋漓尽致。如《论语·述而》“子曰：志于道、据于德、依于仁、游于艺。”一句话，体育活动的开展必须以“德、仁”等伦理道德标准为前提。那么，当体育礼仪发生矛盾时，又怎么来处理呢？如竞争性活动，其强烈的竞技性势必与温文尔雅的绅士风度发生抵牾，孔子找到了解决矛盾的办法，将竞技与礼仪统一起来，即所谓的“君子之争”。他谈到：“君子无所争，必也射乎！揖让而升，下而饮。其争也君子。”“君子之争”实际上是把“礼”的观念深深植