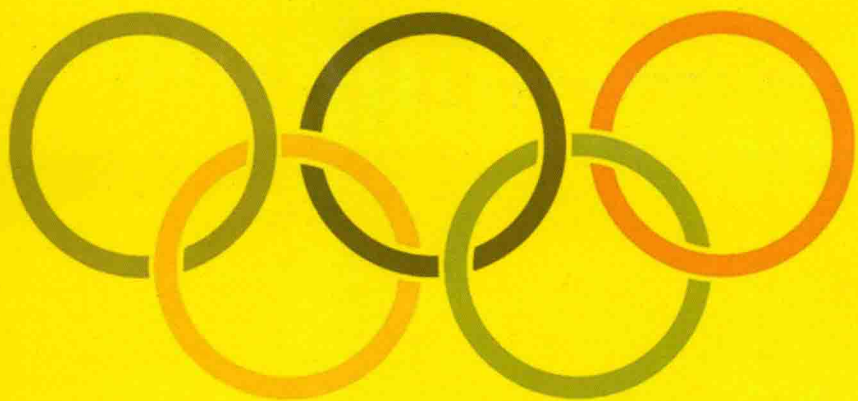
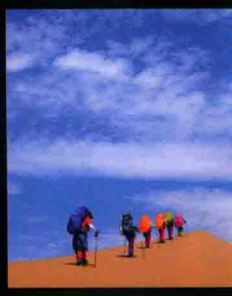
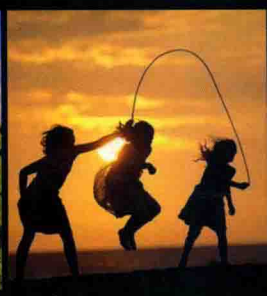




