

山东省五年制师范学校统编教材（试用本）

体育

（第一册）



泰山出版社

山东省五年制师范学校统编教材(试用本)

体 育

(第一册)

刘 涛 张承玉 主编

泰山出版社

图书在版编目(CIP)数据

体育/刘涛 张承玉主编. - 济南:泰山出版社,2000.6

山东省五年制师范统编教材

ISBN 7-80634-187-0

I.体… II.①刘…②张… III.体育-高等学校:师范学校-教材

IV.G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 30492 号

山东省五年制师范学校统编教材(试用本)

体育(第一册)

主编/刘 涛 张承玉

出版/泰山出版社

发行/新华书店经销

印刷/日照报业印刷有限公司

规格/787×1092mm 16K

印张/14.375

字数/320 千

版次/2000 年 6 月第 1 版 2005 年 6 月第 6 次印刷

书号/ISBN 7-80634-187-0/G·85

定价/18.00 元

著作权所有·请勿擅自用本书制作各类出版物·违者必究

如有印装质量问题·请与泰山出版社发行部调换

地址:济南马鞍山路 58 号 8 号楼 邮编:250002 电话:82025510

山东省五年制师范学校统编教材

编委会成员名单

编委会主任委员

滕昭庆

编委会副主任委员(按姓氏笔画为序)

刘大文 徐兴文 戚万学 董良军

编委会委员(按姓氏笔画为序)

马先义	马克杰	王化雨	王庆功	王积众
方明	孔令鹏	孔新苗	刘大文	刘奉岭
刘涛	安利国	孙明红	李玉江	李宏生
李新乡	邹本杰	张如柏	张厚吉	张桂成
张准	张琳	陆书环	荆戈	祝令华
徐兴文	党好政	戚万学	董良军	韩玉贵
滕昭庆	鞠玉梅	戴培良	魏建	

出版说明

当今世界,科学技术突飞猛进,知识经济已见端倪,国力竞争日趋激烈。国运兴衰,系之教育,振兴教育,师资先行。建设一支高素质的教师队伍是教育改革的根本大计。《面向 21 世纪教育振兴行动计划》明确提出:“2010 年前后,具备条件的地区力争使小学和初中专任教师的学历分别提升到专科和本科层次。”为此,我省决定,根据经济和教育发展的实际,从 2000 年起,中等师范学校招收的学生,学制将全部由原来的三年制改为五年一贯制,培养具有大专程度的小学教师。为搞好五年制师范教育教学改革,提高教育质量,山东省教育厅于 2000 年 2 月颁发了《山东省五年制师范小学教育专业课程方案(试行)》,并组织制定各科教学大纲和编写出版与之配套的统编教材。编写该套教材的指导思想本着贯彻邓小平同志教育要“面向现代化,面向世界,面向未来”的指示精神,遵循“综合培养,强化素质,一专多能,全面发展”的原则,根据小学教师职业教育的特点和学生身心发展的规律,按照培养专科程度小学教师的目标要求,充分发挥五年一贯学制的优势,优化课程组合,构建科学的教材体系。

本套教材是由山东省教育厅组织省内师范高校的有关专家、教授和骨干教师,在充分吸收相关课程及教学改革成果的基础上编写的。参编人员为此付出了大量的劳动,谨在此表示诚挚的感谢。由于本书编写时间仓促,难免有不当之处,敬请批评指正。

本书编委会

2000 年 6 月

前 言

《体育》是根据《山东省五年制师范小学教育专业课程方案》编写的体育课教材。本套教材共四册,一、二、三学年各一册,四、五学年合一册。

《体育》紧密结合了山东省小学体育教育的现状和发展而编写。教材的编写在思想性、科学性、系统性、趣味性和实践性上充分体现了小学体育课的教学特点。教材的编写是按项目排列,在教学实践中,可根据学生能力、场地器材、师资水平等条件制定出适合学校特点的教学进度和学年计划,对教材的内容进行有选择的使用。本教材突出了师范性和知识性,通过体育教学实践,提高学生的基本技术、技能,增强体质;促进学生的身心健康发展;并使学生初步具有承担小学体育工作的知识和能力,成为德、智、体、美全面发展的小学教师。

本套教材的编写在山东省教委组织下,由刘涛教授任主编。

《体育》(第一册)主编:刘涛、张承玉,副主编:赵军、王美春、戴文,编写人员(以章节顺序排列):刘涛,第一章;张承玉、徐旭升,第二章(第一、二、三、九节);韩宏飞,第二章(第四、五、六、七、八、十节);赵军、戴文、苏庆华、滕远侠,第三章;王美春、高燕,第四章、第五章;韩素萍、张国良,第六章;张承玉,第七章;张承玉、刘涛负责统稿修订;李建光教授对全书进行了审定。

