

中外 体育史

湖北人民出版社



ZHONG WAI
TIYU SHI
HUBEI RENMIN
CHUBANSHE

99521

G 811.8
/10

中外体育史



北体师 B0001069

王其慧 李宁

湖北人民出版社

ZHONG WAI
TIYU SHI
HUBEI RENMIN
CHUBANSHE



中 外 体 育 史

主 著 李 宁

*

湖北人民出版社出版、发行 新华书店湖北发行所经销

湖北省新华印刷厂印刷

850×1168毫米 32开本 11印张 2插页 27.2万字

1989年5月第1版 1989年5月第1次印刷

印数：1—15 000

ISBN 7-216-00203-2/G·13

定价：2.75元

前言

体育史是人类传统文化的一部分，是研究体育这种社会现象发生、发展的历史过程及其发展规律的科学。

体育史学属于社会科学范畴，它以辩证唯物主义和历史唯物主义为指导，考查体育发生、发展的历史进程，揭示各个历史阶段体育与各种社会文化现象之间的关系，阐明体育思想理论、科学基础和组织基础，认识体育的社会功能和作用，总结体育的管理体制和经验。体育史的研究范围有两个方面：一是体育的内在组成，它包括体育活动、体育游戏、体育竞技、体育思想、体育组织、体育措施、体育的方政策和体育制度等；二是体育与社会其它现象的关系，它包括政治、军事、经济、文化、教育、宗教信仰、风俗习惯、民族传统等。这两个方面的相互作用和历史的演变，便构成绚丽多姿的体育发展的历史画卷。

体育是人类历史的一种特殊社会现象，它的发展必然受到社会政治、经济的影响而发生变化，同时，它的特殊性又使它具有相对独立的发展历史，所以，体育史的分期应当以社会的发展变化和体育本身的发展变化为依据。随着人类历史的不断进步和体育不断充实提高，中外体育史大致经历了三大时期：中国古代体育史（原始社会——1840年）；中国近代体育史（1840年——1949年）；中国现代体育史（1949年——至今）。外国古代体育史（原始社会——15世纪）；外国近代体育史（15

世纪——1917年)；外国现代体育史(1917年——至今)。

体育史的研究，不论采用传统的考据排比、归纳演绎、分析综合、具体抽象等方法，或是采用现代的数据分析定量研究法、比较法、模拟法、“三论”等方法，都必须尊重历史，重视掌握历史材料的客观性、真实性，才能准确无误的反映历史的原貌。目前对体育史的研究仍以传统的方法为主，随着宏观体育史研究的深入开展，现代的研究方法将逐步在体育史研究中广泛使用，它将有力度地推动体育史研究的迅速发展。

体育史是体育科学的一门基础学科。学习体育史，将使我们在认识和探索体育的本质特征及其历史演变的规律过程中，受到辩证唯物主义和历史唯物主义的教育，从而逐步树立科学的体育观。学习体育史，将有效地提高我们的历史和文化修养，这对完善体育队伍的知识结构和思维结构，更好地为社会主义体育科学事业服务有重要意义。学习体育史，还将增强我们的民族自豪感、爱国主义思想和为建设社会主义体育强国的献身精神；有助于我们认识历史、把握现实、预测和开创未来。

体育史还将为广大体育爱好者提供多层次的体育信息。体育是一门特殊艺术，体育的健壮美、动作造型美、巧和险的美等，已在现代社会生活中产生广泛的影响。了解体育史，熟悉体育史将会领略到不同国家、不同地区和不同民族赏心悦目的体育风采，丰富体育知识，提高体育的欣赏能力，从而进一步促使自己投身体育活动之中，更大的激起生活的乐趣与热情。

责任编辑：祁国钧
封面设计：刘明

目 录

第一编 中国古代体育史

第一章 上古体育的萌生(原始社会时期)

- 第一节 体育的起源..... 2
- 第二节 原始形态的体育..... 6

第二章 古代体育的雏形 (夏、商、西周时期)

- 第一节 军事体育的勃兴..... 12
- 第二节 学校教育中的体育..... 16
- 第三节 其它体育活动..... 19

第三章 古代体育的蓬勃发展 (春秋战国时期)