体育文化 与休闲体育运动

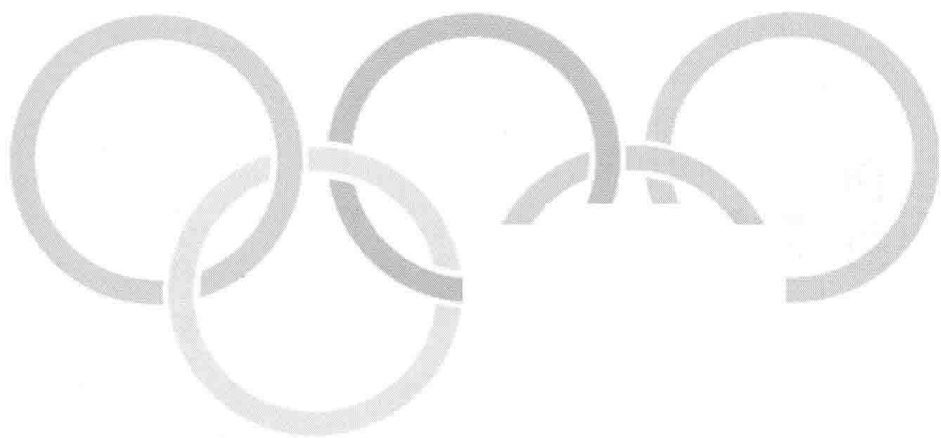
TIYU WENHUA YU XIUXIAN TIYU YUNDONG

王修方 著



休闲体育

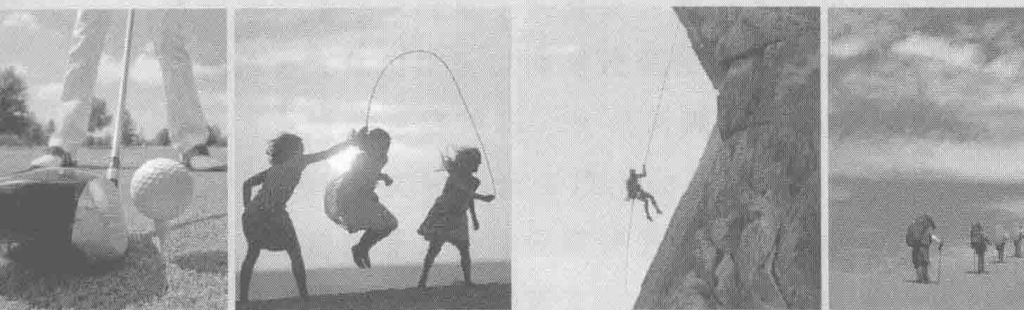
 中国农业出版社



体育文化 与休闲体育运动

TIYU WENHUA YU XIUXIAN TIYU YUNDONG

王修方 著



中国农业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

体育文化与休闲体育运动 / 王修方著. —北京:
中国农业出版社, 2019. 5

ISBN 978-7-109-25404-6

I. ①体… II. ①王… III. ①体育文化—研究—中国
②休闲体育—研究—中国 IV. ①G80-054②G812.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 062983 号

中国农业出版社出版

(北京市朝阳区麦子店街 18 号楼)

(邮政编码 100125)

责任编辑 刁乾超 张凌云

北京印刷一厂印刷 新华书店北京发行所发行
2019 年 5 月第 1 版 2019 年 5 月北京第 1 次印刷

开本: 850mm×1168mm 1/32 印张: 6

字数: 150 千字

定价: 28.00 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

前言



从文化历程来看，体育文化既是一种亘古未绝的文化传统和传统文化，更是一种“当代性”在不断增值的现代文化。作为具有悠久历史文化传统的现代体育文化，其有着不同于其他一些古代文化类型的生机与活力，可以说，体育文化是当今世界文化舞台上最引人注目的文化类型。相对于那些早已死亡了的仅供人们欣赏和研究的“死文化”，我们有理由把体育文化称为“活文化”。体育文化的这种活性即现代性特点决定了其重要的地位与作用，建设现代体育文化由此而成为建设现代文明、实现现代化不可或缺的重要内容。文化问题说到底还是“人”的问题，体育文化建设实质上也是人自身的建设，以人为本的体育文化建设应该使体育更具有个性化和人性化的特点，使体育文化在现代社会中更好地体现其人类生存的重要方式、文化生活的组成部分和文明社会的显著标志的丰富内涵。真正把体育作为有中国特色社会主义文化建设事业的重要方面、

作为提高人的素质并促进其全面发展的基本任务，抓紧抓好。

随着社会的发展和人们生活水平的不断提高，人们的价值观念与生活方式也发生了急剧变化，休闲体育应运而生。美国国家休闲研究学院主席杰弗瑞·戈比认为，休闲是从文化环境与物质环境的外在压力中解脱出来的一种相对自由的生活，它使个体能够以自己喜好的、本能地感到有价值的方式，在内心之爱的驱动下行动，并为信仰提供基础。卢锋把休闲体育定义为：在相对自由的社会生活环境和条件下，人们自愿选择并从事的各种形式体育活动的统称。

休闲体育强调回归自然，身心放松，注重参与活动的自由和乐趣。休闲体育的形式不拘一格，内容丰富多彩，从传统体育项目如球类、田径、武术，新兴体育项目如攀岩、蹦极、滑翔、滑板、漂流、定向运动，到人们日常生活的远足、骑车、慢跑、棋牌等，都是休闲体育的内容。休闲体育的特点是简便易行，对技术、场地设施没有特定的要求；老少皆宜，适宜各个年龄阶段的人群；自由自在，注重活动的自由性和乐趣。

由于体育文化与休闲体育运动研究内容广泛，

具有较强的综合性和应用性，加之编者水平有限，时间仓促，书中缺点错误和不妥之处在所难免，敬请读者批评指正，以便今后进一步修改，使之日臻完善。



前言

第一章 体育文化基本知识概述	1
第一节 体育文化相关概念解析	1
第二节 体育文化的性质与特征	4
第三节 体育文化的结构与功能	18
第二章 国内外体育文化发展研究的现状	28
第一节 我国体育文化研究的发展历程	28
第二节 国内体育文化研究的现状	31
第三节 国外体育文化研究的现状	40
第三章 现代体育文化传播与发展的历史进程阐释	43
第一节 体育文化产业的动因及社会根源	43
第二节 原始体育文化的发展历程	46
第三节 现代体育文化的发展历程	56
第四章 中西方体育文化发展的比较研究	67
第一节 中西方体育文化的特征	67
第二节 中西方体育文化的比较	77
第三节 中西方体育文化的差异化发展	82