在编写的过程中得到了山东省教委师范处、教研室领导的大力支持和帮助,也得到了有关专家、教授和广大体育教师的大力支持。编写过程中,参阅了大量的有关文献资料,在此谨表谢意。

由于编者水平所限,教材中定有不足之处,敬请广大师生提出宝贵意见。

《体育》教材编写组

2004年4月于济南修订

目 录

第一章 体育基础理论知识.....	(1)
第一节 体育概述.....	(1)
第二节 学校体育	(10)
第三节 青春期与体育锻炼	(12)
第二章 运动基本技术与方法	(17)
第一节 跑	(17)
第二节 跳跃	(24)
第三节 投掷	(28)
第四节 基本体操	(33)
第五节 技巧	(45)
第六节 支撑跳跃	(52)
第七节 双杠	(57)
第八节 单杠	(66)
第九节 活动课(一)	(74)
第十节 活动课(二)	(75)
第三章 篮球	(79)
第一节 篮球基本知识	(79)
第二节 篮球基本技术	(84)
第三节 篮球基本战术.....	(105)
第四节 篮球基本规则.....	(131)
第四章 青少年健美操.....	(141)
第一节 健美操基础知识.....	(141)
第二节 健美操基本动作及组合.....	(142)
第三节 活动课.....	(157)

第五章 传统体育健身方法	(166)
第一节 概述.....	(166)
第二节 武术基本功练习.....	(167)
第三节 少年拳(第一套).....	(170)
第四节 形神拳.....	(173)
第五节 活动课.....	(179)
第六章 体育游戏	(189)
第一节 游戏的起源与锻炼价值.....	(189)
第二节 体操游戏.....	(191)
第三节 跑、跳、投掷游戏.....	(194)
第四节 球类游戏.....	(200)
第七章 身体素质练习	(206)
第一节 发展力量素质练习.....	(206)
第二节 发展速度素质练习.....	(210)
第三节 发展耐力素质练习.....	(212)
第四节 发展灵敏素质练习.....	(212)
第五节 发展柔韧素质练习.....	(214)
附录一	
1. 体育课成绩考核.....	(216)
2. 一年级运动基本技术方法考核项目.....	(218)
3. 一年级学生运动能力和身体素质评分表.....	(219)
4. 体育课结构综合考核评分对照表.....	(221)

第一章 体育基础理论知识

第一节 体育概述

一、体育的概念和组成

(一) 体育的概念

19 世纪 60 年代以后,由西方传入的“体育”(physical education),按其译意是指:同维持和发展身体的各种活动有关联的一种教育过程。近几十年来,随着社会的进步和体育实践的不断发展,当出现体育教育、竞技运动和身体锻炼三个既有区别又互为联系的内容,并逐渐形成与教育和文化相并列的新体系之后,根据我国体育发展的特点和规律,“体育”一词又有狭义和广义两种用法。用于狭义时,一般均指体育教育;用于广义时,则和通常所说的“体育运动”相同,即包括体育教育、竞技运动和身体锻炼。其含义是指:体育是一种特殊的社会现象,它作为有意识的社会活动和教育过程,实质包含了体育教育和体育运动这两层含义,它受一定的社会政治、经济的影响和制约,也为一定的社会政治、经济服务。

若按此理解,体育是以发展身体、增强体质为基本特征的,它作为包括体育教育(狭义体育)、竞技运动和身体锻炼三方面内容的总称(广义体育),一方面通过以发展身体为核心的教育过程,承担着人体完善发展、增强体质的重任,并与德育、智育、美育、劳动教育密切配合,共同实现培养全面发展人才的任务;另一方面则通过以健身、健美、医疗、卫生为目标的身体锻炼,及以创造优异运动成绩和提高运动技术水平为目标的竞技运动,达到人体自我完善,挖掘人体内在潜力,并充分发挥它们在建设物质文明和精神文明中的特殊作用。但必须指出,体育的概念并非一成不变。随着社会的不断发展和人类需求进入高层次,人们对体育的认识还会进一步深化。

(二) 体育的组成

由广义体育的概念表明,不同内容和范围的“体育”,它们都以身体运动为基本手段,都要全面发展身体和增强体质,都有教育、教学和竞赛等因素。但根据目的、对象和社会施予的影响不同,目前普遍认为,体育可由学校体育、竞技体育和社会体育三个主要部分组成。

1. 学校体育

学校体育是学校教育的重要组成部分,也是全民体育的基础。它作为教育和体育的交叉点和结合部,又是国家体育事业发展的战略重点。为了达到教育、教养及发展身体的

总目的,不同层次的学校体育按不同教育阶段和年龄特征,通过体育课程、课余体育训练及课外体育运动这三种基本组织形式,围绕“增强体质”这个中心,全面实现学校体育的各项任务。由于它处在学校这个特定领域,实施内容被纳入学校总体计划,实施效果又有相应的措施予以保证,从而与其他教育环节共同构成了一个完整的教育过程,使学生在德、智、体、美几方面得到全面发展。

