

一九八二年江苏省体育科学报告会

论 文 汇 编

江苏省体育科学研究所编印

1982年江苏省体育科学报告会1982.9.24—31.

论 文 汇 编

第一分册

体育理论及体育情报、仪器研制

责任编辑 李习友 钱君琪

江苏省体育科学研究所编印

目 录

学 习 友 二

- 体育社会学初探.....厉鼎禹(2)
- 关于体育队伍精神文明建设的几个问题.....李习友(6)
- 孔子体育思想研究(摘要).....刘秉果(6)
- 关于“心理感知相对论”的假说.....赵山成(8)
- 运动心理学在排球运动中的运用(摘要).....黄欣如(12)
- 小学篮球适宜形式研究报告.....茅鹏 孙兆安等(13)
- “小学篮球适宜形式”实验报告.....东海县牛山小学体育教研组(13)
- “适宜形式”小篮球值得推广.....何金贵(13)
- 论乒乓球运动的内部矛盾规律(摘要).....潘梦秋(16)
- 浅析成才的重要环节——基础训练(摘要).....刘瑞武(17)
- 论运动量辩证法(摘要).....周 春(18)
- 加强体育情报工作 为体育现代化服务(摘要).....钱君琪(20)
- 谈谈对体育情报工作的几点认识.....钱君琪(22)
- △《中长跑文献资料索引》序言.....章嘉斌(25)
- 我馆应怎样为教学、训练和科研服务.....罗学宏(26)
- 肌力测定仪研制报告.....张希文等(30)

体育社会学初探

南京医学院 厉鼎禹

一、前言

民族体质与国家兴衰关系至切，如要增强民族体质，必须发展体育，这是实践所证明了的，旧中国由于沿袭重文轻武的封建传统，不重视体育，致使人民体质衰弱，号称“东亚病夫”。解放后，由于党的正确领导，一反过去文弱积习，大力提倡体育，无论在群众性体育活动方面，还是在运动技术的提高方面，都取得了显著的成绩与进展，人民健康水平有所提高，人民的平均寿命也有所增加。但是与世界发达国家比较，还有不少的差距。我们知道体育是衡量一个国家经济、文化发达程度的标志，我国体育现状如何？差距如何？大有调查研究的必要，根据调查研究结果，向党和国家献计献策，作为进一步发展体育运动，增强人民体质的张本，这就是我国建立和发展体育社会学的最大意义。

二、什么是社会学

社会学是社会科学中用科学的方法研究人类社会关系和社会问题的一门科学。在十九世纪由法国学者孔·德首先提出来的。孔德认为人类是随着时间而进步的，人类知识的进步是经过三个阶段：神学主宰世界阶段，哲学阶段和实证的科学阶段。科学包括自然科学和社会科学。孔德把社会比作集体的有机体，把社会学分为静止的和动力的两种现象。静止的研究组成社会组织结构和找出社会行为以及其关系的法则；动力的则研究社会的变革，推动社会前进的力量，找出社会发展与进步的原则和法则。

总言之，社会学是一门综合性的社会科学，它以社会为研究对象，研究社会关系和社会问题的，它是研究社会结构、社会发展动力和社会生活现象及其规律性的学科。

三、什么是体育社会学

当代社会问题中，体育也被列为问题之一，有提出体育社会学的。随着人类社会的进步，体育逐渐从人类最基本的实践活动中分离出来，成为一种社会生活，教育手段，锻炼身体和训练竞赛的方法，自成为一种社会体系，特别是体育运动的发展越来越突出，形成了以竞赛为中心内容的社会制度，引起了社会学界和体育界的重视。

体育社会学，根据美国《社会学学科》，可作如下概括：“体育社会学以体育为一种社会制度，研究它的结构、内容、变革和发展，研究以体育为特点的社会行为、关系和作用，包括系统内的与其它社会系统的互相关系和作用”。体育社会学是以一定的哲学思想为指导，以社会学的一般原则为依据，研究人体运动诸形态与体育之社会属性之间的关系，研究体育各组成部分之间诸社会因素的关系，研究体育与其它社会现象之间的关系的科学。

中国体育社会学研究会要同

四、体育社会学研究的领域和目标

体育社会学还是一门新兴的学科，它的研究领域，因历史时期、社会制度及意识形态的不同而有很大差别，不同的国家，情况各异，所涉及的问题也不尽相同。

体育社会学研究的领域包括：体育与社会关系、体育和社会史、体育和文化、社会问题和体育，其它如运动、娱乐的社会学研究等。当前各国体育社会学研究较多的问题，是体育与社会的关系，体育对社会的作用，体育的社会结构以及运动员社会学等。体育社会学研究的目标应是：进一步正确认识体育的本质及其发展规律，从而有助于不断改进体育实施，形成发展体育的最优安排和取得最大的社会效果，促进体育事业的发展。