第五章 各类型体育文化的现代化发展审视	96
第一节 大众体育文化的现代化发展	96
第二节 竞技体育文化的现代化发展	111
第六章 休闲体育运动概述	122
第一节 休闲体育运动的观念阐释	122
第二节 休闲体育运动的内容及分类	125
第三节 休闲体育运动的特征及功能	128
第四节 休闲体育运动的发展现状及趋势	139
第五节 影响休闲体育运动发展的因素分析	168
参考文献	176

第一章

体育文化基本知识概述

文化是一种社会现象，是人们在长期的社会生活实践中逐渐形成的，是历史的积淀。体育运动伴随着人类社会而逐渐发展完善，这一过程中也形成了相应的体育文化，对其进行分析和研究具有重要的意义。

第一节 体育文化相关概念解析

一、体育文化的概念分析

体育文化是关于人类体育运动的精神文化、物质文化和行为文化的综合，它包括人们对体育运动的认识、体育运动的制度以及相应的设备设施、体育运动道德体系等各方面的内容。

随着社会的发展，体育文化也在不断发展完善，其概念也不断完善。一般将体育文化定义为：人们在促进自身健康、提高人类生活质量的社会活动中创造并形成的一切物质财富与精神财富的总和，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、伦理观念与审美理念，还包括为实现目标而采取的各种措施以及相应的成果。

在社会发展的过程中，体育文化的概念随着人们逐渐地深入认识而不断变化，而随着社会不断发展，体育文化的概念也必将会与时俱进，不断得到创新。

体育运动在发展过程中，逐渐形成了一定的体育文化，其主

要原因有如下四点。

其一，体育是以身体作为基本的参与手段，人们在体育运动中，通过自身的身体活动，来改变其自然属性和社会属性，从而实现自然价值和社会价值的转变。体育除了作为物质文化体系外，也作为一种文化表现形式成为社会上层建筑的一部分。

其二，体育运动是一种非遗传性的身体活动，虽然是由人类创造，但必须经过后天的不断练习才能习得。体育运动并非是简单的动物本能的嬉戏和身体活动，而是对人类思维方式的表达和传递，因此，这就使得体育产生了文化意义。

其三，在发展的历程中，体育运动体现了文化的民族性、时代性、继承性、阶级性和世界性等。

其四，在开展相应的体育运动时，文化的相应特质能够表现出来，各种运动除了具有其形式以及需要必要的器材设备之外，还具有一定的内部意识形态，包括各种行为规范、价值观念等。

体育文化的形成可追溯至原始社会时期，但是其概念直到近代才被提出。人类早期的教育主要内容为生产技能或自卫方法等实践技能，教育的目的在于让人能够在生产力水平较低的情况下得以生存。进入到奴隶社会后，教育活动开始逐渐拥有了专有场所和教育人员，这无疑是一次巨大的突破，而这也是后来体育教育发展的基础。据古代文献记载，在商朝时就已经出现了类似于现代概念中的学校。那时的学校名叫“庠”，其教学内容以习武为主，兼顾习文。在“习武”中又以“习射”为主，主要练习弓箭的使用。学校发展到西周时期，出现了以礼、乐、射、御、书、数为基本内容的“六艺”教学体系。在这“六艺”中，有射、御、乐三项与体育有关。春秋战国后，从孔子、荀子、墨子等大思想家的教育思想中便可以看到教育的重要性。孔子指出，“有文事者必有武备”（《史记·孔子世家》）。教育弟子治国要“教民以战”“善人教民七年，亦可以即戎矣”（《四书五经》中的《论语·子路》）。而荀子在《荀子·乐论》中指出了娱乐是人们

不可缺少的生活内容，支持那些通过以身体活动为形式的运动来达到娱乐身心的目的。墨子更是一位注意培养弟子武艺技能与勇敢精神的教育家。

德国学者在 1818 年提出了“Physical Culture”，即为“身体文化”，“体育文化”即在此基础上发展而来。19 世纪末以后，身体文化的概念被人们理解得更加宽泛，包括运动器械在内的文化现象都被归为体育文化。1974 年，国际体育名词术语委员会出版的《体育运动词汇》对体育文化进行正式的定义：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。

