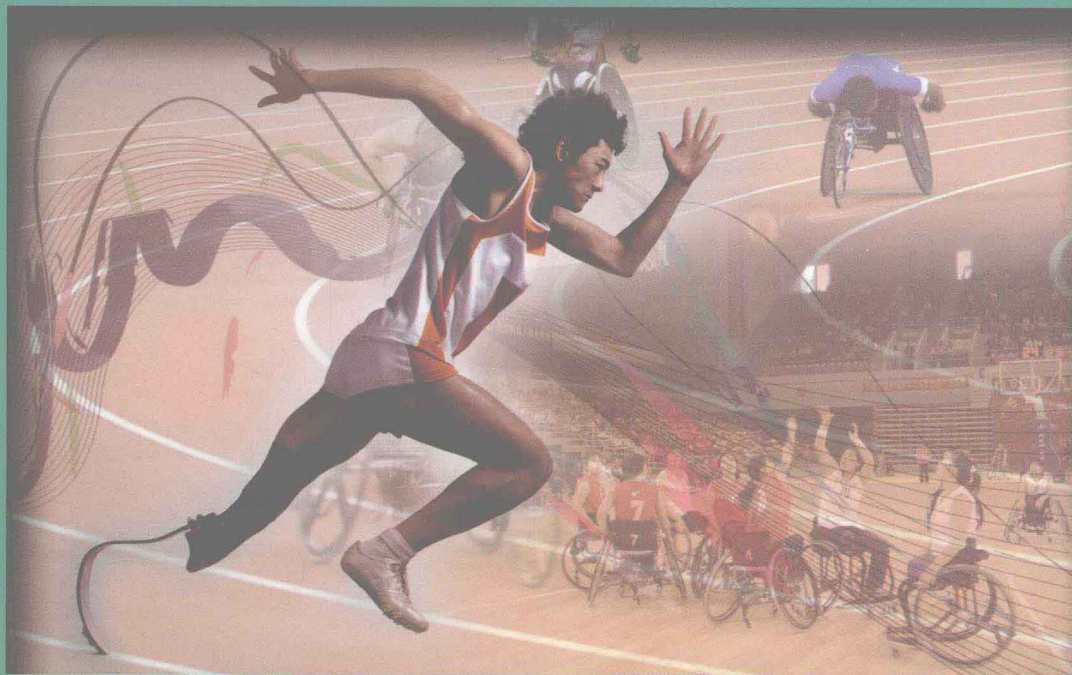


教育部推荐教材 ● 西南区体育教材教法研究会教材编审委员会审订



残疾人体育

主 编 欧云海 张莉斌

副主编 马天行 万 宇 王 莉 袁 静

申丽琼 方成军 王浩春

JIAOYUBU TUIJIAN JIAOCAI

CANJIREN
TIYU



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

教育部推荐教材

西南区体育教材教法研究会教材编审委员会

残疾人体育

主 编 欧云海 张莉斌

副主编 马天行 万 宇 王 莉 袁 静

申丽琼 方成军 王浩春



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

残疾人体育 / 欧云海, 张莉斌主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2012.1

ISBN 978-7-303-13577-6

I. ①残… II. ①欧…②张… III. ①残疾人体育—研究—中国 IV. ①G812.49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第 209972 号

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印 刷: 北京中印联印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 170 mm × 230 mm

印 张: 14.75

字 数: 270 千字

版 次: 2012 年 1 月第 1 版

印 次: 2012 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 25.00 元

策划编辑: 周光明

责任编辑: 周光明

美术编辑: 高 霞

装帧设计: 华鲁印联

责任校对: 李 菡

责任印制: 孙文凯

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010—58800697

北京读者服务部电话: 010—58808104

外埠邮购电话: 010—58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010—58800825

西南区体育教材教法研究会理事会成员名单

顾 问 朱国权 (云南民族大学)

理 事 长 姚 鑫 (贵州师范大学)

副理事长 陈雪红 (楚雄师范学院)

梁 健 (红河学院)

文萃西 (西南民族大学)

刘 炜 (贵州大学)

夏五四 (贵州民族学院)

郭 颂 (贵州民族学院)

孟 刚 (贵州师范大学)