中国体育社会学研究会要同

五、中国体育社会学研究的依据和方法

中国体育社会学研究是以中国社会学的原则为依据，在新的历史条件下，必须是一门以马列主义、毛泽东思想为指导的，紧密结合新中国的实际，为社会主义建设服务的中国体育社会学。

研究方法首先着重抓社会调查，统计分析、综合对比都是后来的事。社会调查又分微型社会调查和宏观的社会调查，微型社会调查就是所谓“解剖麻雀”的方法，也是科学的社会调查最基本的方式方法，是行之有效的方法，重在观察访问。另一种是宏观的社会调查，是从一定的问题出发，采用一系列能用数量来衡量的指标，编成问卷，发给被调查者，询问或按表填写，收集后凭以统计和分析，提出建设性意见。宏观与微型必须结合，也称点面结合。微型与宏观的社会调查，都需要有扎实的基本训练，微型调查必须深入群众，实行三同，不仅观察访问，而且要能通过共同生活实践才能体会对象的思想态度。善于与群众相处，善于观察分析，能在纷纭杂陈的具体生活中理出脉络，看出其中的关系，综合比较，提高到理论水平，须知这种调查，绝不是轻而易举走马观花的事。宏观的社会调查也不是随意编写问卷，拿回来统计一下就可以算数的，对要调查的问题没有深入的理解就不可能做出恰当的问卷。至于怎样抽样以达到全面的了解，怎样使被调查者如实地答问或填写问卷，都必须因人因地制宜，未予解决。汇集问卷后进行分析统计就得采用各种计算的工具和方法。对于统计所得的数字，必须联系有关情况加以反复研究才能认识每一个数字的意义。在目前情况看，我们还处在体育社会学的初创阶段，一切都得看

成是培养、训练、学习探索的过程。

社会的变化有它的历史过程，我们要了解今天的社会必须和昨天的社会相比较。所以对一个地区或一个事件，社会调查最好能经常进行观察，相隔一段时间反复调查，观察它的变动，前后比较和互相比较，观察彼此之间的变化，这种反复调查和对比调查的对象，称之为社会调查基地，也就是社会的科学观察站。

六、中国体育社会学要研究的问题

1. 体育行政：中国是社会主义国家，体育事业是在国家统一领导下，发挥各社会团体、基层组织和个人的积极性，有组织、有计划地发展的。体育社会学要为党和国家研究制定发展体育事业的方针、政策、组织、制度、实施方法以至建立体育法规提供理论的和实际的依据。

2. 体育管理：体育管理是通过对全社会的体育工作，实行计划、组织、指挥、监督和调节，以取得最佳效果，就是在一定的人力、财力、物力的条件下，最充分地实现体育的任务，最好地满足人民对体育的需要。体育管理的好坏，效率的高低，在很大程度上取决于体育领域内诸社会性因素相互关系的调整以及体育同其他社会现象相互关系的调整；取决于体育领域里的人、财、物诸条件的充分利用等。

3. 体育普及：体育社会学要研究以全民为工作对象的体育工作，其中占有特殊地位的是学校体育，它既关系青少年成为全面发展的一代新人，又是发现有才能的运动员，为攀登运动技术高峰打下基础的阶段。要对各种职业但健康水平又不一样的人的体育进行研究，为他们提供多种与之相适应的内容和方法，最大限度地满足他们参加体育活动的愿望，特别是工农，是全民的大多数，要大力发展工农体育。农业在实行生产责任制后，农民有剩余时间，更需要开展体育活动。为了使体弱、疾患和残废者也能从事身体锻炼，使他们也能参与社会活动，体育社会学也要研究这方面的课题。

4. 体育与精神文明和文化生活：体育社会学要研究体育如何丰富人们的文化生活与精神生活，如何及时发现和培养攀登运动技术高峰的人才，如何去促进人们精神文明中发挥作用以及体育道德等一系列社会性问题。

5. 体育心理：体育社会学还要研究国人对体育的想法和看法问题，也就是体育观问题，是属于意识形态的思想认识问题，这一问题非同小可，这是能否发展体育运动，增强人民体质的一个根本性问题，党的全面发展教育方针不能很好的贯彻，全民体育不能普及，体育事业发展不快，都是根源于此轻视体育，这是我国的传统意识，是相当顽固的社会性问题。

七、结 语

体育社会学是一块待开垦的处女地，入世未久，在国内更加陌生，有待开拓。本文算作初步探索，仅作些概括性的论述，内容涉及中国实际的还很少，有待于进一步学习研究。错误难免，意在求教。

参 考 文 献

1. 简明哲学辞典 尤 金等著 三联书店出版 1978年
2. 建立社会学的几点意见 费孝通 1981年中国社会学会成立大会上的讲话
3. 体育社会学的研究范畴(日本)高部岩雄著 张国力译 1982年
4. 体育运动社会学 林启武 新体育 1981年第11期
5. 体育社会学 蔡俊五 体育科学 1982年第二期
6. 体育理论 体育理论编写组 北京体育学院出版 1980年
7. 体育原理 江良规 商务印书馆出版 1945年
8. 体育社会学初探初稿 厉鼎禹 1982年江苏社会学会学术报告会