随着体育的不断社会化、娱乐化、终身化及竞技体育的发展,从提高学校体育的要求考虑,现代学校体育既要注重增强体质的近期效益,又要着眼于将来学生对“享受”和“发展”的需要,即重视包括生物、心理及社会等综合效果。为此,学校体育在充分注意体现现代体育主要特征的基础上,还必须拓宽体育的社会渠道,满足个人体育兴趣和爱好,启发主动参与体育的意识,讲究体育锻炼的科学性,不断提高体育欣赏水平,并创造条件为国家输送和培养竞技体育人才,以适应当代社会尤其是青年对精神、物质文化生活日益增长的需要。

2. 竞技体育

竞技体育亦称竞技运动(competitive sport),它是在全面发展身体素质的基础上,最大限度地挖掘体力、智力与运动才能,以取得优异运动成绩为目标而进行的科学训练和各种竞赛活动。竞技体育在现代奥林匹克运动的推动下,现已有 50 多种用于国际比赛的运动项目,并设有相应的国际体育组织和单项运动协会。当前,随着竞技水平不断提高,为了应付日趋激烈的赛场竞争,人们正广泛采用先进和科学训练方法和手段,以探索人类运动的极限。

值得注意的是,随着社会经济繁荣,生活水平不断提高,具有竞技体育特点的群众性竞赛活动亦日趋频繁,尽管参加这些竞赛活动的对象和层次水平不同。其中一些有规则约束的竞赛,逐渐向以取胜为目的的方向转移,从而不断扩大了竞技体育的领域。由于竞技体育的表演技艺高超、竞争性强,且极易吸引广大观众,故它作为一种极富感染又容易传播的精神力量,在活跃社会文化生活,振奋民族精神,提高国际威望,促进各国人民之间的友谊和团结等方面,都有着特殊的教育作用。

3. 社会体育

社会体育亦称大众体育,是指以健身、娱乐、休闲、医疗和康复为目的的体育活动。国内外经常提到的娱乐体育、休闲体育、余暇体育、养生体育或医疗体育均可列入此范畴。由于它吸引的对象主要为一般民众,其中包括男女老幼及伤病残者,活动领域遍及整个社会乃至家庭,所以堪称是活动内容最广、表现形式最新、趣味性最强、参加人数最多的一项群众性体育活动。它作为学校体育的延伸,可使人们的体育生涯得以继续维持。

社会体育开展的广泛性和社会化程度,取决于国家经济的繁荣、生活水平的提高、余暇时间的增多及社会环境的安定。从世界发展趋势来看,社会体育作为现代体育发展的重要标志,无论普及程度或开展规模,都不亚于竞技体育,已大有跃居为第二股国际体育力量的趋向。目前,我国的社会体育正在蓬勃兴起,各种“健康城”、“康复中心”和“健身俱乐部”,吸引了大批的体育消费者,国家还设立了“中国大众体育纪录”,表明这种体育活动已有了比较广泛的群众基础。

二、体育与人类社会

(一) 体育与生存需要

体育是人类的生存需要,这是由人的自然属性所决定的。人类必须与自然界进行艰苦的斗争,才能创造赖以生存的物质基础。这种求生本能,最初表现在原始人的谋生和防卫需要中,既借助人体的运动获取生活资料,又保证自身不受伤害。据考古学研究,通过最早人类的分化,人类祖先是树栖变为地栖,然后才逐渐习惯直立和用两足行走的。原始人迫于谋生需要,要为寻找食物而跋山涉水;为杀伤猎物而掷石投棍;为追捕野兽而奔跑越沟;为抗御自然侵袭而跋涉迁徙。出自防卫需要,为防备狩猎时被野兽伤害和过河时的生命安全,他们还必须掌握格斗和游泳等防卫手段,并具备灵巧躲闪、攀高爬树、相持耐久等自卫能力。很明显,诸如攀、爬、跑、跳、投和涉水等身体运动,都是原始人求生存所必须的基本活动技能,表明体育与生存需要从来就有着极为密切的天然联系。

原始社会后期,为了发展生产力、保证血亲生存、掠夺财产和奴隶而发生的部落间冲突,需要精化生产工具、改进狩猎技术,使这种谋生手段世代相传。同时还必须提高谋生和防卫能力本身所需的智力和体力,于是以语言为媒介的技能传授和身体操练,即原始教育,逐渐从单纯的劳动手段中抽象出来,并演化成非直接用于生产劳动和生活的身体运动形式。这些经原始教育提炼和改进后的身体运动,也就是原始体育,其根本目的虽仍在于维持生存,但由于增添了强身手段,使之有可能通过提高各种身体效能和活动技巧的训练,为学习和掌握生存的本领提供了方法,进一步说明了体育和生存需要之间的必然联系。