张群力 (昆明学院)

郭立亚 (西南大学)

左庆生 (遵义师范学院)

秘 书 长 周光明 (北京师范大学出版社)

常务副秘书长 陈兴慧 (北京师范大学出版社)

副秘书长 吕金江 (曲靖师范学院)

徐 明 (西藏民族学院)

鄢安庆 (贵阳学院)

王亚琼 (黔南师范学院)

朱智红 (临沧师专)

汪爱平 (遵义医学院)

常务理事 刘 莉 (曲靖师范学院)

王洪祥 (昆明学院)

关 辉 (楚雄师范学院)

刘 云 (楚雄师范学院)

王 萍 (文山师专)

于贵和（贵州大学）
邱 勇（贵州大学）
谭 黔（遵义师范学院）
李建荣（毕节学院）
雷 斌（贵州电子职院）
周 跃（云南昭通师专）
肖谋远（西南民族大学）
王 平（铜仁学院）
黄平波（凯里学院）
党云辉（思茅师专）
李 黔（六盘水师专）
张 龙（六盘水师专）
杨庆辞（保山师专）
薛 斌（云南师范大学商学院）
左文泉（云南师范大学）
余 斌（贵州财经学院）
张兴毅（兴义民族师范学院）
李 英（西藏民族学院）
何德超（遵义师范学院）
颜 庆（遵义师范学院）

教材编审委员会

主 任 孟 刚（兼）（贵州师范大学）

副 主 任 王洪祥（兼）（昆明学院）
郭 颂（兼）（贵州民族学院）
姚 鑫（兼）（贵州师范大学）
陈雪红（兼）（楚雄师范学院）
吕金江（兼）（曲靖师范学院）
于贵和（兼）（贵州大学）
梁 健（兼）（红河学院）

前言

《残疾人体育》是体育院校选修课学生用书，是由西南区（云、贵、川、渝）体育教材教法研究会（残疾人体育）教材小组根据西南四省市体育院校本科教学计划、培养目标和残疾人体育课程教学大纲规定的具体教学任务、教学时数、教学内容及考核要求分工负责撰写完成的。本教材在根据西南四省市的实际情况因地制宜、因材施教的基础上，总结了四省市学生基础知识、专业理论知识，以及各体育院校残疾人体育课程的教学经验，继承了前人不同时期出版的残疾人体育教材的优点，重点吸收了国内外残疾人体育发展中先进理论和经验。

本教材着眼于新世纪培养体育专门人才的实际需要，坚持继承与创新、改革与发展；坚持实事求是，从教学实际出发；突出教学性、针对性、实用性、实践性、科学性、先进性、时代性，力求从教材体系和专业发展、教学内容、教学手段与方法掌握上进行改进、提炼、拓展，以使教学对象能适应未来社会的需要。

本教材是西南区体育教材法研究会组织专家、教授、专业从业人员经过多次认真讨论研究，同时听取和征求多所体育院校残疾人体育的教师、教练的意见后完成编写工作的。全书的设计、改稿、统稿由红河学院欧云海完成。参加编写的人员有：红河学院马天行、万字、方成军、申丽琼、欧云海；外交学院王莉；楚雄师范学院王浩春；云南大学袁静；四川警察学院张莉斌。本书主编欧云海、张莉斌，副主编马天行、万字、王莉、袁静、申丽琼、方成军、王浩春。

本教材是北京师范大学出版社联合西南区体育教材教法研究会策划出版的系列教材之一。本教材的编写得到了各方面的鼓励和支持，得到了多名专家的指导，北京师范大学出版社的部分编辑人员为此付出了艰辛的劳动，在此，我们一并表示衷心的感谢。对于在本教材中未一一标明的被引用者的姓