(上接第15页)

了反适应,要发展中国式的技术,要发展“奇兵”,这是战略性措施。为了适应,要引进对我国构成威胁的技术,不但为了适应它、瓦解它,而且为了增加自己的兵种和战斗力。

三、战略、战术、技术之间的矛盾性

两军相对,必然暴露出一个球队本身在战略与战术之间的差异和矛盾。或者战略错了,不能保证战术的发挥,或者战术实力不能完成战略任务。这种差异矛盾,促进一个队、运动员,在不平衡、平衡、不平衡中发展,达到一次新的平衡,得到一次新的提高。“大处着眼,小处着手”,“艺高人胆大,胆大人艺高”,皆科学地概括了战略与战术的对立统一关系。

战术与技术的矛盾,反映在运动员有时战术应变能力差,不能发挥技术力量。有时战术对头,找到对方漏洞,又因技术问题不能得心应手,技术又落后战术需要。技、战术发展不平衡的差异矛盾,推动运动水平的日益提高。技术和战术的统一,表现在技术依赖于战术发挥自己的威力。如轻吊放在猛扣之后,不转夹在强转之中使用才奏效,反之,战术又依赖技术的质量和品种来显示力量,如各种打法随运动员的个性特点所形成的各种风格,稳比“削球机器”,使人一筹莫展,活被磨死,凶象陈咬金三板斧,使人心慌无策,心虚手软,活被吓死,怪似捉迷藏,使人犹豫不决,连连摇头,活被气死。这些都以扎实的基本功为战术的基础。技、战术的主、次座次不断转让过程,即乒乓球水平由低级向高级发展过程。战略、战术、技术自身矛盾规定和影响它们之间的矛盾,正如没有双方竞赛,就没有一方练兵。乒乓球的内部矛盾性,决定着乒乓球运动的生命和发展,乒乓球运动的发展史,是其内部矛盾运动的斗争史。

关于体育队伍精神文明建设的几个问题

江苏省体委 李习友

(见《江苏体育科技》83年第1期)

孔子体育思想研究(摘要)

徐州师范学院体育系 刘秉果

我国是一个具有五千年文明的古国,我国古代的文化曾照耀于世界,作为文化一个部份的体育,也曾有过光辉灿烂的一页。战国、汉朝、唐朝体育活动开展之广泛,项目种类之繁多,运动成绩之高超,都是世界上同时期的国家所不能比拟的。但是,从两宋以后,我国的体育运动便日趋衰落,到了清朝就几乎完全断绝,人民的体质也日趋轻细,终至为帝国主义分子嘲笑是“东亚病夫”。其原因是各方面的,但封建社会独尊儒术,儒家思想在两宋以后,成为社会上一切活动的指导思想。而儒家是主静的,“静坐修养”虽是程朱理学的创造,但其所本仍是根据儒家创始人孔丘“仁者静,仁者寿”的思想。所以研究我国古代体育发展史,研究我国古代体育衰落的原因,就不能不研究儒家学派的创始人孔丘的体育思想,以及他对封建社会的影响。

孔丘是我国春秋时期的大思想家、教育家和文学家,关于他在教育文学方面的伟大贡献,历来都无疑义,但他的思想在当时究竟是进步,还是落后,以及对后代的影响,尚是一个争论问题。作为一个人整个思想体系中的体育观,也能起到对他的评价参考作用。因此,研究孔子的体育思想,也能对正确评价孔子,起到一定的参考作用。

如何评价孔子体育思想,要有个正确的研究方法,就是要辨清史料和区别一时一事,区别其学生的体育实践与孔子体育思想的关系。

辨清史料,就是要正确理解“孔子以礼乐射御、书数六艺”的问题。从1962年起有三篇研究孔子的文章,都是主张孔子教学生是用礼、乐、射、御、书、数六艺的。以这个史料作为基础,于是便得出结论。孔子是重视体育的,因为射、御在当时是武育也是体育。其实,这是对史料的误会。1.在春秋的史籍中,已无记载六艺之教,孔子的《论语》中也未提到以六艺教学生。2.孔子的学生都是学做官的,射、御之士在奴隶制的官制中,是“出乡不与士齿”的小官,不是孔子培养的目标,3.《论语》中所记有关射箭的两条语录,和

《礼记·射义》中说的“孔子射于矍相之圃”全篇或全文来看，可知是讲的射礼，而不是射箭。4. “孔子以六艺教”讹传的原因始自司马迁的《孔子世家》“孔子以诗书礼乐教，弟子盖三千焉。身通六艺者七十有二人”。实际上，在西汉六艺的概念，是指《诗经》《尚书》《周礼》《易经》《春秋》《乐经》（汉代以后佚失）。后人误以为是指礼、乐、射、御、书、数。辨清了史实才能够正确理解孔子的体育思想。