社会发展到现代,随着科学技术的发展进步,使生存需要对人体体力的依赖程度已相应减少。但为了提高劳动生产率,满足日益增长的物质和文化生活需要,人们仍需不断通过包括体育在内的各种手段,继续谋求提高和发展人的智能和体能,以促进有机体各器官系统的机能水平,防治由社会分工和单调劳动限制而造成的现代文明病。因此,现代社会又从更高层次要求体育必须而且尽可能满足人们生存的需要。

(二) 体育与社会需要

体育是人类的社会需要,这是由人的社会属性所决定的。随着物质与生活条件的改变,当语言、意识、情感、理性等各种社会文化行为一旦产生,人类生存需要的功利性因素就会相对减弱。这表明,体育作为一种特殊的社会现象,在与社会的同步发展中,同样不只是满足简单的生理或生存需要,而应致力于提高人的生物潜能,丰富人的精神文化生活,促进人的身心全面发展,以创造人的美好生活方式为目的。为此,千百年来,人们根据这种社会需要,在对体育的实践与探索中,无不期望它能适应和改变自己的生活方式。但是,人在改造社会的同时,还需要社会为这提供理想的生活环境和条件,故社会的兴衰又直接影响着体育的发展进程。

众所周知,推进体育向前发展的主要动力,最早来自原始社会后期出现的文化、艺术和教育。尽管这些新的社会因素,在当时仅反映原始人水平很低的需求结构,但就扩大的生活领域而言,为了适应社会发展的需要,却促使一些既不属于生存需要,又高于一般生活技能的活动,以更接近体育的方式发展起来,致使这种有意识模仿劳动和生活动作的身

体练习,改变了原始人单纯求生的生活模式。譬如,原始人为了表达对神灵的崇敬,通过宗教祭祀而开展的舞蹈、角力和竞技运动;为了表达狩猎成功后的喜悦心情,通过游戏方式而开展的娱乐活动等,都集中体现了原始人对社会所持的生活态度。

进入奴隶社会,特别是春秋战国初期,由诸侯称霸而引起的兼并战争,又刺激了军事体育活动的相应发展,并使仅有的一些娱乐性体育几乎全被奴隶主阶层所垄断。而奴隶和平民百姓,只能在社会经济稍趋繁荣的情况下,才得以在余暇开展一些民间活动。

我国封建社会的历史是漫长的,尽管这一阶段的社会变化日趋复杂,但巩固的中央集权制,使社会经济、政治和科学文化终于有了显著进步,为人民创造了相对安定的生活环境。此时不同阶级、阶层和个人,根据所处的不同社会地位和物质基础,开始选择不同的体育内容和形式,以适应和改变自身的生活方式。譬如,统治阶级为了追求奢侈腐朽的生活方式,在宫廷、内廷、内院大力开展蹴鞠、相扑、水戏、马术及乐舞百戏等内容繁多的娱乐性体育,专供帝王后妃观赏;而一般平民百姓,却随着都市经济发展,在节日闲时开展游艺性活动,或聚集街头观赏民间艺人的杂耍表演,以补充其贫乏的文化生活内容;至于封建士大夫阶层,因受封建道德观的严重束缚,及佛教、道教、玄学思想的影响,恪守静漠恬淡的生活方式,一般都轻视习武,而热衷棋类、投壶和养生等“举止高雅”的体育项目,以此表现他们“修身养性”的人生哲学。

1840年的鸦片战争使中国走入了半殖民地半封建社会。当“闭关自守”的封闭状态一旦被打破,迅速来自世界体育整体性发展的冲击波,很快引起中西体育之间的相互交融,结果导致中国体育在近代的第一次历史性转折。此时,面对政局腐败、列强入侵、国衰民弱、民族危机空前严重的现实,有识之士开始为“救亡图存”奔走呼号,在“学西艺、设学校、变科举”的主张下,他们力求进行社会变革,并把体育和“强种保国”联系起来,促进了近代体育的初期兴发。新中国成立后,为了迅速改变旧中国的落后面貌,亟待培养德、智、体全面发展的建设人才,于是体育的性质和地位发生了根本性变化。体育在为增强国民体质、发展经济、保卫祖国和提高国际威望等方面,作出了重要贡献。时至90年代,限于国民经济的发展水平,虽离现代体育发展目标尚有差距,但优越的社会制度及安定的社会环境,却为体育的发展创造了空前有利的条件。当然,欲图体育发生根本性变化,主要还在于高科技革命引起的社会变革。因为随着现代科学技术的迅猛发展,在生产大幅度提高的情况下,为了应付体力劳动强度降低引起的现代“文明病”,为了适应交通拥挤、空气污染及生态平衡逐渐被破坏的生存环境,为了纠正偏食、吸烟、酗酒及滥用麻醉品等不良的生活习惯和行为,人们需要从根本上改变自己的生活方式,对日常生活、身体发展及精神文明的需求观念重新认识。因此,随着物质产品丰富和生活余暇时间增多,体育必将成为社会文明、科学进步和人们健康生活方式不可缺少的组成部分,并有可能发展为人们业余生活的第一需要。