名和论著出处，我们在此表示歉意，并表示感谢！希望他们能与作者联系。

我们真诚地希望广大师生和专家对本教材提出宝贵的意见，以使我们今后对教材进行修订，并逐步加以完善和提高。

西南区体育教材教法研究会（残疾人体育）编写小组
2011年12月

目录

Contents

第一章 残疾人体育概论	(1)
第一节 残疾人体育的起源与发展	(1)
第二节 残疾人体育的功能与意义	(10)
第三节 特殊奥林匹克运动	(15)
第二章 残疾人体育健身锻炼	(18)
第一节 健身锻炼对残疾人的作用	(18)
第二节 残疾人运动处方	(19)
第三节 残疾人健身锻炼方法与目标的确定	(22)
第四节 残疾人的健身锻炼	(29)
第五节 中国传统体育与残疾人健身锻炼	(39)
第三章 残疾人体育教育	(44)
第一节 残疾人体育教育的意义	(44)
第二节 国外残疾人体育教育	(47)
第三节 残疾人体育教育的目的与教学组织形式	(50)
第四节 残疾人体育教育的教学原则	(51)
第五节 各类残疾人学校的体育教育	(53)
第四章 残疾人体育行为特征	(70)
第一节 残疾人心理特征	(70)
第二节 残疾人心理活动机制	(72)
第三节 残疾人体育活动的特征	(77)
第五章 残疾人体育康复	(80)
第一节 残疾人体育康复概述	(80)
第二节 残疾人体育康复程序	(83)
第三节 聋哑人的体育康复	(86)
第四节 视力残疾的体育康复	(87)
第五节 肢体及脊髓损伤者的体育康复	(89)
第六节 脑瘫、偏瘫者的体育康复	(100)
第七节 智力残疾的体育康复训练	(111)

第六章 残疾人休闲体育	(113)
第一节 残疾人休闲体育的定义与特点	(113)
第二节 残疾人休闲体育的功能与意义	(114)
第三节 残疾人休闲体育的基本原则	(118)
第四节 残疾人休闲体育的注意事项	(121)
第五节 残疾人休闲体育的练习方法	(124)
第六节 残疾人休闲体育的组织与管理	(130)
第七节 开展残疾人休闲体育的策略	(139)
第八节 不同残疾人群的休闲体育方法	(140)
第七章 残疾人竞技体育与运动训练	(144)
第一节 残疾人竞技体育概述	(144)
第二节 残疾人竞技体育的分类	(149)
第三节 残疾运动员选材	(151)
第四节 残疾人竞技体育中的运动训练	(154)
第八章 残疾人运动员的医学和功能分级	(171)
第一节 残疾人医学和功能分级概述	(171)
第二节 田径项目的医学和功能分级	(174)
第三节 游泳项目的医学和功能分级	(182)
第四节 乒乓球项目的医学和功能分级	(189)
第五节 轮椅篮球项目的医学和功能分级	(192)
第六节 坐式排球项目的医学和功能分级	(196)
第七节 轮椅网球项目的医学和功能分级	(198)
第八节 其他项目的医学和功能分级	(198)
第九章 残疾人体育竞赛	(200)
第一节 残疾人体育赛事情况简介	(200)
第二节 残疾人体育的主要项目和赛事	(205)
第三节 田径裁判指南	(207)
第四节 盲人门球裁判工作指南	(210)
第五节 坐式排球裁判工作指南	(213)
第六节 轮椅篮球裁判工作指南	(215)
第七节 5人制(盲人)足球裁判工作指南	(218)
第八节 乒乓球裁判工作指南	(220)
第九节 轮椅网球裁判工作指南	(222)
第十节 游泳裁判工作指南	(223)
参考文献	(225)

第一章 残疾人体育概论



本章概述、学习目标

本章从残疾人体育的起源、国内外残疾人体育运动的发展概况阐述了残疾人体育运动的基本发展情况。

1. 了解残疾人体育的起源及基本概念。
2. 了解国内外残疾人体育的发展概况。

残疾人是指在心理、生理、人体结构上,某种组织、功能丧失或者不正常,全部或者部分丧失以正常方式从事某种活动能力的人。

目前世界上生活着 5 亿多残疾人。据中国第二次全国残疾人抽样调查的数据显示,截至 2006 年 4 月 1 日,中国各类残疾人总数达 8 296 万人,残疾人占全国总人口的比例为 6.34%。全国残疾人口数量比 1987 年第一次全国残疾人抽样调查时增加了 3 132 万,占全国总人口的比例也提高了 1.44 个百分点。由于遗传、事故、疾病等难以避免的原因,我国残疾人口以每年 70 万~80 万的速度增长。残疾人事业将是构建和谐社会不可缺少的组成部分,而残疾人体育以其独特的作用、意义将推动残疾人事业的蓬勃发展。