孔子青年时是个举重大力士，但他“不肯以力闻”。东汉时的王充在《论衡》中就曾评论过“孔子能举国门之关，不以力自章，知夫筋骨之力，不如仁义之力为荣也”。就是说孔子到创立儒家学派的时候，已经对自己年青时练力的行为作了批判。所以，我们不能以孔子是个举重大力士就认为他是重视体育的。

孔子学生中有不少会体育技能，尤其是子路。但是这些学生不是从孔子那里学到的，而是在未入孔门之前，就学会了体育技能。特别是子路，未入孔门之前曾以勇力“陵暴孔子”，是孔子设礼稍诱子路，使之儒服委质请为弟子。所以，以孔子弟子的体育技能来判断孔子的重视体育的说法，是不符合逻辑的。

对于孔子体育思想的分析评价，必须以当时的水平为标准，不能脱离时代背景。我国春秋、战国时的体育基本上分为三个方面，练武、养生和身体娱乐。

孔子是重视勇的。勇包含着两种含义：精神因素“见义勇为不勇也”。体力因素“拳勇股肱之力”。孔子说：“君子有道三，我无能焉，仁者不忧，知者不惑，勇者不惧。子贡曰，夫子自道也”。知、仁、勇是孔子心目中最高的培养目标。但孔子从来不单独说勇，总是和仁、礼联系在一起。因为孔子认为个人的武勇不用仁、礼来节制，就会走上乱的阶梯。在《论语》中孔子不止一次说过“好勇嫉贫，乱也”的话，这说明孔子推崇勇又畏惧勇的矛盾心理。在《论语》中，孔子还明确的说“不语怪、力、乱、神”，孔子不止一次的批评子路“好勇”，都表示了对勇力的消极态度。

把孔子这种对待勇力的态度，和当时时代政治家相比，如管仲、韩非子、秦武王提倡勇力，孔子对勇力的思想是保守的。

孔子在养生方面是非常注意饮食卫生和起居生活的。《论语·乡党》中有详细的记载，这都是符合科学的，是他先进的地方。但他在养生思想上是主张“仁者静、仁者寿”的，这种以静养生的思想，是老庄学派的思想，和当时已经发现的动以养生的先进思想相比，也是落后和保守的。

孔子休闲时身体娱乐活动是钓鱼，射猎，爬山，郊游，这都是些和缓的身体活动，与踢球、赛车、举重、跳、掷相比，孔子这些身体活动都是舒缓轻微的，就是后世所谓士大夫的活动，对照当时体育的发展，这种身体活动也是保守的。

总起来说，孔子的体育思想，和当时春秋、战国已经发展的体育科学相比，是落后的、是保守的。这种落后保守的思想影响了后代儒家，就成为阻碍体育发展的阻力。

为什么孔子的体育思想是落后保守的，这和他的政治主张有一致性。孔子提倡用仁义治理国家，用礼教维护等级制度，以忠孝作为修身的标准，因而他对勇力，对可能成为作乱的身体武勇条件，就不敢大胆提倡，对激烈的身体锻炼的娱乐活动就不参加，他怕损伤个人肢体，也就主张以静养生。这就说明了一个人的世界观是个整体，作为社会思想一个部分的体育观和他的政治观是一致的。

关于“心理感知相对论”的假说

南京体育学院体操班 赵山成

一、假说

在运动训练实践中，运动员往往会产生一些奇异的心理现象。如有的足球运动员因感到球门十分宽大而提高了射球的命中率；有的体操运动员则因感到平衡木非常宽阔而增强了动作的稳定性——这是“视小如大”的例子。反过来呢，也有“视大如小”的情况。如有的跨栏运动员因感到栏架低矮而使跨越技术疾速自如；有的投掷运动员则因感到铅球轻小而使投掷动作迅速有力。笔者曾在一定范围内进行采访，证实了此种现象并不鲜见。

然而并非是无稽之谈的心理现象，究竟是怎样产生的，其本质又是什么呢？这在现成的各科理论中，尚无确切答案可寻。为此，笔者提出关于“心理感知相对论”的假说，力求揭开这些奇异的心理现象之谜。

二、假说

列宁说：“感觉是运动着的物质作用于我们感觉器官而引起的。”^[1]由于时间和空间是一切运动着的物质的存在形式，所以任何感觉总是包括着对运动着的物质的时间关系和空间关系的感知，并进而形成知觉。心理学中将感觉与知觉的总称称之为感知。在运动训练实践中出现的“视大如小”、“视小如大”等等的心理现象，就是运动员对与其发生特定关系的客观物质的时空关系的一种特殊感知形式。提出关于“心理感知相对论”的假说，正是用来阐述这种特殊的感知过程的。此假说要点有三：