- 第一节 各项改革中的体育..... 23
- 第二节 军事体育的蓬勃开展..... 26
- 第三节 民间的娱乐活动..... 30
- 第四节 导引养生的兴起..... 35

第四章 古代体育的兴盛(秦汉三国时期)

第一节	蹴鞠的盛行·····	41
第二节	百戏中的体育活动·····	44
第三节	军事武艺的发展·····	48
第四节	导引养生术日趋规范·····	56

第五章 古代体育的民族大融合 (两晋南北朝时期)

第一节	发展不平衡的南北武艺·····	57
第二节	养生思想与方法的发展·····	61
第三节	娱乐体育的盛行·····	66

第六章 古代体育的繁荣(隋唐五代时期)

第一节	军事武艺的提高·····	72
第二节	球类活动盛行·····	75
第三节	导引养生的健康发展·····	80
第四节	其它体育活动·····	83

第七章 古代体育的完善与市民体育 的兴起(宋元时期)

第一节	骑射武艺的完善·····	91
第二节	球类活动的初步规范·····	95
第三节	养生术的发展与创新·····	99
第四节	其它体育活动·····	103

第五节	宋代理学对体育的影响·····	107
-----	-----------------	-----

第八章 古代体育渐趋成熟(明清时期)

第一节	武术的空前发展·····	112
第二节	球类的衰退和导引术的完善·····	118
第三节	冰嬉的兴盛和狩猎的复兴·····	122
第四节	摔跤的发展和象棋的普及·····	128
第五节	少数民族的传统体育运动·····	131

第二编 中国近现代体育史

第一章 中国近代体育的兴起

第一节	西方近代体育的引进与传播·····	136
第二节	近代教育制度的改革与学校体育 的初步实施·····	144
第三节	早期体育师资培训·····	146
第四节	传统体育的继承与演变·····	148

第二章 中国近代体育的初步发展

第一节	体育名词概念的变迁·····	153
第二节	各主要运动项目的发展·····	155
第三节	早期运动会及其发展·····	160

第三章 中国近代体育的演变

第一节	进步体育思想的形成·····	168
-----	----------------	-----

第二节	“五四”运动与近代体育的变革·····	176
第三节	运动竞赛的盛行与体育专业教育 的发展·····	180
第四节	对传统体育的再认识与改造·····	183

第四章 中国近代体育的不平衡发展(上)

第一节	国民党统治区的体育·····	186
第二节	日伪统治区的体育·····	202

第五章 中国近代体育的不平衡发展(下)

第一节	中国共产党建党初期对体育的重视·····	206
第二节	革命根据地(解放区)体育的发展·····	210

第六章 中国现代体育的勃兴

第一节	体育方针政策的确立和管理体制 的建立·····	223
第二节	学校体育与师资培训的兴起和发展·····	226
第三节	群众体育的兴起·····	228
第四节	竞技运动的发展·····	232

第七章 中国现代体育的发展

第一节	全民族健康水平的提高·····	235
第二节	竞技运动和国际体育活动的兴盛·····	238
第三节	体育科学研究初见成效·····	242
第四节	发展体育的基本经验·····	243

第三编 外国体育史

第一章 古代东方诸国体育的形成

- 第一节 古代埃及体育..... 248
- 第二节 古代两河流域及波斯体育..... 253
- 第三节 古代印度体育..... 255

第二章 古代欧洲体育的繁荣

- 第一节 古代希腊体育..... 260
- 第二节 古代罗马体育..... 267
- 第三节 古代奥林匹克运动会概略..... 271

第三章 欧洲中世纪体育的发展

- 第一节 基督教的禁欲主义与体育..... 279
- 第二节 骑士教育中的体育..... 281
- 第三节 民间的体育活动..... 284

第四章 近代体育思想的形成与 体育的初步实施

- 第一节 近代体育思想的形成..... 288
- 第二节 近代体育的初步实施..... 294

第五章 近代体育的确立与国际传播

- 第一节 近代体育的确立..... 302

第二节	国际体育组织的大量涌现和竞技运动的发展.....	308
第三节	近代体育的国际传播.....	312

第六章 现代体育

第一节	国际体育组织和竞技运动的发展.....	319
第二节	学校体育的发展.....	325
第三节	苏联体育的发展.....	328
第四节	美国体育的发展.....	332
第五节	现代体育发展趋势.....	336