第一节 残疾人体育的起源与发展

一、残疾及残疾人体育的概念

(一) 残疾的基本含义

残疾(disability)构成的要素主要有 3 个:①由于疾病或外伤所导致的一种现代医学条件下尚无法使之完全“复原”的器官或组织的“终局状态”。这种终局状态的存在,是残疾的病理要素,又称病理损害。这是残疾的必备要素。②病理损害导致的躯体生理功能或精神心理功能的低下或丧失。这是残疾的生理功能障碍要素。③由于生理功能障碍或病理损害造成的在完成与其年龄、性别、文化相适应的社会角色方面的困难,这是残疾的社会角色障碍,又称社会功能障碍、社会环境障碍。狭义的残疾人主要指同时具备 3 要

素的或以社会角色障碍为主的残疾者，广义的残疾人实际上是指生理功能残疾的人。

（二）残疾人体育的概念

残疾人体育，目前尚未有一个确切统一的概念。概括的讲，任何一种身体或精神上残疾的残疾人的体育活动都可以称为残疾人体育。从目的与意义上来讲，在视力、听力、语言、智力、肢体等方面有缺损者，通过身体练习，以增强体质、增进健康、培养意志品质和生活自理能力，改善身体机制，促进其残疾的康复及身心和谐发展为目的的社会文化活动。从历史的进程来看，只要有人类存在就会有残疾人的出现，随着社会的进步，教育和体育事业的发展，必然会有残疾人体育运动。

二、残疾人体育的起源

《黄帝内经》一书中就有记载了残疾人通过导引、推拿、按摩，达到恢复生理机能、康复健身的做法。中国古代名医运用吐纳、五禽戏、八段锦、各种娱乐活动治疗瘫痪、肢残带来的肌肉萎缩等疾病，都有恢复患者身心功能的事例。如果论及残疾人体育活动的起源与治疗，中国古代应该是最早的，只是因为社会历史上的种种原因，残疾人这种健身活动没有开展起来。

残疾人体育运动的起源可以追溯到第二次世界大战期间。因战争而致残的人们，需要通过适当的体育活动，获得康复，重新参与社会生活。于是，残疾人体育运动逐步受到重视。后来，英国著名康复医学家洛特维西·古特曼博士提出了不用手术而以运动方式医治脊髓损伤的方案，并倡议组织下肢瘫痪的残疾人举行轮椅运动会，轮椅运动会便逐步发展成为残疾人的国际体育比赛。此后，相继出现了国际轮椅运动会、世界伤残人奥运会、国际特殊奥运会、远东及南太平洋地区残疾人运动会等国际赛事，残疾人体育运动迅速发展起来。到目前，国际奥林匹克体育运动已形成两大系列，一个健全人的奥林匹克体育运动，一个残疾人的奥林匹克体育运动；而且形成惯例，凡申办健全人奥运会的城市，要同时申办残疾人奥运会。

已故著名康复医学家、体育家中村裕先生说过：“残疾人体育运动，不仅仅是为了比赛，它的主要目的是通过体育运动，把残疾人从病房和家庭解放出来，走向社会，享受与健全人同等的待遇。”不论在世界还是我国，残疾人体育竞赛都以其不畏艰难、百折不挠、乐观进取、顽强拼搏的精神和对人生的深刻理解及人道主义的深邃内涵为世人瞩目。它不仅有激烈的竞争性，而且有很强的感染力，给观众以体育竞赛之外的深刻启迪。

三、残疾人运动的发展

随着人类社会的发展，根据残疾人运动的发展情况及国际上对残疾人的

立法情况，世界残疾人运动可划分为五个阶段。

（一）萌芽阶段（1780~1887）

残疾人运动的萌芽，是在欧洲文艺复兴之后的社会化大生产产生的初期，在人道主义思想的影响下，在社会化大生产的背景下，伴随着西方国家社会保障制度的产生而萌生的。这一时期，西方国家出现了包括残疾人在内的社会保障制度及为残疾人服务的组织。如 19 世纪 80 年代俾斯麦任首相时的德国，于 1884 年实行了工伤保险。1780 年瑞典人士奥比建立了全球第一家为残疾人服务的机构。1820 年德国建立了第一个同时为残疾人提供服务和教育的残疾人之家。1874 年，我国北京建立了第一所盲校：“启瞽明院”；1887 年在山东建立了第一所聋哑学校“启喑学校”。