体育运动是人们在生产生活中创造出来，并逐渐从体力劳动中分离出来的。在其发展过程中，只有其被人们用于促进身体发展活动时，才真正被赋予体育文化的意义。

二、体育文化的层次划分

体育文化被称为身体文化的概念一直延续到 19 世纪末，后来，体育文化的解释才逐渐被人们广泛接受。体育文化是社会文化的重要组成部分，它主要是通过利用身体的各种文化锻炼来提高人的生物学和精神潜力的范畴、制度和物质设施。

体育文化主要由物质、行为和心理三个不同层面的要素构成，体育文化的主要内容包括体育精神文化、体育物质文化、体育行为文化和体育制度文化。

在精神层面，即心理、观念方面，体育精神文化包括在长期的社会生活和互动中，人们对体育产生的价值观念、心理倾向以及通过抽象的声音、色彩等所表现的体育精神的艺术文化等。

在物质层面，即体育物质文化，是指凝结体育文化特质的各种物质产品，如体育器材、体育装备、体育场地和设施，以及运动锻炼的环境等。

在制度规范方面,体育行为文化主要是指行为方式,即人们在体育运动中所扮演的角色、地位以及各种体育活动的组织形式。体育制度文化是指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、管理体制及风格等。

总的来说,体育文化的内核是体育精神文化,而体育物质文化主要是体育文化最外表的层面,体育行为文化则介于精神文化和物质文化之间,即体育精神文化是体育内在的文化,体育行为文化和体育物质文化是体育外在的文化。体育文化中精神层面的体育价值观、体育思想等占主导地位;体育行为文化和体育制度文化是体育精神文化在人们体育行为和体育生活中的体现。体育物质文化实际上是体育精神文化通过人们的体育实践在物质产品上的体现。

体育的四种文化(体育精神文化、体育物质文化以及体育行为和制度文化)是体育文化结构中有机联系的四个层面。一种体育物质产品常常是体育文化不同层面的浓缩,如在学校体育比赛中,为表彰获胜的运动员而颁发的奖牌或运动器械,从精神层面来看,这是对运动员体育精神的一种肯定;从物质层面来看,所颁发的奖牌或运动器械本身就是一件具体的物质产品;从制度规范层面来看,这既是对获奖运动员行为的一种肯定,也是一项奖励制度。

第二节 体育文化的性质与特征

一、体育文化的性质

体育文化是一种重要的社会文化现象的综合体,它具有多方面的性质。具体而言,体育文化的性质主要包括以下几方面。

（一）民族性与人类性

体育文化的民族性指的是一个民族由于生产方式、生活区域环境等不同而形成的异于其他民族的体育文化。由于受到地理环境、生存环境、生产和生活方式、文化积累和传播等不同因素的影响，各个民族在体育文化的创造过程中产生了不同于其他民族的体育文化。因此，体育文化具有了民族性特征。体育文化的民族性建立在社会历史与文化传统的基础上，相同的地域空间会形成相同的体育文化，地域的不同只能对民族的体育文化产生间接的作用，而这种作用随着社会的进步发展而减弱。

人类文化在产生和发展的过程中，不仅具有共性的一面，而且有极富个性的一面。民族性就表现在各个民族之间文化的差异性。民族体育文化也就是在相对固定的地域内产生和发展起来的，并逐步成为全民族共同的文化现象。

我国是一个多民族国家，共有 56 个民族。各民族在长期的发展过程中，逐渐形成了本民族独特的体育活动方式，其体育文化反映出不同地域的独特特点，也表现出不同民族的不同生活方式。从文化人类学的视角看，民族传统体育活动与种族繁衍、生产劳动有关。而民族传统体育在我国少数民族地区的宗教仪式、婚丧嫁娶以及喜庆丰收等活动中也是一项不可缺少的内容。例如，我同西南许多民族的秋千和丢包、蒙古族的打布鲁、瑶族的跳鼓、哈萨克等民族的姑娘追、回族的木球、朝鲜族的跳板、苗族的划龙舟、傣族的跳竹竿、高山族的竿球、赫哲族的叉草球、羌族的推杆等传统体育活动都是常见的节日活动。