〔后记〕		339
------	-------	-----

第一编 中国古代体育史

第一章 上古体育的萌生 (原始社会时期)

人类精神文化的发展历程，是与整个历史交织在一起的。体育作为一种社会现象和文化的一部分，从人类社会的发展中独立出来，经历了一个相当长的历史时期。中国古代没有“体育”一词，但有丰富多彩、绚丽多姿的体育活动。与古希腊竞技体育和身体教育不同，中国古代是沿着练武、娱乐、养生等体育发展的道路前进的，具有中华民族自己的体育特色。

中国古代体育史，是通过人们长期的积累和创造才发展起来的，是一个持续变迁和运动着的系统。这个运动着的系统经历了原始体育、古代体育、中世纪体育、近代体育、现代体育几个阶段。

原始社会在生产力水平极低的社会条件下，决定了这一时期的体育只能处于萌芽状态。这也说明体育的产生和发展总是受着社会生产力发展水平的制约。

原始体育来自生产和生活实践的需要，并直接服务于生产和生活实践活动。在漫长的时间里，体育与生产活动是分不清楚的。在原始氏族公社时期，萌芽状态的体育逐渐与生产劳动分离，分别与宗教祭祀、医疗卫生、文化娱乐和原始教育相结合，尤其是部落战争的出现，加速了原始体育活动的发展进程。

上古初民凭借着感性的、质朴的思维方式,把握自然界的某些表象,把自然力加以人格化和形象化。如果说原始宗教和上古神话是这一时期精神文化的主要产品,那么,原始体育与原始宗教和上古神话是交织在一起的。总之,原始体育是上古初民共同的精神财富。原始体育的交流以迁徙为典型方式,速度缓慢,规模狭小。

第一节 体育的起源

中国是世界上文明发达最早的国家之一。大约从170万年到4000年前,这个漫长的历史时期,中国处于原始社会的状态。原始社会是人类社会的最初形态,由于历史久远,又无文字记载,只能根据考古学、古代文献记载中的传说和民族学中的有关资料进行考察。

一、原始社会概况

原始社会时期,按生产工具的精致程度来划分,可分为旧石器时代、中石器时代和新石器时代;从组织状况来划分,分为原始群居时期、母系氏族公社时期和父系氏族公社时期三个阶段。

(一) 原始群居时期

根据地下发掘的考古资料证明,从大约170万年前至10万年前左右,即旧石器时代初期,属于原始群居时期。在这一时期,人们是怎样生活的呢?据《韩非子》等古书记载,当时是“人民少而禽兽众”,住的是洞穴;吃的是“草木之实,鸟兽之肉”;穿的是鸟兽的羽毛和兽皮。他们过的是一种采集和狩猎相结合的群居生活。体质和外形还保留着猿的某些特征,但已能直立行走。人们在长期的生产和生活实践中逐步学会制造和使用简单的打制石器,因而称为旧石器时代。

在距今50万年前，北京猿人已知道用火，原始人开始熟食。熟食缩短了消化过程，吸取了更多的营养，从而促进了人类体质的发展。火可以照明、取暖，防止野兽的侵袭，增强了人类控制和改造自然的能力。因此，火的使用最终使人与动物分开，是人类发展史上的一个重要里程碑。

在生产力极其低下的社会情况下，原始人为了生存，必须走得快，跳得高，学会攀登、爬越、泅水、投掷……，这种生产和生活技能的传习，不仅是未来教育的源头，而且因以身体活动为内容，也是未来体育的起点。这些基本身体活动虽然不能被看作是“体育”，但确实孕育着体育的因素。

（二）母系氏族公社时期

约从10万年前至5000多年前，即旧石器时代中期至新石器时代中期，属于母系氏族公社时期。当时，人类基本上已进化到现代人的体质形态。具有代表性的山顶洞人已经有了进步的石制工具和骨器，产生了原始艺术和原始宗教观念。狩猎是当时人们的主要生产部门，由开始用石球来捕捉野兽，到使用弓箭狩猎，表明劳动技能的显著提高。特别是使用弓箭狩猎，这种飞得快射得远的强有力的新式武器，大大增强了人类征服自然的能力。生产力的显著提高，要求人们结成比较稳定和持久的集团，这种社会组织的变化，是以血缘关系为纽带结成的氏族。母系氏族公社的发展，原始农业的出现并逐渐成为主要的经济部门，人们的生活有了更多的保证，从而减少了居住的流动性，促使人们发明了制陶、饲养家畜等技术。这些条件为体育的进一步发展提供了可能。