三、体育的功能

(一)体育的健身功能

“强身健体”是体育最主要的本质功能。体育以身体运动为基本表现形式,由它构成的体育锻炼过程,给予各器官系统以一定强度和量的刺激,使身体在形态结构、生理机能

和生物化学等方面发生一系列适应性反应。这种“适应性反应”对机体产生的积极性影响,有利于促进健康和增强体质。

1. 体育对促进健康的作用

有人认为,健康就是人体生理机能正常,没有缺陷和疾病。但这种看法是不全面的。在探索人类健康的奥秘中,1946年联合国世界卫生组织曾对健康作过如下定义:“所谓健康应是在精神上、身体上以及社会上保持健全的状态。”这种新概念的提出,标志着健康不仅是没有疾病和伤害,而且包括身体、精神方面能迅速完全地适应社会环境。这表明,健康应包括身体健康和精神健康两方面的内容。

“身体健康”包括良好的生长发育、正常的生理机能和承担负荷后的适宜反应。其实人们早就发现,身体健康受损引起的各种生命障碍,皆因人体对内、外环境的不适应所致。为了保证机体内部与自然界的变化相适应,必须始终处于运动状态中。公元前300年,古希腊伟大的思想家亚里士多德有句名言——“生命在于运动”,就深刻揭示了运动对身体健康所起的重要作用。后来,医学和生理学关于“适者生存”的理论,明确说明:人的健康状况和工作效率,不仅取决于全身各器官、系统的功能和相互协调,而且还取决于整个身体对自然和社会环境的适应能力。怎样才能获得这种“适应能力”呢?经人们长期探索,终于得出这样一个结论:获得对环境的适应能力应是长期锻炼的结果,不同人对环境适应能力的差异,除受制于不同的生活环境外,在相当程度上与体育锻炼息息相关。研究证明,科学地从事体育锻炼,适宜负荷运动对中枢神经和内分泌系统的良好刺激,能够促进新陈代谢、改善血液循环和呼吸功能,有利青年人的生长发育和提高机体的抗病能力;可以延缓有机体适应能力的降低,推迟生物体各组织器官结构、功能所发生的退行性变化,使中年人保持旺盛的精力,老年人延年益寿。因此,目前一些经济发达国家,正大力提倡“为生命而跑”、“为健康散步”,显示了人们对体育促进健康的高度重视。

精神健康实质是指维持身体健康的一种能力。许多人都有这样的体会,日常处于“中介状态”下的身体健康,恰似一种不稳定的平衡,总须小心翼翼地加以维系。如果一旦环境稍有变化,或精神受到某些刺激,这种平衡就易被打破,健康状况也会受到不同程度的影响。因此,人们往往把精神健康视为身体的重要支柱,而予以充分重视。事实上,人类在健康诊断方面由于忽略了心理与社会因素对身体健康的影响,使得许多医学常规手段对精神方面引起的疾病束手无策。于是,为了解决这一问题,自1977年开始,有人提出生物—心理—社会医学的新模式,强调在健康诊断中包括由社会环境引起的心理活动因素,并把良好的心理调节能力和讲究精神卫生,作为判断精神健康的基础。诚然,影响建立这种“基础”的因素很多,但体育所起的作用是至关重要的。通过各种体育手段和方法,可以锻炼意志品质,催人奋发进取,培养集体观念,加强组织纪律,协调人际关系,使心理调节能力提高,及时排除个人性格和心理状态中不健康的因素。由此带来的欢愉、轻松和活泼,通过中枢神经系统的良性调节,在适应与改造的过程中,使个体与环境和谐统一,以达到精神健康,并使身体健康得到维护。

在人类现实生活中,带有不健康因素的人,总是属于大多数。据医学统计,世界上有50%~70%的人都有异常现象,假如再进行更精密的检查,这种异常率就会更高。但为什么这些不健康因素,往往不为人所觉察呢?其实,这正是体质对健康的弥补作用。一些体

质较强的人,往往弥补和掩盖了他的不健康的因素。

2. 体育对增强体质的作用

体质作为体育科学中的一个基本概念,指的是人体的质量。它是在先天遗传和后天获得的基础上,表现出来的形态结构、生理功能、身体素质、适应能力和心理因素综合的、不断发展的、相对稳定的特征。体质与健康是两个既有联系又有区别的概念。如果把健康作为评价体质状况的起码条件,那么体质则是健康的物质基础。