(一)，人们感知事物的时间关系，主要地是通过心理计时钟（简称心理钟）而计时的；人们感知事物的空间关系，主要地是通过心理计算尺（简称心理尺）而量度的。心理钟、心理尺（后文简称钟、尺）在人类活动的惯常行程中都具有恒常性的特点。但是，这种恒常性不是绝对的，而是相对的。在特定情况下，心理钟的运转可以加速、减速甚至随机暂停，而心理尺的量度则可放大、缩小甚至扭曲变形。这些变化可以在有意识的控制下主动实现，也能在无意识的状态中被动完成。这便是钟、尺的相对调整。

(二)，钟、尺的相对调整，只要其调整的信息量达到相应的调整阈限值的下限，即达到刚刚可以引起感知情况发生异常变化的最小刺激量，即可引起感知结果的变化。这种调整阈限值的下限表明钟、尺相对可调性的水平，而其下限值也是相对的，它可随人的活动情况（心理、生理活动情况等）的改变而改变。所以，通过诱导和训练可以不

同程度地开发和提高钟、尺的相对可调性。至于钟、尺……“同知皆昔”……

（主），人的心理器官在身体内外信息的刺激下综合效应产生了人的心理活动，人的心理活动总和能汇聚成调整钟、尺的心理指令（即能作用于自身诸器官并促使其效能发生相应变化的自我意识）。因而，钟、尺的主观调整是由人类心理过程为首动，钟、尺自身的一系列机能过程为从动而实现的。钟、尺调整后所产生的并不是虚无的幻觉，而是确切的心理感知。

上述假说如能成立，那么在本文第一部分提及的心理现象即可得到解释：足球运动员和体操运动员只是自觉或不自觉地在某种程度上调整了心理尺，因而在感知中放大了与其发生特殊关系的球门和平衡木的尺寸，跨栏运动员和投掷运动员也只是自觉或不自觉地以另一种形式调整了心理尺，因而在感知中缩小了栏架和铅球的尺寸。

三、论 证

（一）各种感觉器官及其信息传输通道大都参与时间知觉过程，它们最终借助于脑的皮层部分而结合成一个统一的系统起着作用，这个系统便是心理钟。心理钟与机械钟最大的差别在于心理钟在心理指令控制下具有高度的自控性和可调性。机械钟的计时通常是依靠各种机械摆将天文时间准确地重复地切割成等时的信息单位，同时持续而准确地向齿轮组合传输，齿轮组合将由摆送来的时间信息单位经准确地累计后如实向时针反映，最后由时针在刻度盘上显示出时间的计量。心理钟的计时过程也是从心理钟的“摆”开始的，这个摆就是人们对周围诸种事件的体验与认识。“时间不象光那样是一种刺激。它只是我们通过相对持续和不断改变的体验而得到的认识。”每一次出现的事件，无论是微是著，只要能引起人们的一次体验，就是心理钟的一次摆的过程。这个过程将天文时间的一定单位切割转换成心理时间的一定单位，然后向心理钟的“齿轮组合”（神经系统的有关部分）传输并加以累计计算，最后由“时针”（脑的皮层部分）产生确切的时间知觉，这便是心理钟运转的一般机制。心理钟摆的切割过程常有很大的随机可调性。“限制感觉信息的实验证明，在感觉隔绝的条件下，觉得时间的主观进程非常缓慢。……此时被试报告说，他觉得几分钟好象是几小时。”这是由于在感觉隔绝的条件下被试失却了对客观事件的体验，因而也就失却了心理钟摆的动力，以致使心理钟减慢甚至产生某种程度的制动。心理钟摆的切割过程还受体验的性质与情绪状态的影响，充满积极情绪和有趣内容的活动时间比之消极情绪的空过着的时间来，一般总是觉得时间的主观进程要快得多。这是由于积极的情绪使中枢神经系统以及诸感觉器官系统处于良性兴奋状态，从而在丰富而有趣的活动中能更多地体验和认识周围的事件，亦即使心理钟的摆将天文时间切割成大量新的心理时间单位，造成了摆的高速运动，遂导致心理钟疾速加快。

综上所述，可知人的心理时间具有很大的相对性。“心理学家都发现，用计时器量出的时间与我们估计的时间是不一致的。”这恐怕是人类共同经验了。高尔基说：“世界上最快而又最慢，最长而又最短的……就是时间。”赫胥黎说：“时间最不偏私，给任何人都不是二十四小时，时间也最偏私，给任何人都不是二十四小时。”

鲁迅先生说：“节省时间，……也即等于延长了人的生命。”^[7]陈毅同志则说得更明确：“志士嗟日短，愁人知夜长。”^[8]这些都说明人类的心理时间具有很大的相对性。