（二）形成初期（1887~1948）

19 世纪末到 20 世纪中叶，伴随着生产力的发展、工业化进程的加快，生产日益社会化，家庭结构和功能的变化，导致工业社会风险加大，失业、事故、疾病、伤残等问题逐渐突出。这时，一方面工人维权运动蓬勃发展，工人为争取生活保障而斗争；另一方面资产阶级为了缓解社会矛盾和刺激经济发展；同时人权主义、福利国家思想倡导者为改善包括残疾人在内的弱势群体的生活状况做了许多促进工作，促使欧美一些国家的政府重视包括残疾人在内的福利保障政策。这期间，一是建立包含残疾人的社会保障制度的国家增多。如 1898 年法国实行了工伤保险，瑞典于 1901 年实行了工伤保险，英国于 1911 年实行了失业和疾病保险，美国于 1935 年实行了社会保障法，对老年人、残疾人和失业者进行保障；二是一些国家和国际社会出现了为残疾人服务的全国性、国际性组织。如，1915 年海伦凯勒国际开展防盲服务，被公认为世界为残疾人提供服务的先驱者组织——美国复活节邮章社于 1919 年在美国俄亥俄州诞生，该组织在全美拥有数以千计的专业工作者和 80 万志愿服务者，为残疾人服务。1922 年，第一个国际性的为残疾人服务的组织“国际康复会”成立。国际聋人联合会也于 1924 年成立；三是各国为残疾人服务的公立、私立单位也逐渐增多。我国也星星点点办起了一些盲、聋学校和慈善机构。这一时期，对残疾人问题的关注从工伤保险逐步拓展到康复、保健、福利、教育等方面，虽然仍没有跳出“生活保障”的圈子，但内容比先前丰富多了。

（三）发展阶段（1948~1968）

“二战”后，处于“冷战”时期的国际局势相对稳定，生产迅速发展，经济增长，社会福利成为西方各国各个政党竞选的必争之地。同时，国际人权事业的发展，残疾人特别是战后伤残人员强烈要求回归主流社会，在客观上

推动了残疾人运动向更高层次发展。残疾人运动跳出了“保障生存”的圈子，开展了为残疾人争取人权和回归社会主流的斗争。社会初步改变了对残疾人的看法，“残疾人不仅是救济对象，同时也蕴藏着巨大的活力，可以为社会做贡献”的观念逐步确立。在这期间，1949年新中国成立，1954年新中国第一部宪法诞生，其中规定“劳动者在年老、疾病或丧失劳动能力的时候，有获得物质帮助的权利”。并在50年代设立了盲人福利会和聋人福利会，国家还制定了一系列保障残疾人生活福利的政策。期间，建立了数以千计的福利工厂、特殊教育学校和福利事业单位，奠定了新中国残疾人运动事业的基础。

（四）立法阶段（1968~1981）

进入20世纪中叶，随着人权运动在世界范围迅速发展，残疾人反对歧视、争取平等权利的运动空前活跃，残疾人作为人类社会一部分的观点逐步确立。国际社会相继从立法上确立残疾人的地位和维护残疾人的根本利益，其标志是：残疾人立法作为专门的法律主体独立产生。国际残疾人运动有了新的突破发展，如1969年联大通过了《禁止一切无视残疾人的社会条件的决议》、1971年联大通过了《弱智人权利宣言》、1975年联大经社理事会通过了《残疾人权利宣言》，明确了残疾人的定义，规定了残疾人应享有的权利，促进各国在制订实施经济社会发展计划时，应考虑残疾人的需要。一些国家也颁布了保障残疾人的专门法律。