在现实生活中,体育对增强体质的作用是显而易见的。科学的体育锻炼,在改造人体器官系统方面所起的作用,不仅有利于人体骨骼、肌肉的生长,促使形态与内脏器官正常发育,而且经常从事体育锻炼,还能提高人体对外界的适应能力,改善血液循环系统、呼吸系统、消化系统、排泄系统的机能状况,使主司这些系统工作的器官,在构造上发生变化,功能上得到加强,从而提高人的“防卫体力”。另外,系统地进行体育锻炼,对提高肌肉力量、耐久力、敏捷性、平衡性、灵巧性及调节能力等基本身体素质所起的作用也是十分明显的。正是因为支配人体活动能力的这些“行动体力”得到发展,使之有可能充分发挥人体的潜在功能,改善人体对环境的适应能力,乃至弥补人体内部许多不健康因素。总而言之,人体在体育锻炼的影响下,无论由骨骼、肌肉改善引起的形体变化,由消化能力提高对营养物质的有利消化与吸收,由心肺功能加强而出现的“节省化”现象,或由中枢神经所起的良好调节作用等,都促进了人的生长发育,提高了有机体的运动能力和适应能力,最终获得强身健体、调节身心、防病治病和延年益寿的综合效果。

(二) 体育的教育功能

教育功能是体育最基本的派生功能,就其作用的广泛性而言,它对人类社会产生的影响,是体育的其他社会功能所无法比拟的。尽管世界各国的社会制度、政治观点和意识形态不尽相同,却都十分重视发挥体育在教育中的作用。体育作为一种特殊的社会现象,不仅本身是学校教育的重要组成部分,而且对整个社会产生的影响也是非常深刻的。

1. 体育在学校的教育作用

马克思主义有关教育的经典论述,从来都把体育视为学校教育不可缺少的组成部分,始终重视它在这个特定领域,对培养全面发展人才所起的重要作用。现代教育观认为,在学校学习过程中,应完成教育、教养和发展三方面的任务,而体育本身的动态特征决定它在这方面更具有广阔的作用空间。因此,学校体育利用身、心共同参与体育的过程的有利条件,培养学生将来担任社会角色所必须具备的体育素养,以适应未来社会生活和工作的需要。学校体育采取体育课、课余运动训练和课外体育活动等各种形式,对受教育者进行思想政治、意志品质和道德情操的教育,并使他们获得基本的体育理论知识,掌握必要的技能,学会科学锻炼身体的方法,提高运动实践能力和养成体育锻炼的习惯,以便达到促进个体生长发育、增进健康、增强体质、发展身体素质和提高基本活动能力的目的。

2. 体育在社会中的教育作用

就社会教育体系而言,由于体育所独具的活动性、技艺性、竞争性、群聚性、国际性和礼仪性等特点,它作为一种传播体育价值观的理想载体,在激发爱国热情、振奋民族精神及培养社会公德等方面,教育人们要与社会保持一致性。大家都有这样的体会,当你置身于社会群体之中,会因竞赛的礼仪形式、激烈的竞争气氛、高超的表演技巧和比赛的胜负

结果等因素,在同伴与同伴之间、同伴与对手之间、观众与运动员之间产生极其复杂的感情交流,并激励人们的荣誉感、责任心、集体观念、民族意识和奋发向上的进取精神。通过体育实践,被诱发的这种社会情感因素,使体育的社会影响变得更加深刻,产生不可低估的社会教育作用。譬如,我国女排在世界大赛中连续五次夺魁,全国人民无不为她们的胜利而热情洋溢,国家号召“以女排精神搞四化”,不少人以女排精神为榜样,决心在坎坷与逆境中奋起。又如,我国1990年举办的第11届亚洲运动会,举国上下都以高昂的热情投身其中。人们那种争为亚运会作贡献的精神,不但表现了中华民族的自尊、自强和自信,而且在全国范围内树立了讲科学、求实效、快节奏、高效率等现代意识。

(三)体育的娱乐功能

为了满足人们精神文化生活的需要,体育的娱乐功能也是客观存在的。早在体育初具雏形的原始社会,尽管原始人在狩猎之余进行的嬉戏活动,缺乏明确的目标和稳定的运动方式,只能起到触发情感自然发泄的作用,但就在这种潜意识行为中,原始人对精神生活的需求已经有所体现。体育形成初期,已有了相对稳定的运动方式。但在体育分工尚不甚明确的当时,带有一定娛心娱乐目的的活动方式,如角抵、摔跤、杂技、舞蹈及游戏等项目,它们既和军事手段有关,又可作为节日庆典、宗教仪式、表演技艺和消遣娱乐的内容。