(二)大部分心理钟的部件，又参与形成心理尺，这是钟、尺间的“公共部件”。

“已经证明，各分析器的复合活动是各种空间分析形式的基础，在环境的空间因素的分析中任何一个分析器也不起独占作用。”^[9]人们对事物空间关系的感知也同样是由一个完整的系统来完成的，这个系统就是心理尺。这把心理尺分别由三个以测量和计算部分复合构成的计算器组成：其中心计算器是大脑皮层内诸相应的感觉中枢，其边周计算器是诸感觉器官，其过渡计算器则是感觉器官与脑中中枢之间的传导部分。近年来，“大量的研究表明，在视系统中存在有许多特征检测器，……可以称之为大小检测器、角检测器、边检测器、轮廓检测器以及方向和运动检测器。”^[10]这些存在着的特征检测器都是心理尺边周计算器的辅助构件，由于它的存在而使心理尺的测量和计算趋于精确。人们对客观事物的空间关系的感知便是从心理尺的边周计算器与过渡计算器进行初级运算开始的，然后经中心计算器验算复核最后才在刻度盘（相应中枢）显示出对事物空间关系的确切量度。但情况并不是绝对的，由于边周计算器及过渡计算器本身情况的变异，或者由于强烈的心理指令等原因，都会使心理尺感知客观事物的空间关系产生明显的相对性。例如，“在物体大小、距离等的知觉中，视觉动作总是包含着纯粹的视感觉和肌肉感觉的联系。用某些药物加强或削弱眼肌的办法可以破坏这种联系。这时出现视物显大症或视物显小症。”^[11]这是由于心理尺边周计算器及过渡计算器本身情况（主要是测量部份）发生了变化，从而对同一物体测得了不同数据并向中心计算器传输，经中心计算器验算复核即被感知为客观事物的另一种空间关系。又如，在心理过程处于病态时可使心理空间发生扭曲的变化，“窥镜症状：不论日夜，不择场合，揽镜自赏，乐此不疲。然很多病理继发于视物变形症，由于患者感到镜中已影与本人往昔面貌迥异，乃不断反复细察之。”^[12]这是由于患者失常的心理指令使心理尺的某些部件（肌肉、神经等）产生了强烈而又不平衡的紧张，从而使心理尺发生扭曲性的变异，导致了患者的心理空间发生扭曲。

心理尺的边周计算器与过渡计算器虽受控于总体心理过程，但也具有相对的独立性。“近年来的研究发现，网膜不光接受外部的刺激信息，而且还对视信息进行处理。”“在传递过程中，神经细胞并不是简单地把输入原封不动地输出，一个神经细胞通过突触接受许多神经细胞的输入，在对输入信息作某种处理后，再把输出传给其他许多神经细胞。”^[13]这些说明了边周计算器和过渡计算器的相对独立性。

(三)，“心理感知相对论”并非认为人们对客观时空关系的主观反映可以作随心所欲的主观调整，而是认为主观调整是有选择的，其调整的范围也是相对有限的。就其调整的效应来说，有些可以立竿见影，有的却要数天数月甚至数年方能完成。当然，就其调整的方法来说，也是多种多样的。英国政治家赖白斯曾在伦敦参事会演讲关于劳工的情况，在演讲中他突然停顿并取出表默默地站在那里达一分十二秒之久，弄得其他参事员面面相觑极不自在，然后他又继续说道：“诸位适才所感觉的局促不安的七十二秒的长时间就是普通每个工人垒一块砖所用的时间。”^[14]此法颇有效力，使全球的新闻电报都传送了这条消息。很明显，赖白斯就是巧妙地调整了听众的心理钟，使听众顿

时产生了对时间关系的新感知。雷巴柯夫说：“时间是个常数，但对勤奋者说来，是个变数。用‘分’来计算时间的人，比用‘时’来计算时间的人，时间多五十九倍。”^[15]董必武同志则说：“吾辈更应惜秒阴”。^[16]看来，雷巴柯夫和董必武都是从调整心理钟摆的切割单位来调整心理时间的。传说中的纪昌^[17]，他用了三年时间盯着窗外的虱子练出了视小如大的功夫，则是采用了调整心理尺边周计算器的方法来调整自己的心理空间的。至于怎样才能更好更科学地对钟、尺进行主观调整，还有待今后进一步研究。

四、注意

运动员在训练或竞赛活动中往往会产生许多对时空关系超乎恒常性的心理感知，这些不寻常的心理感知有时帮助了运动员取得成绩，有时却阻碍了竞技者临场发挥。由于这些奇异的心理感知又往往是在不自觉的状况中产生，所以又容易使人感到神秘莫测。

“心理感知相对论”的假说力图揭示这种心理现象的实质，假说认为这仅是人类的一种尚未得到有力开发的心理时空关系的自我调整过程，同时也认为这种自我调整过程是可以通过诱发和训练得到提高的。如果该假说成立，可能会对运动心理训练法特别是其中的“心理调整”法的理论和实践带来一定程度的突破。因此，在理论上确立和论证“心理感知相对论”对运动训练实践是很有意义的。