（五）成熟阶段（1981年之后）

伴随着“和平与发展”的世界主流，生产力极大解放，经济进一步发展，现代化进程加快，各国相互进行着多边联系和交往。在残疾人世界，残疾人组织更加壮大，各国残疾人的交往和合作日渐增多，在联合国的作用下，国际残疾人运动进入到了一个崭新的时期和快速发展时期，形成了世界残疾人的工作体系和残疾人工作的共同行动。联合国确定1981年为“国际残疾人年”，1982年12月3日联合国通过了《关于残疾人的世界行动纲领》，宣布1983~1992年为“联合国残疾人十年”，12月3日为“世界残疾人日”，确立了“充分参与、同等机会、平等分享”社会生活的崇高目标。行动纲领的实施，是国际残疾人工作空前发展的一个重要里程碑。1983年第69届国际劳工大会通过了具有约束力的《残疾人职业康复和就业公约》。1993年12月，联大经联会通过了《残疾人机会均等标准规则》，其宗旨是确保残疾人作为公民，能够行使与其他人同样的权利和义务，并要求各国承担坚定的道义和政治责任，在残疾人机会均等方面采取行动。在组织上，联合国确定一名副秘书长和经社理事会下的社会发展委员会主管残疾人事务，设立了残疾人事务报告员，并在秘书处设立残疾人股。这一时期，残疾人运动的观念更新、目

标明确、法律逐步完善,各国政府对残疾人工作力度加大,国际和国内残疾人运动组织机构和其他组织活动也相当活跃、规范。

这一时期也是我国残疾人事业发展的最好时期。在我国,开始了改革开放和建设有中国特色社会主义的新时期,党和国家重视发展残疾人事业,1982年修改后的《宪法》增加了“国家和社会帮助安排盲、聋、哑和其他有残疾的公民的劳动生活和教育”的条款,1984年成立了“中国残疾人福利基金会”,1986年成立了“联合国残疾人十年中国组委会”,1988年成立了“中国残疾人联合会”,同年国务院下发了《中国残疾人事业五年工作纲要》,1989年国务院批准了《关于发展特殊教育的若干意见》,1990年制定了《残疾人保障法》,随后国家相继制定了残疾人事业“八五”、“九五”、“十五”计划和有关残疾人康复、教育、就业、扶贫、生活保障、无障碍设施等政策法规,解决了数千万残疾人的康复、就业、教育、生活困难等问题。国际交流也空前活跃。特别是以江泽民同志为代表的党的第三代领导集体提出了崭新的残疾人观和指导方针,极大地促进了我国残疾人事业的发展,也为推动世界残疾人运动做出了积极贡献,受到国际社会赞扬,被联合国和有关国际组织授予“联合国残疾人十年特别奖”,邓朴方还获得了“联合国人权奖”,中国残联取得了联合国特别咨商地位。

四、我国残疾人体育运动的发展

(一) 新中国成立以前的萌芽时期

中国残疾人教育与体育运动已有一百多年的历史。中国在19世纪后半期开始兴办特殊教育学校。1874年在北京建立了“启瞽明院”,这是中国建立的第一所盲校;1887年在山东省蓬莱县建立了“启喑学校”,这是我国第一所聋哑学校。

1949年新中国建立前夕,全国共有盲校、聋哑学校、盲聋哑学校42所,在校学生2000余人。其中公立的盲校、聋哑学校共9所,其余均为私人或教会所办。这些学校带有慈善救济事业性质,学校的教育教学工作没有统一要求,学制和课程设置带有很大的随意性。

(二) 新中国的起步阶段

我国因为人口基数大,是世界上残疾人数量最多的国家。残疾人体育是与新中国的社会福利事业同步发展的。早在新中国成立初期,我国就兴建了一大批社会福利单位,在沿海地区和内地经济发达城市办起了盲校、聋校等特殊教育学校和社会福利工厂,使得残疾儿童和有一定劳动能力的残疾人有了学习、就业的机会。在这些单位、工厂和学校开展了丰富多彩的体育活动和强身锻炼,同时也广泛开展了广播操、生产操、乒乓球、篮球、拔河等群

众性体育活动。在残疾人疗养院和荣誉军人疗养院里，体育运动作为康复手段发挥着越来越重要的作用，医务人员和体育康复师对残疾人施以适合的体育锻炼，促进了他们各种功能的恢复和发展。