现代社会,随着物质产品的不断丰富,如何享受生活和善度余暇,已成为一个社会现实问题摆在人们的面前。为了丰富业余文化生活和建立良好的社会风气,亟需社会专门提供一种最健康、最理想的娱乐方式,让身体在和谐的韵律中获得精神快感,使工作和劳动中造成的神经紧张、脑力疲劳和紊乱的情绪得到调节,最终达到“净化”情感和充分享受生活乐趣的目的。正如现代奥运会创始人顾拜旦在他的名作《体育颂》中所写的:“啊,体育,你就是乐趣!想起你,内心充满欢喜;血液循环加强;思路更加开阔;条理更加清晰。你可使忧伤的心散心解闷,你可使快乐的人生活更加甜蜜!”当今世界随着体育运动技术向高、难、尖的方向发展,由它显示的优美造型、和谐的韵律、鲜明的节奏、高超的技艺和巧妙的配合等,给人以健、力、美的享受,愈来愈多地吸引人们自觉投身于其中。应该指出,体育与娱乐是两个互有区别又有联系的范畴,但目前已有迹象表明,娱乐为了更有效地发挥自身的作用,已开始加快向体育领域渗透的步伐,使一些娱乐项目逐渐向运动项目转化。人们为领略生活乐趣,逐渐将注意力转向娱乐体育时,标志着体育正悄然向消遣形态转移,致使现代体育的娱乐功能变得更加突出。

(四)体育的军事功能

体育的军事功能,主要是由于战争和训练士兵的需要。从史前时代部落间为争夺土地、牧场和血亲复仇引起的暴力冲突,到原始社会末期以掠夺财产为目的的奴隶战争,不断推动武器的演进,不仅为以后的健身活动提供了广泛的运动器材,也促进了人们积极从事军事操练或与之有关的身体训练。进入封建社会之后,统治者为了争夺领地引起的频繁战争,使体育和军事的结合变得愈加紧密。据历史记载,古代东方统治阶级出于对外扩张和对内镇压的需要,无不重视非战状态时的军事训练。公元5世纪,摆脱粗野原始状态的欧洲,开始进入封建制的“中世纪”,基督教虽专横地阻碍体育的发展,但通过十字军东征巩固的“骑士制度”,为培养“骑士精神”所开展的各种游戏和竞技,更集中体现了实战中的

攻防技术,并含有强烈的军事因素。

随着资本主义发展,西方体育经“文艺复兴”时期和宗教改革运动,极力主张把跑、跳、投掷、摔跤等活动引入学校,要求学生掌握未来军事生活所必须的一些基本技能。在近代西方体育形成的初期,由欧洲教育改革推出的传统体操,以它极具军事实用价值的体育形式风靡欧洲。这种身体运动对培养动作技能,行动整齐、掌握当时流行的线形作战方法极为有利,在美国南北战争及普法战争中,曾一度发挥过重要的作用。

现代社会,由于尖端武器的发展,更需要人们在短期内掌握复杂的军事技能,且能有效地加以应用,这就要求最大限度地动员人的精神和身体能力。为此,不仅要进行全面体力训练,而且还必须掌握军事需要的专门技巧,如游泳、爬山、攀登、滑雪、划船、跳伞、摔跤、格斗、擒拿、拳击及队列操练等。特别是随着部队机动性的提高和新的战略战术的运用,体育与军事结合的项目在不断涌现,使专门为军事服务的“军事体育”应运而生。

(五)体育的经济功能

体育的经济功能,由体育与经济的互相促进作用所决定。国民经济制约着体育的发展,发展的体育又反作用地促进社会经济的繁荣,由此构成了体育经济功能的内涵。

经济学者认为,劳动生产力提高是社会经济发展的重要标志,特别在对生产力进行价值评价时,人的素质是最主要的衡量标准。通常认为,人的素质包括身体素质、文化素质和道德素质等三个方面。身体素质作为诸素质的物质基础,对生产力的提高起着至关重要的作用。国民经济对体育的合理投资,既可以促进体育事业的自身发展,又能不断提高劳动者的健康水平和体质状况。为此,体育的经济功能,最初是由体育本身的发展,间接通过提高国民的身体素质,再转化为劳动生产力的。

