



社会 体育学概论

◎ 周学荣 谭明义 著



SHE HUI TI YU XUE GAI LUN
SHE HUI TI YU XUE GAI LUN

黑龙江人民出版社

社会体育学概论

周学荣 谭明义 著

黑龙江人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

社会体育学概论/周学荣 谭明义著. —哈尔滨:黑龙江人民出版社,2004. 8

ISBN 7-207-06329-6

I. 社… II. ①周…②谭… III. 体育运动社会学—概论
IV. G80-05

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 084016 号

责任编辑:张晔明

封面设计:李梅

社会体育学概论

Shehui Tiyuxue Gailun

周学荣 谭明义 著

出版发行 黑龙江人民出版社

通讯地址 哈尔滨市南岗区宣庆小区1号楼(150008)

网 址 www. longpress. com E-mail hljrmcbs@yeah. net

排 版 黑龙江人民出版社激光照排中心

印 刷 黑龙江省商业厅印刷厂

开 本 850×1168 毫米 1/32

印 张 11. 625

字 数 290 000

版 次 2004年8月第1版 2004年8月第1次印刷

书 号 ISBN 7-207-06329-6/G·1484

定价:24.00元

(如发现本书有印制质量问题,印刷厂负责调换)

前 言

我国体育事业在长期的发展中已逐步形成了一个由社会体育、学校体育、竞技体育等几方面组成的体系。社会体育研究的对象是社会体育这一特定对象,区别于学校体育与竞技体育,它主要是探讨以身体锻炼为基本途径的各种大众性体育活动及其组织管理过程的规律。与学校体育、竞技体育及其他学科相比,社会体育学是一门新兴学科,还很年轻,但它确实是一门在我国体育科学体系中极具发展潜力的学科。随着社会的进步,体育事业的发展,特别是《体育法》、《全民健身计划纲要》以及一系列配套的社会体育发展方针、政策和措施的颁发与实施,社会体育得到政府、社会的高度重视,社会体育出现了快速发展的态势,社会体育的发展必然对社会体育学这门学科的建设提出了更新、更高的要求。而目前,有关社会体育学的专著与教材尚少,该学科还处在建设与发展之中,学科体系亟待完善。为了促进社会体育学这门新兴学科的建设与发展,使其学科体系更为丰富完善,以适应社会体育发展需要,为社会体育发展服务;同时,也为了能更好适应体育院校社会体育专业社会体育学课程教学需要,提高教学质量,我们撰写了此书。在撰写中,我们广泛参阅了有关社会体育学方面研究的论文、专著、教材,并吸取其中最新的研究成果和资料。在此,谨向原作者致以诚挚的谢意。本书在广泛吸取众多专家、学者的研究成果的基础上,也对社会体育学的学科体系构建及有关社会体育发展的理论与实践问题进行了研究探索,提出了一些见解与看法,敬请

同行、专家、学者的批评指正。

周学荣 谭明义

2004年2月18日

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 社会体育概念与特点.....	(1)
第二节 社会体育兴起的社会背景.....	(7)
第三节 社会体育学发展概况	(10)
第四节 社会体育学研究的对象与研究领域	(15)
第五节 社会体育学的学科特点与研究意义	(17)
第二章 社会体育的功能	(19)
第一节 社会体育促进人全面发展的功能	(19)
第二节 社会体育促进社会发展的功能	(23)
第三节 社会体育促进体育事业发展的功能	(31)
第三章 我国社会体育发展的历史	(35)
第一节 我国社会体育发展的历史回顾	(35)
第二节 我国社会体育发展的历史经验	(48)
第四章 社会体育的组织与管理	(53)
第一节 社会体育的组织管理系统	(53)
第二节 我国社会体育的几部重要法规	(56)
第三节 社会体育的管理原则	(62)
第四节 社会体育的管理方法	(65)
第五章 社会体育资源	(72)
第一节 社会体育指导员	(72)
第二节 社会体育经费	(84)