从20世纪50年代起，我国就多次举办了残疾人体育竞赛活动。1957年在北京举办了全国首届聋哑人田径、乒乓球、游泳比赛，有16个省、市的60名运动员参加；1959年举行了首届全国聋哑人篮球赛，大部分省、市自治区派代表队参加了比赛；1980年，云南昆明聋哑人体育协会举办了聋哑人篮球邀请赛，有20多个单位的代表队参加；同年北京、天津、唐山、张家口4个城市的聋校代表队也在北京举行了田径友谊比赛。

1957年6月，上海还举办了全国青年盲人田径运动会，北京、上海、武汉、南昌、长沙、沈阳、南京、青岛8个城市派队参加了比赛。这些比赛在当时的社会背景下，不仅丰富了新中国的体育运动，而且为以后中国的残疾人体育运动奠定了基础。

（三）改革开放时期的形成阶段

改革开放以来，加快了残疾人体育的发展步伐，全国的残疾人体育比赛逐步增多。1983年10月，天津市体委、民政局、劳动局、红十字协会联合发起并举办了伤残人体育邀请赛，来自全国13个省、市、自治区的近200名盲人和截肢运动员参加了田径、游泳、乒乓球等项目的比赛。这是新中国成立以来我国举办的规模最大的一次残疾人运动会，为我国残疾人体育事业的发展奠定了基础。借这次伤残人体育邀请赛，国家体委、民政部、劳动人事部、教育部、卫生部、中国红十字协会、中国盲人聋哑人协会、全国总工会、共青团中央等九家部委在天津召开了全国伤残人体育工作者和运动员代表大会，于10月21日成立了中国伤残人体育协会，并发出了《关于积极地、有计划地开展伤残人体育活动的通知》。在随后短短的几年里，全国有27个省、市、自治区相继成立了残疾人体育协会，我国残疾人体育工作迈入一个有组织、有领导的新的历史时期。1984年10月，中华人民共和国第一届残疾人运动会在安徽合肥举行，全国29个省、市、自治区和香港地区1500多名残疾人运动员、教练员、裁判员参加了本届运动会。1985年、1986年又分别成立了中国弱智人体育协会、中国聋人体育协会等全国性残疾人体育组织。1987年8月，中华人民共和国第二届残疾人运动会在河北唐山举行，全国29个省、市区及香港、澳门两个地区共32个代表团近千名运动员参加了比赛。我国残疾人体育逐步开始进入制度化、规模化的快速发展时期。

（四）90年代以后的发展阶段

随着我国的国民经济的发展和人民的生活水平的提高，残疾人事业也有

了更大的发展。1990年12月第七届全国人民代表大会常务委员会第十七次会议通过,并于1991年5月15日实施了《中华人民共和国残疾人保障法》,以法律的形式确立了残疾人的合法权利和义务。残疾人体育不仅仅是我国残疾人事业的一个组成部分,而且是衡量我国物质文明和精神文明发展的一个重要标志。在党和政府的亲切关怀下,在社会各界的热情支持下,经过广大残疾人工作者、体育工作者的积极参与和共同努力,我国的残疾人体育工作取得了历史性的发展。

1. 蓬勃发展的残疾人群众性体育运动

全国各省、自治区、直辖市残联及残疾人体育协会积极开展残疾人体育活动,组织各级残疾人体育业务培训班近300个,万余人次接受了培训,同时组织举办各类残疾人运动会。全国参加地、市、县级举办的残疾人运动会和选拔赛的业余运动员累计已达到20余万人次,经常参加体育锻炼的已超过1000万人次;各级体校培训残疾人体育人才,逐步形成了残疾人体育业余训练队伍;有近百名高水平教练员、裁判员参与残疾人体育训练、竞赛组织工作;北京体育大学、上海体育学院、天津体育学院等部分体育院校先后设置了残疾人体育选修科目及体育保健康复、体育运动专业。