体育文化的人类性是指一个民族的体育文化中所具有的普遍性的部分能够为世界其他民族理解或吸收，动因是人类具有超越民族界限的共同的需求和理想。体育文化的人类性的另一含义是一个民族的体育文化中具有世界性的价值和意义、具有生命力的要素，最能代表本民族的精神风貌，如中国的养生体育文化具有

追求生命质量的人类共性，这是人类体育文化的一部分，有着超越地域、语言、民族、国家界限的力量。

一个民族的体育文化经过相对独立的发展后，便与其他民族的体育文化产生较大差异，那么民族间进行相互交流的可能性就越大。关于奥林匹克运动与民族体育文化的关系，前国际奥委会主席萨马兰奇曾说：“越是民族的，越是世界的。”体育文化的民族性包含了体育文化的人类性，其民族性和人类性是一个实体的两个方面，也就是说，一种体育文化同时具有民族性和人类性，所说的民族性是就体育文化的内容和形式与其他民族体育文化系统的差异性来说的；人类性是就其内容和形式与其他民族体育文化系统的同一性来说的。在运动观念方面，体育文化存在着难以相互借鉴甚至理解的问题，但不同民族的体育文化总是在运动、组织形式等方面存在共同性或者易于相互吸收。事实上，世界上的许多民族性很强的体育文化也是跨民族的。

（二）时代性与永恒性

随着历史和时代的变迁，体育文化在内容和形式上也发生了相应的变化，即体育文化的时代性，它反映的是处于同一时代或相同社会发展阶段的世界各民族体育文化的共同需求。在时代不断演变和发展的过程中，不同的历史时期，其生产方式也是不同的。环境对人们的生活产生了重大的影响，人们在生活实践中所创造的文化，也同样离不开环境的影响。因此，体育文化具有特定的内容、形态和性质，表现出鲜明的时代性。

不同的时代有着不同的体育价值观点，因此，对于不同时代的体育文化，我们不能用一个绝对的标准来衡量。要从历史的角度审视，对历史上的体育文化进行评价，既要看到其时代的局限性，也要看到其进步性。如汉代与唐代的人体健美观不同，汉代以瘦为美，唐代则以肥为美，这就导致了两个时代体育文化的差异、舞蹈的差异、女性参与体育的方式和心态的差异。

体育文化的时代内容与形式使体育文化发展呈现出不同的阶段,任何一种体育文化既是时代的,又是民族的,两者是一般与特殊的关系问题。在同一时代,不同民族的文化具有相同的时代特点,这是一般;在同一时代,不同民族的文化又各自具有本民族的特点,这是特殊。同一时代同一民族有相同心理的文化,这是一般,同一时代同一民族又有不同阶级、不同党派的不同心理的文化,这是特殊。由此可见,体育文化的时代性包含在民族性之中,而体育文化的民族性也同样包含在时代性之中,这是同一内容的两种不同性质。

体育文化的时代性和永恒性是一个实体的两个方面、两种属性。人类在体育文化发展中,有着共同客观、普遍的追求,这使得体育文化具有永恒性。在体育文化中,时代性与永恒性是辩证统一的。每个时代都有相对先进和发达的体育文化,但每种体育文化都不可能永远最进步,先进与落后会彼此转化和交替。

(三) 继承性与变异性

任何形式的文化都是人类创造的产物。由于人的意识具有历史积累性和文化传播性,在人们的意识领域和社会价值体系中,体育文化具有通过语言、文字、图像等媒介传承的特性。身体动作是体育文化的基本表现形式,因此,身体是体育文化主要的传承形式。但依附于体育文化之上的独有的语言和文字也具有强大的传承功能,这一点常常被人们所忽视。在当今社会中,人们经常以体育比赛的形式,来使体育文化得以传承,但与体育相关的谚语、歌曲、雕塑、电影、邮票等实物也是使得体育文化传承的不可忽视的主要形式。值得注意的是,由于动作记忆(包括自己的动作和观看他人的动作)相对于文字等更持久和深刻,因此,体育文化在文化的传承中具有独特的优势。