第三节	体育场馆设施	(92)
第六章	农村体育	(104)
第一节	农村体育概述	(104)
第二节	农村体育组织管理	(111)
第七章	职工体育	(121)
第一节	职工体育概述	(121)
第二节	职工体育组织管理	(130)
第八章	社区体育	(137)
第一节	社区体育概述	(137)
第二节	社区体育组织管理	(143)
第九章	我国社会体育现状与发展趋势	(161)
第一节	我国社会体育基本现状	(161)
第二节	我国社会体育发展条件与趋势	(173)
第十章	国际大众体育	(186)
第一节	国际大众体育发展特点与趋势	(186)
第二节	20世纪国际大众体育大记事	(200)
第十一章	身体锻炼的科学基础	(206)
第一节	身体锻炼的生理学基础	(206)
第二节	身体锻炼的心理学基础	(213)
第三节	身体锻炼的美学基础	(218)
第四节	身体锻炼的社会学基础	(224)
第十二章	身体锻炼的原则与注意事项	(232)
第一节	身体锻炼原则	(232)
第二节	身体锻炼的注意事项	(248)
第十三章	身体锻炼的内容与方法	(250)
第一节	身体锻炼的内容	(250)
第二节	身体锻炼的方法	(257)

第三节	运动处方	(271)
第十四章	中国国民体质监测与评价	(279)
第一节	开展国民体质监测工作的意义	(280)
第二节	中国国民体质综合评价标准	(282)
第三节	中国国民体质监测工作的组织管理	(286)
第四节	中国国民体质基本状况	(288)
第十五章	不同年龄阶段人的体育锻炼	(294)
第一节	婴幼儿期的健身体育	(294)
第二节	儿童期体育	(303)
第三节	少年期体育	(308)
第四节	青壮年期体育	(312)
第五节	中年期体育	(316)
第六节	老年期体育	(321)
第十六章	不同职业与不同群体人的体育锻炼	(326)
第一节	不同职业者的体育锻炼	(326)
第二节	特殊群体的体育锻炼	(334)
第十七章	社会体育的科学研究	(347)
第一节	社会体育研究的地位与意义	(347)
第二节	社会体育研究的基本方法	(349)
主要参考文献		(360)

第一章 绪 论

第一节 社会体育概念与特点

一、社会体育概念

社会体育,在国外称之为大众体育(sport for all),在我国习惯称之为群众体育。随着对群众体育运动系统深入的研究,不少学者结合我国实际情况,认为社会主义市场经济条件下群众体育运动的发展,要充分依托社会,形成社会办体育的机制,要从社会的整体视角来研究区别于竞技体育与学校体育之外的群众体育,因此主张用社会体育来取代群众体育名称。1995年8月29日,在第八届全国人大常委会第十五次会议上通过的《中华人民共和国体育法》中,正式使用了社会体育这一名称,使社会体育这一名称获得了法律界定与认可,社会体育已成为从事社会体育研究专家、学者高频率使用的词语。

社会体育,是指社会成员余暇时间中广泛开展的,以身体运动作为主要手段,以提高健康水平,进行娱乐消遣为主要目的,在身心健全发展的阶梯上不断超越自我,促进社会物质、精神文明进步的社会实践活动。这是对社会体育的本质特点的高度概括。

社会体育是我国体育事业的重要组成部分,社会体育与学校体育、竞技体育一起共同支撑着我国体育事业,成为我国体育事业

不可分割的三大组成部分。在我国体育事业长期的发展中,社会体育、学校体育、竞技体育这三大组织体系既各自独立,按照各自的目标和规律,运用各自的人力、财力和物力资源,在各自的领域运行与发展;又相互影响渗透,相互关联促进,以实现我国体育事业发展目标。显然,我国体育事业发展既需要社会体育、学校体育、竞技体育这三大组织体系独立工作,发挥各自的功能作用,承担起各自的责任义务,又需要社会体育、学校体育、竞技体育这三大组织体系有机结合,融为一体。因此,正确认识社会体育与学校体育、竞技体育的联系与区别,对正确把握社会体育概念与内涵大有裨益。

二、社会体育的特点

社会体育与学校体育、竞技体育相比,既有联系,又有区别。社会体育既有别于高水平的竞技体育,也有别于以青少年为教育对象的学校体育,但它又与学校体育和竞技体育存在着相互关联、相互制约的内在关系。与竞技体育和学校体育相比,社会体育具有以下鲜明区别:

(一)社会体育与竞技体育、学校体育的区别

1. 对象的广泛性

社会体育面向对象既不是少数人,也不是某一群体,而是全体的社会成员,即包括不同职业、不同性别、不同年龄、不同群体、不同地域和不同民族人的体育。而竞技体育面向对象是有体育天赋的极少数人(运动员),学校体育面向的也只是青少年儿童(学生)这一群体。