“国际体育界许多人士认为，在体育科学各学科中，运动心理学将是未来几年中最能有效促使运动成绩提高的一门学科。”^[18]笔者深信这一点，故不揣浅陋，提出关于“心理感知相对论”的假说，供大家参考。

参考文献

- [1] 《列宁选集》第二卷第308页
- [2] [法]Paul Fraisse:《人类活动中的时间认知》，载《心理学报》1981年第二期
- [3] [苏]彼得罗夫斯基主编《普通心理学》人民教育出版社1981年版第301页
- [4] 同[2]
- [5] 《名人名言录》上海人民出版社1981年版第100页
- [6] 同[5]，第106页
- [7] 《鲁迅全集》第五卷第249页
- [8] 《陈毅诗选》、《冬夜杂咏》、《寒夜杂咏》、《寒夜杂咏》、《寒夜杂咏》
- [9] 同[3]，第291页
- [10] 俞文钊：《图形知觉及特征检测器研究的进展》，载《外国心理学》1981年第二期
- [11] 同[3]，第279页
- [12] 夏毓芬、蔡能：《近年来精神分裂症患者的若干临床表现》，载《心理科学

运动心理学在排球运动中的运用(摘要)

黄欣如

运动心理学是一门指导实践的应用科学,在排球运动中应用较广。在排球运动中,应注意的心理因素:

一、选材方面。排球运动员应具备高度的战术思维、敏捷性、灵活快速的反应,以及体现顽强意志等有关心理品质。(一)反应的速度,反应的选择性、准确性;(二)空间定向与时间判断的能力;(三)战术思维的灵活性、实效性;(四)视觉范围的开阔程度;(五)专项所需要的情绪特征、个性特征。二、运动员在训练时必须具备的心理品质。顽强的作风,冷静多思的头脑,敏锐的观察预判能力,积极迅速的思维能力,灵活善变地运用技术及适应能力,形成由各种外界刺激引起的反射性动作,即对各种来球和动作的感应能力。

三、排球运动员的意志品质。主动性、顽强性、果断性、勇敢、坚定,具有自制能力及有胜利的信心。它包括(一)在训练中教练员的鼓励和诱导;(二)克服训练中的精神和肌体的疲劳;(三)克服影响比赛的一切不利因素;(四)从难从严,高质量高标准进行训练。

四、比赛的情绪稳定性。客观因素:(一)赛前准备情况;(二)比赛环境和场内气氛的分析和适应;(三)场上核心队员的作用;(四)队员集体配合情况;(五)比赛对运动队、运动员的意义;(六)对手技术、战术水平及场上情绪;(七)教练的言行;(八)裁判员的工作情况;(九)观众的言行。五、影响运动员情绪稳定性的主观因素:(一)运动员的身体素质,技术训练水平的高低;(二)运动员对本队和个人场上战斗能力和训练水平的估价;(三)运动员在场上注意力集中的程度;(四)运动员的意志品质。

通讯》1982年第一期

[13] 王树茂:《感觉研究的某些新进展》,载《心理学探新》1982年第一期

[14] 曲渊:《怎样成为一个演说家》,载《人才》1982年第三期

[15] 同[5],第107页

[16] 董必武:《题赠〈中学生〉》,载《中学生》1982年第10期

[17] 参见《列子·汤问》

[18] 国家体委体育科研所整理:《国外体育科技发展的一些动向》,载《国外体育科技》1981年第四期

小学篮球适宜形式研究报告

茅 鹏 孙兆安等 (见《江苏体育科技》82年第6期)

东海县牛山小学体育教研组

“小学篮球适宜形式”实验报告

东海县牛山小学体育教研组

“适宜形式”小篮球值得推广

何金贵

“江苏省小学篮球适宜形式鉴定赛”观感

江苏省小学篮球适宜形式鉴定赛于八月十九日至二十三日在南京市举行，我看了

第 一 名		第 二 名		第 三 名	
男 子:	东海县牛山小学	丹阳县后巷小学	徐州市袁桥小学		
女 子:	泗洪县实验小学	东海县牛山小学	丹阳县里庄竹塘小学		

南京名落孙山，都在四名以后。

一、“适宜形式”的反映

(一)球是用50公分园周的橡皮球。

1.有些队反映：①认为球太小了，不好运球，不好作胸前双手传球；②球的弹性太大（没有规定的弹性标准）。

2.球的园周50公分与成人的75公分的球相距较大，不利于衔接。

(二)球篮。2.30米的篮框太低与国家体委颁布的小篮球规则高度2.80米和成人的篮架3.05米衔接不利等等……。说中国运动员能扣篮的不多，特别是女子不可能有扣篮动作。