人们在物质生产的过程中，积累了越来越多的生产经验，生产技能的传授产生了原始教育，在原始教育中，也包括一些有目的有意识地提高和改善身体技能的某些训练，这种与劳动教育分离的，以人的自身为客体的特殊活动形式，就是原始体育。

（三）父系氏族公社时期

约从5000多年前至4000多年前，即新石器时代的中、晚期，属于父系氏族公社时期。这一时期，农业生产已是社会生存的主要经济部门，成了整个社会的经济基础。男子已代替妇女成了主要的农业生产者，直接推动了生产力的进一步发展。渔猎和采集经济，作为人们谋取生活资料的一种补充手段，也有不同程度的发展。这一时期的手工业与农业进一步分离，成为独立的生产部门，这种新的社会大分工，是从轮制陶器和冶铜的出现开始的。铜器的出现，突破了我国原始社会若干万年的制石工艺，冶炼技术的发明，为社会各生产部门的发展开辟了广阔的前途。财富的增加导致阶级的分化，私有财产和私有观念的出现，一些部落因掠夺邻近的人口和财产，导致了部落战争。战争促进了武器的制造和战斗技能的训练，这也是推动上古体育发展的重要动力。

氏族公社时期在原始社会具有典型的意义，人们加深了对各种事物的认识，与生产有直接联系的原始文化相继出现，与宗教和各种教育活动相联系的各种游戏、舞蹈、军事武艺、卫生保健等应运而生，这种脱离生产的身体练习和娱乐活动一经产生，就具有相对的稳定性，并逐渐发展为有目的有意识的身体练习，这就构成了体育的原始形态。世界各民族的体育，尽管呈现着不同的风貌，但因同一的物质形式，而具有共同的发展规律^①。

二、关于体育起源的几种观点

由于人们的观点不同，对体育概念的理解不同，存在着各种各样的看法，综合起来主要有以下几种：

（一）体育起源于娱乐活动

人是兼有自然属性和社会属性的动物。人除了受社会因素的制约外，同时受生理规律的支配，饥思食，困思寝，就是一种本

^① 参考颜绍泸《体育的原始形态试析》，《体育文史》，1987年第1期。

能活动。同样，当原始人狩猎满载而归，内心十分高兴时，自然流出手舞足蹈的身体活动，而这种身体活动的好处是能够满足生理的和心理的要求，一旦被人们认识，就与本能活动区分开来，形成原始的体育形态。

（二）体育起源于原始宗教

原始宗教是现实生活在人们意识中的虚幻的歪曲反映，是他们还无法有效地制服的自然界在精神世界中的幻觉。原始人由于迷信，常常用身体的各种动作来表示对神的虔诚，以图影响自然的力量，体育从而发展起来。我国的各种祭祀、礼仪和一些迎神赛会当属此类。古代希腊的奥林匹克竞技形成的原因之一就是祭祀的需要，因而这种观点颇有影响。

（三）体育起源于部落战争

父系氏族公社后期，一些氏族首领和显贵为了扩充自己的财产和奴隶，经常发动掠夺战争。有时，他们便和一些近亲的氏族部落结成联盟共同行动。这种组织就叫部落联盟。当时曾先后出现了黄帝和炎帝组成的部落联盟，少昊（音hào浩）和太昊组成的部落联盟，和这些部落有关系的有蚩尤部落等。他们之间或斗或和，时有发生。

体育起源于部落战争，其依据是人们为了取得战争的胜利，常常采取各种手段训练士兵，以提高身体素质和掌握兵器的技能。在战争中一些新的兵器被创造出来。古代传说的所谓“蚩尤作五兵”，“轩辕习用干戈”等，就是很好的说明。“五兵”是指戈、殳、戟、酋矛和夷矛，“干”是防御的盾牌，“戈”是进攻的武器。这些兵器对后代武术有着直接的影响。

（四）体育起源于生产劳动

劳动起源说，一般认为比较合理，也适合我国国情，因而在我国占有主导地位。这是根据马克思主义的科学原理总结出来的。