2. 目的多样性

由于参与体育运动的社会成员年龄、职业、性别、体质、运动兴趣等方面存在着差异,因而参与体育的目的就各有不同,呈现出多

样性。如老年人参与主要是防病治病、延年益寿；中年人参与主要是健康保健、调节精神；青年人参与主要是为了健美、娱乐、消遣。不同职业、不同性别在参与体育方面也具有目的多样性。而竞技体育追求的主要目标是：最大限度地开发人身心潜力，提高运动技能水平，创造优异成绩，夺取锦标。学校体育的主要目的是：提高学生身心素质水平，促进学生德、智、体全面发展，为培养社会主义现代化建设所需合格人才服务。

3. 体育参与的自觉性

社会体育是社会成员依据自身需要自觉自愿地参与的体育，具有非强制性。而竞技体育与学校体育均带有强制性特点。体育课程是学生必修课，必考项目。《中学生体育合格标准的试行办法》中规定：“对体育不合格学生，经补考的不合格，只发结业证书，不得报考高一级学校。”《大学生体育合格标准》中规定：“体育合格准予毕业，否则不能毕业，按结业处理。”竞技体育的运动员更具有强制性特点，运动员提高运动成绩必须经过长期的、系统的、甚至是严酷的强制性训练。

4. 时间的业余性

不占用工作时间与学习时间，利用工作与学习之余参加体育活动是社会体育区别于竞技体育与学校体育的又一个鲜明特征。运动员训练与学生体育课学习都属规定必须完成的工作，非业余性。

5. 内容的丰富性

据不完全统计，现有健身方法和形式有两万多种，而且还不断发展增加。丰富多彩的体育内容为体育参与者提供了广阔的选择范围，每个锻炼者都可依据自己意愿去选择，而且内容的选择无规定与限制。竞技体育则是以奥林匹克运动会设置的项目而展开，运动项目开展具有限制性；学校体育开展受课程纲要指导和学校

体育资源的制约,也具有一定的局限性。

6. 形式的灵活性

参与社会体育活动不必采用班级授课制形式,也不必接受固定的竞技体育训练方式,参与的形式灵活多样。既可以个体为单位,也可以群体为单位;既可由行政部门组织,又可由社会团体组织,总之,没有统一的形式规定和统一模式要求。

7. 组织管理的复杂性

由于社会体育是一项涉及全社会的事业,在社会体育管理系统中,既有专门、正式的政府部门,也有形形色色、非正式的社会体育组织;既有各行各业单位的体育机构,也有分散在社会各界的社会体育指导员。同时,参与者分布地域、职业性质、社会地位、活动目的等差异较大,进一步增大了社会体育管理的复杂性。要求社会体育在管理机制上,既要与外部保持高度的一致,又要保持自身相对的独立性和稳定性。此外,由于经济的制约,现阶段我国体育场地设置,指导人员、资金等体育资源还十分匮乏,这都对社会体育组织管理工作带来了难度,使其组织管理工作具有复杂性特点。

(二) 社会体育与竞技体育、学校体育的关联

社会体育、学校体育、竞技体育是我国体育事业的三大组成部分。它们之间既各自独立,相互区别,又相互联系,互相制约。

1. 竞技体育、学校体育对社会体育发展的影响作用

竞技体育对社会体育发展具有积极的影响作用。竞技体育既可以通过吸纳社会体育中涌现出的竞技运动人才,对社会体育发展起到积极推动作用,而且还可以以它特有的魅力和示范作用,帮助人们实现由体育观赏者向体育参与者转换。竞技体育以它特有的魅力吸引了无数人观赏,人们在尽情地观赏高水平、精彩的竞技表演时,不仅获得了美的享受,而且也受到了竞技体育的感染与激励,产生参与体育实践的渴望与要求。现实中许多体育锻炼者都

是竞技体育观赏者,都有过由观赏者向参与者转化的过程。

学校体育对社会体育的影响作用更是直接、明显。学校体育质量直接影响社会体育发展,体育人口的数量与质量。良好的学校体育教育,使学生在校期间建立了正确的体育观念,形成了终生体育意识、兴趣、习惯与能力,毕业以后,走上社会,就能主动积极融入到社会体育之中,成为稳定的体育人口,因此,学校体育被称之为社会体育的基础。《全民健身计划纲要》特别将青少年列为全民健身实施对象的重点,其战略意义显而易见。