一些大、中城市及企业成立了残疾人体育组织或以残疾人体协为依托的轮椅篮球队、举重队、轮椅竞速队、轮椅网球队、坐式排球队等,开展了形式多样的交流和比赛。在城市街道社区、农村乡镇因地制宜,开展了简便易行的田径、游泳、自行车、举重、乒乓球等健身活动。特教学校校园体育日趋活跃,开展了盲人定向、田径、乒乓球、门球和聋人航模等有特色的体育项目,积极探索了有益于开发智残儿童潜能的体育、娱乐项目。每年各特教学校之间有组织、有计划地开展体育比赛,提高他们的运动技术水平,锻炼身体、增进健康、鼓舞生活的勇气和信心。

2. 日趋完善的残疾人体育赛事

第一届全国残疾人运动会于1984年10月7日至14日,在安徽省合肥市隆重举行,来自全国29个省、自治区、直辖市和香港地区的30个代表团,500多名运动员、教练员、裁判员参加了这届运动会。这是我国体育史上的一件大事,是对新中国成立以来我国残疾人运动水平的一次大检阅。运动会设田径、游泳、乒乓球三个大项和轮椅篮球表演赛。

第二届全国残疾人运动会于1987年8月23日至9月1日在河北省唐山市举行。这届运动会是我国残疾人体育史上的一座里程碑。有29个省、自治区、直辖市和港、澳地区共32个代表团参赛,900名运动员在田径、游泳、轮椅篮球、乒乓球4个大项中,共打破6项世界纪录,刷新197项全国纪录。

标志着我国残疾人体育运动水平达到了一个新的高度。

第三届全国残疾人运动会于1992年3月18日至23日在广东省广州市举行。其参赛人数之多、参与面之广、运动成绩之佳均史无前例，运动会开得精彩、圆满、成功。这届盛会也是《中华人民共和国残疾人保障法》颁布实施后举办的第一次全国残疾人大型运动会。全国30个省、自治区、直辖市和港、澳地区以及承办城市广州的共33个代表团，1 153名运动员在“平等、参与、自强、奋进”的宗旨下，在田径、游泳、乒乓球、轮椅篮球、射击、举重6个大项的角逐中，取得优异成绩，20人42次超27项世界纪录，136人238次超全国纪录。

第四届全国残疾人运动会于1996年5月10日至15日在辽宁省大连市举行。全国30个省、自治区、直辖市和中华台北、港、澳地区以及承办城市大连共34个代表团约1 200多名运动员参加了田径、游泳、举重、射击、乒乓球、轮椅篮球、盲人门球、盲人柔道8个大项的角逐。江泽民主席为本届运动会题词：“平等、参与、自强、共进”。这也是在《中国残疾人事业“九五”计划纲要》、《全民健身计划纲要》、《奥运争光计划纲要》以及《体育法》颁布实施后举行的一次残疾人体育盛会。国务院委员李铁映、彭云同志担任本届运动会名誉主席。本届运动会取得了很好的成绩，为中国残疾人体育代表团参加在美国亚特兰大举行的第十届残奥会做了全面的准备。

第五届全国残疾人运动会于2000年5月6日至14日在上海举行。全国31个省、自治区、直辖市和新疆生产建设兵团、以及香港、澳门特别行政区共34个代表团的1 800多名运动员参加了田径、游泳、乒乓球、射击、举重、羽毛球、盲人柔道、轮椅网球、盲人门球、轮椅篮球、坐式排球11个大项的比赛，比赛项目比上届增加3项，参赛运动员比上届增加600人，其中智力残疾运动员首次参加残运会。本届残运会，为中国参加2000年10月在悉尼举行的第十一届残奥会做了全面的准备。

第六届全国残疾人运动会于2003年9月16日在南京开幕，9月17日至23日在江苏省南京、常州、扬州三市进行了比赛。这是全国残运会第一次由一个省承办、不在同一城市举行。本届残运会作为新世纪首次残疾人综合性体育盛会，充分体现了“平等、参与、共享”的主题，来自全国各省、市、自治区和香港、澳门特别行政区、新疆生产建设兵团的35个代表团参加了比赛。共设田径、游泳、举重、射击、射箭、乒乓球、羽毛球、自行车、盲人柔道、盲人门球、坐式排球、轮椅网球、篮球（轮椅、聋人）、轮椅击剑14个比赛项目，有2 229名残疾人运动员参加，与会总人数超过7 000人，参赛运动员总数、与会人员总数和比赛设项数均创全国残运会新纪录。在全部比