体育的发展对国民经济的直接促进作用,更明显地表现在高度发展的商品经济社会。实践证明,目前正在兴起的由体育劳务形式产生的经济价值不可低估,其经济效益又主要取决于体育社会化、娱乐化和终身化的进展程度,以及竞技体育的发展水平。所谓体育“社会化”是指体育人口的不断扩大;“娱乐化”体现了体育向消遣方向转移;“终身化”则指个人能长期坚持参加体育活动。如果这种状况出现,人们对体育消费品的需求量将会不断增加。这就要求各种运动器材、体育场地设施、体育用品的生产和供应,不断适应这种客观需要。因此,体育的普及,必然刺激“体育工业”的发展,使之有可能在国民经济中逐渐形成一个庞大的体育产业。另外,从竞技体育的发展历史来看,它和商品经济的联系也颇为密切。譬如,一场精彩的体育比赛可以吸引成千上万的观众,并直接获取门票收入;一些大型运动会,除可带动旅游、商业、交通、电信和新闻出版等行业的发展,组织者还可通过出售电视转播权,发行彩票、邮票、纪念币,收纳广告费,印刷宣传品等手段,从中得到相当可观的经济效益。近几年来,在商品经济浪潮的猛烈冲击下,即使奥林匹克运动会亦不免被卷入其中,使之表现出鲜明的商业化倾向。如在奥运会期间,世界各国财团都利用其影响,进行巨额投资,从事商业性广告,或通过报刊、电台及电视转播商品信息,极力推销各种产品,以谋求利润。有关这方面的成功尝试,当首推1984年在美国洛杉矶举行的第23届奥运会。这届首先由民间主办的奥运会,在金融界人士彼德·尤伯罗斯的领导下,一改以往奥运会亏损的局面,不仅节省了原定的5亿美元耗资,反而从中获得了2.5亿美元的盈利。为此,国际奥委会特授予他金质奖章。虽然不少人基于奥林匹克原则,对此举

颇有微词,但正如国际奥委会主席萨马兰奇所说:“我们并不想阻止商业化,因为我们认为商业化对体育界有非常重要的作用。我们所要避免的是将商业化利益置于体育之上。”1988年汉城奥运会获得更大成功,这使人们对体育所表现的经济价值感到震惊。在改革开放过程中,我国体育经济功能的发挥也卓有成效,它集中表现在成功举办了1990年第11届亚运会。据1992年亚运会财务决算报道:亚运会筹集资金和所耗经费,不仅收支相抵,而且还略有节余。这表明我国在挖掘体育经济功能内在潜力方面也有了成功的经验。

(六)体育的政治功能

在国际舆论中,经常宣传体育超脱政治的观点。其实体育和政治的相互联系是客观存在的,因为任何国家在带有方向性的问题上,都要求体育服从政治的需要,同时也充分利用体育对政治所具有的影响。

出自体育本身的特点,体育在政治方面所表现的灵活性,既可作为正义的政治宣传手段,又能充当政治欺骗的工具。譬如,二次世界大战前后,各国工人阶级为进行反法西斯的政治宣传,于1934年夏成立了红色体育国际,并在巴黎举办了为期一周的反法西斯运动会。但1936年,由于国际奥委会错误地决定第11届奥运会在德国柏林举行,结果为法西斯分子提供了一次难得的反动政治宣传机会。希特勒为了炫耀武力,不惜耗费巨资,新建了被称为“冠绝一时”的运动场地;为了标榜日耳曼人种的所谓“优秀”,竟蛮横地拒绝为夺得4枚金牌的著名黑人运动员杰西·欧文斯颁奖。这使整个奥运会,被笼罩在军阀主义和纳粹法西斯主义的不祥气氛中。

体育在宣传民族自强及爱国主义精神方面,所起的政治作用相对比较微妙。应该指出,各个国家按自己的社会制度、政治信仰和生活方式,通过体育为媒介,表达民族自强和对自己国家的热爱,原则上都是无可非议的。譬如,1984年洛杉矶奥运会开幕式,美国用几百人在绿色草坪上组成美国地图,在蓝天用飞机撤出“USA”的字样,充分向全世界几十亿观众宣传了他们自己的国家和爱国主义热情。我国在举办第11届亚洲运动会期间,各行各业纷纷组织义演、义卖、捐赠及举办展览会等活动,表现了人民热爱社会主义祖国的高度政治热情。而西班牙经过长达半个多世纪的努力,终于争得第25届夏季奥运会主办权后,成千上万感到无上光荣和自豪的巴塞罗那人立即拥上街头,他们手持国旗,载歌载舞一直狂欢至次日清晨,同样表达了他们对国家的热爱。

为了提高国际地位和达到某种政治目的,体育在为本国外交政策服务方面所起的政治作用也是人们所熟知的。中国的“乒乓外交”,用和平的方式促使中美关系正常化,曾轰动全球,堪称一绝;1956年,埃及和部分阿拉伯国家为苏伊士运河争端寻求外交同情,曾拒绝在第16届奥运会上与英国、法国及以色列运动员比赛。除此之外,体育还经常被用来作为反对或抵制某一国家的政治手段。1980年美国对莫斯科奥运会的抵制就招来四年后苏联对洛杉矶奥运会的报复,其政治背景都是人所共知的。当然,我们讲体育的政治功能,也不能用政治代替体育。因为作为体育的方法、手段、内容和物质基础等,本身有其规律与特点,只是谁掌握、为谁服务的问题。我们强调体育的政治功能,正是为了更好地使体育为政治服务。