2. 社会体育对竞技体育与学校体育的积极影响作用。

社会体育既需要竞技体育给予激励、促进与示范;又需要学校体育为其发展提供坚实基础。社会体育发展离不开竞技体育与学校体育的发展。而社会体育也同样积极影响作用于竞技体育与学校体育。

(1) 社会体育对竞技体育的影响作用

社会体育可以给竞技体育的发展创造良好的社会文化环境,提供为数众多的爱好者和支持者。训练场、球场、赛场,体育观众的观赏、热烈鼓掌、摇旗呐喊予以助威都能给运动员强烈的感染与震撼,激励鞭策他们刻苦训练,顽强拼搏,勇攀竞技体育高峰,促进竞技体育向“更高、更快、更强”方向发展,离开广大体育爱好者的支持与关心,竞技体育也将失去发展的沃土与动力。

社会体育又是不断涌现优秀竞技体育人才的源泉。社会体育开展得好,能够更快、更多地发现具有体育天赋的人才,避免人才的浪费。因而,社会体育又可称为竞技体育的基础。江泽民同志称竞技体育是“群众体育的拔尖”。

坚持普及与提高相结合,坚持社会体育,与竞技体育协调发展,努力探索社会体育的发展规律和竞技体育的发展规律,全面提高我们体育的整体水平,是我国体育发展的既定方针。

(2) 社会体育对学校体育的影响作用

社会体育包括社区体育、家庭体育,丰富多彩的社区体育活动,良好的家庭体育氛围,都对少年儿童体育意识、兴趣、爱好产生潜移默化的影响作用。孩子置身于这种良好的体育氛围,容易受到感染激励。尤其是孩子的父母,是孩子的第一任启蒙教师,父母的体育态度、体育行为对孩子影响最为直接,最为深刻。孩子父母热爱体育、参与体育,对孩子起到言传身教的作用。而当今,学校体育开展不畅,受阻,其原因很多,但主要原因除应试教育影响,片面追求升学率所致外,还有一个重要原因,就是社会、家庭对孩子的体育活动缺乏理解、支持。因此,社会体育发展得好,能够为孩子们提供体育活动的时间、空间与条件,就能促进学校体育发展;父母多给孩子参与体育活动的关心与支持,就能促进孩子积极参与校内体育活动。因此,社会体育是学校体育发展依赖的必要环境。

社会体育不仅可为学校体育发展提供环境条件,同时,也为学校体育改革提供指导。传统体育教育是一种封闭式体育教育,只注重技术传授与体质增强,未能与社会体育沟通、联系、接轨,以致形成了学生毕业,体育终结的现象。而社会体育发展要求是体育人人参与,体育终生参与。社会体育的发展必然对学校体育提出更高要求,要求学校体育能够培养学生终身体育意识、兴趣、习惯和能力,成为未来的社会体育参与的成员。应该说,当今社会体育的发展既为学校体育发展提供了良好的外部环境与发展契机,也对学校体育寄予厚望,学校体育要实现与社会体育接轨,必须加大改革力度。

第二节 社会体育兴起的背景

1919年1月,现代奥林匹克运动之父顾拜旦首先提出一切体育为大众(sport for all)服务的理念。他在致力于推动国际奥林匹克运动发展的过程中,一直强调大众体育是奥林匹克运动的基础。四十年后,顾拜旦的大众体育理念终于得以真正的实现。第二次世界大战以后,特别是进入20世纪60年代以来,发达资本主义国家体育运动事业发生了深刻的变化,一方面以少数人为主体的竞技体育继续高速地沿着“更高、更快、更强”的发展轨道前进,新技术、新成绩、新纪录不断诞生;另一方面以全体国民为主体的大众体育勃然兴起,体育走进千家万户,成为人们生活中不可缺少的重要组成部分。大众体育的蓬勃发展,成为国际奥林匹克运动交相辉映的一道靓丽的风景线。有人将它称之为“第二奥林匹克运动,我们时代最重要的社会现象,是一次国家重要的社会政治任务”。大众体育何以如此迅猛发展,有其广阔、深刻的社会背景。