在历史进程中,体育文化的发展并不是一成不变的,它必须在发展过程中不断汲取外部世界和其他体育文化的先进和积极因

素,来对自身进行调试。体育文化的交流与传播是其发展的主要动力之一。没有交流、没有传播的体育文化很难有变化,而没有变化的体育文化就像一潭死水,直至凋亡。体育文化的变异性指的是体育文化发展过程中内容、结构或者形式的改变。体育文化在自身的发展过程中通过不断地吸收与借鉴实现自我的调节,而没有交流与变化的体育文化就无法存在与发展。体育文化在发展过程中的变异并非全都是积极先进的,它充满曲折甚至挫折,但最终的发展方向是进步的。体育文化的变异过程纷繁而复杂,不仅会受到外部地域环境等因素的影响,同时也会受到自身内部因素的限制。

从中国体育文化的发展进程来看,体育文化经历了几次明显的变异。先秦崇尚“武勇”的体育文化到汉代变成了“费力尚德”的体育文化,汉代和唐代激烈的足球文化到宋代成为单球门的游戏。

一般来讲,体育文化的变异受到内部因素的制约,以及来自外部的影响,如南北朝时期的体育文化向着养生娱乐和崇尚武力过渡,其中,养生娱乐主要是动荡年代人们得过且过心态的真实反映;崇尚武勇是北方少数民族的彪悍勇猛之风促成的。从以上分析来看,体育文化的变异是一个复杂的过程。

(四) 经验性与科学性

体育文化的经验性是指体育文化的创新与传承总是会依据既有经验而进行的一种属性。体育文化的服务对象是人,体育文化是人们为了适应自身身心发展的需求而创造出来的一种文化形式,人才是体育文化的根本立足点。社会性是体育文化发展的显著特征,体育文化的价值在于为人类社会的发展服务,人类会根据自身的经验与需求来塑造体育文化,这种行为往往具有局限性。原始人类由身体教育的方式而促成了体育文化的产生,而人类所具有的记忆功能也使体育文化的发展传承与经验息息相关。

体育文化的科学性指的是体育文化的发展与传承除了需要经验作用外，还需要科学的参与和指导。人的存在是客观的，其中也蕴含着客观规律性，认识和把握规律性有利于对体育文化进行科学的指导。体育运动在发展早期由于没有科学的认识与指导，发展的水平十分有限。而体育要得到实质性的飞跃或者大发展，必须要建立在认识和把握自然界的客观发展规律以及体育运动的客观规律基础之上，体育精密仪器对于体育运动水平的提高就是最好的证明。只有在体育文化中不断提高对客观规律的理解与认识，才能使体育文化更加富于科学性。

体育文化的经验性和科学性也是辩证统一的。体育文化的经验性虽然对于体育文化的发展与改造具有一定的优势，然而科学性对体育文化的发展作用也是必不可少的。体育文化的经验性需要科学性进行证明，而体育文化的科学性也需要经验性的支持，两者相互作用并存在于体育文化的发展过程中。

（五）阶级性与普遍性

体育文化的阶级性是从其民族性中分离出来的特性，阶级及国家的出现，使一切民族的差别都让位于阶级的对立，从而使体育文化的民族性让位于它的阶级性。体育文化的阶级性实质上是体育文化的支配问题，即由哪个阶级支配体育文化的生产与分配。人类进入文明时代以后，文化的支配权经过了奴隶主、封建贵族和近代资产阶级三个统治阶级，体育文化也不例外。世界体育史上奴隶社会和封建社会的体育都体现出统治阶级享有体育特权，民间体育受其支配的普遍现象。中国历史上曾有朱元璋对民间下棋和踢球的禁令；埃及法老规定百姓不准射杀狮子，而自己却可以随意射杀；再如，唐朝的君主喜欢马球，经常参与这项活动，但一般的百姓没有马球运动必需的条件，很少有打马球的。这都是体育文化阶级性的体现。到了资本主义社会，这种阶级性同样突出，英国资产阶级早期也曾颁布“狩猎法”，巩固自己的