(三)对场地，三打三形式和比赛时间异议很少。

二、比赛过程中的研究

(一)球虽小但在比赛运球过程中（没有统计）失误不多，一场比赛，两个队没有多少次，好的队也只是偶然出现。

(二)胸前双手传球次数较少（没有统计），但单手（垒球式）传球特别多，多少可以解决这个难题。（目前，我国单手远传存在缺点，特别是女子：1.速度不快；2.手法不对；3.落点不准；4.传不远。）

(三)单手侧传球，反弹传球，突破分球普遍运用，说明用小球容易学，进步快。过去小学生篮球队员，掌握这种基本技术要花较多时间，也不易多见。

(四)不少队员能够单手扣篮。从目前来看，我国甲级队男子队员，能够作扣篮动作的约有30%至40%，从这次比赛前几队队员中，不论男或女队也约有30%至40%能作扣篮动作（没有正式统计），特别是泗阳县实验小学的基本动作示范练习，给人深刻印象。

从扣篮动作中，受到了这样的启示：

1.从儿童生理发育这个方面看，扣篮动作必须要使儿童挺胸、伸臂的大幅度运动，这为今后做高难动作打下良好身体素质基础。

2.从儿童心理的角度来看，儿童的兴奋性强，好奇性重，特别是喜爱新鲜事物，扣篮动作正是儿童最喜爱的。

3.由于要扣篮，必须要有很大的爆发力起跳动作，这对弹跳训练，起着极大的促进作用。

目前我国篮球队员的高度比之发达国家，平均约差5厘米，而弹跳高度，相差更大，因为象穆铁柱这样的运动员，高度占去不少比例，而弹跳失去的比例更大，因此发展弹跳的训练就要排在重点身体训练项目内，“适宜形式”小篮球，可以早期打下弹跳基础。

4.扣篮动作，必须用指和腕力的猛扣，在这次比赛队员中有好几个队员双手能扣，甚至左右手都能扣，这个动作，对手腕的爆发力起着良好作用，对投篮出手的速度，传球速度也有相当良好效果。我国女子甲级队队员，在这方面的功夫，还有所欠缺，如果

在儿童队伍里就着手扣篮动作的训练，将获益匪浅。

(五)大会比赛终了后，由实验小学(女)与牛山小学(男)作了一节8分钟的表演赛，用的是50公分园周的小球，精彩自不待言。稍事休息后又由实验小学(女)与后巷小学(男)用“701”球作表演赛，实验小学很快就能适应球的性能。从实践证明，球的大小可以不必争议。不过，如果为了技术朝着全面发展这方面考虑，建议球再大一些(如64公分的橡皮球)。

三、感想

(一)从日常看训练和参观比赛中，前三名的队伍在基本的传接球，投篮手法，运球，突破和突分等都有一定的基础功，有少数队员对跨下运球，背后运球，突破后作假动作等都较熟练，其中女篮冠军队的7号、6号和男篮冠军队的绝对主力15号都有高难度动作。例如，实验小学5号，从右面底线突破后，身体已在篮板后面，却能把球换至左手，难能可贵的是左手在空中，以正确的旋转指法，找好角度，打板入篮，7号能在变方向切入中，在空中换成左手上篮。牛山的15号，除有较好的基本功和身体素质外，还能双手反手扣篮，这些动作之精彩，在江苏省历届儿童比赛中所罕见。

(二)从三打三这种形式来看，优点很多。①容易自由凑合。②不受时间限止。③不受场地的约束，半场也可以。④容易达到配合默契。⑤兴趣特别浓。我在小时候就喜爱这种形式活动，在四十余年的训练工作中，三打三这种形式，认为是最好形式之一。

(三)从这次鉴定赛中，如果把每个队的身体素质情况汇集或现场测试统计，对今后在选材，身高发育情况，训练效果等研究工作，带来更好的效益，可惜这次没有做。

(四)从这次比赛中还看到：

1.大多数队伍的训练，重攻轻守，对脚步移动动作重视不够，争夺篮板球不力。

2.很多队员，特别是女队攻防的屈膝动作不够注意，象竹竿那样站着，不利于移动的速率。

3.突破时，胯关节的转体动作不够理想，我国运动员在国际比赛中，带球撞人犯规很多，对这个动作没有注意是其中一个因素，这些都要在今后训练工作中加以留意。

四、建议

(一)小篮球适宜形式鉴定赛，富有成果，值得推广，建议省体委把适宜形式比赛列入年度计划内，进一步在现有统计资料的研究下，逐步加以完善。

(二)国家颁发小篮球规则已近十年，通过小学篮球适宜形式鉴定赛，建议成立一个小组，进一步深入基层调查研究，以便为修改国家小篮球规则提供可靠资料。

(三)小学经费来源较困难，建议省体委有关部门，市、县、区体委和文教部门对重点发展小学篮球的学校给予支持和拨给经费，为发展和培养优秀预备员，共同作出贡献。

(页码第11)

江苏农学院 潘梦秋

江苏农学院 潘梦秋