一、现代文明病的蔓延

在工业发达国家,随着机械化、电气化和自动化程度提高,现代化交通工具的普及,以及信息技术的发展,人们从事各种体力劳动的机会和时间大大减少。还由于工业发达国家施行高工资、高物价、高消费的分配政策,和家畜、家禽工厂化生产以及冷藏设备的普及,工业发达国家居民的食物数量和膳食结构,发生了重大变化。如每年每人消耗的食物总量为1463磅,其中脂肪含量高达42%,动物蛋白摄取量占蛋白摄取量的80%。工业社会所存在的激烈的社会竞争,又使得人们承受着前所未有的强烈心理紧张感

和压抑感,运动不足,营养不足,营养过剩,精神紧张是引发心脏病、糖尿病、高血压、恶性肿瘤等常见病、多发病和高发病的罪魁祸首。这些“现代文明病”在西方社会肆意蔓延,影响范围之广,危害之大,令人触目惊心。有的国家三分之一的中年男子、四分之一的女子受到心肌梗死的威胁。联邦德国体重超重的人达 38%。加拿大 50% 的人口体重过重,特别是在 40 岁以上的妇女有 65% ~ 87% 的人体重超重。美国有 20% 的人超正常体重达 20%。美国因心血管系统病而死亡的人数占总死亡人数的 50% 以上。面临着运动不足,营养过剩,精神压力,人们只得求助于体育活动,以增加活动,消耗热量,减轻肥胖,保护心脏,放松心情,调节精神。而这些做法确实起到了积极作用。如美国 70 年代比 40 年代心血管疾病下降了 8.7%,死亡率下降 7%。这就更加激发了人们参加大众体育活动的热情。

二、余暇时间增多

工业发达国家由于实行了小时工资制、五日工资制、弹性工作制和定期轮休制度,职工余暇时间普遍延长。在日本,工资照发的例假,每年共 148 天。联邦德国职工每天平均的业余活动时间由 1969 年的 5.6 小时增加到 1982 年的 8.7 小时,其中可自由支配的时间,由 1971 年的 4.3 小时上升到 5.5 小时。美国每人每年的工作时间,比 20 世纪初减少五分之一到四分之一。大量的余暇时间为大众体育的开展提供了必要时间保证,同时社会也需要用大量的体育活动来充实人们余暇时间的各种消遣娱乐活动。

三、人口构成老龄化

上个世纪 40 ~ 50 年代,发达资本主义国家人口增长趋于缓慢,出生率大大下降,又由于医疗水平的提高,平均死亡年龄上升,

老年人在社会上的比重越来越大,出现了社会老龄化的现象。在联邦德国、英国、比利时、法国平均每6~7人中就有一位65岁以上的老人。在日本,40岁以上的中老年人占总人口的三分之一。由于老年人的生命已进入倒计时阶段,因而十分珍惜生命。而能保持健康,延年益寿的体育也就倍受老年人青睐。老年人是大众体育最积极的参与者,这一群体已成为现代大众体育中的一支重要的中坚力量。

四、人口的都市化

工业化必然伴随着都市化的出现。大量人口集中到城市,城市人口高度密集,城市化步伐加快,这为体育活动的开展、体育场馆设施建设及体育环境的营造都创造了良好的条件。由于人口的都市化,人和人的社会距离缩短,大规模社会体育活动的出现成为可能。如几百人的横渡海峡,几千人的自行车越野,上万人的长跑比赛,几百万人参加的体育协会,都不再是什么奇迹。而且大型体育设施和居民社区的体育场所的建立也成为一种必然的社会要求。人口的都市化推动了大众体育发展。

五、脑力劳动人数增多

科学技术在生产上的运用,不仅使生产力大幅度提高,而且也带来生产方式的根本性变革。“劳动密集型”的产业转向“技术密集型”,体力劳动的任务和强度明显下降。在各行各业中,脑力劳动人数在全部就业人口中接近或超过半数。长时间伏案工作所造成的“运动不足”,“肌肉饥饿”影响人体健康,已经成为普遍的社会问题,正如美国明尼苏达大学生理卫生实验室教授亨利布莱克说的:“我认为,做着工作是文明史上对人的新陈代谢影响最深刻的变化,这是造成我们许多新陈代谢失调的原因。”因此,脑力劳动者