



体育概论教材编写组 编

高等学校教材

# 体育概论

高等教育出版社

高等学校教材

# 体育概论

鲍冠文 主编

BA601/7

高等教育出版社

(京)112号

## 内 容 提 要

本书为高等学校体育教育专业的基础理论课程教材,是依国家教委1993年颁发的《普通高等学校本科体育教育专业十一门课程基本要求》编写而成。

全书由绪言和6章内容组成。主要内容包括:绪言、体育的本质、我国体育的目的任务、体育体制、体育手段、体育科学和国际体育。全书结构合理、内容精练、材料新颖。可作为普通高等学校体育教育专业本、专科教材,亦可作为体育理论工作者参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

体育概论/鲍冠文主编. —北京:高等教育出版社, 1995 (1998年重印)

ISBN 7-04-005196-6

I. 体… II. 鲍… III. 体育理论-高等学校-教材 IV. G

80

中国版本图书馆CIP数据核字(95)第01228号

\*

高等教育出版社出版

新华书店总店北京发行所发行

北京市朝阳区北苑印刷厂印装

\*

开本 850×1168 1/32 印张 5.125 字数 130 000

1995年3月第1版 1998年5月第5次印刷

印数 30 171—35 180

定价 5.50元

## 说 明

国家教委于1991年6月颁发施行的《普通高等学校本科体育教育专业教学计划》新设了《体育概论》课程。为了适应全国普通高等学校体育教育专业开设《体育概论》课程的需要,培养德、智、体全面发展的合格的中等学校体育师资,我们在国家教委体育教育专业教学指导委员会领导下,受高等教育出版社委托,组织6所高等院校体育系的9位同志编写了这本书。

本书是根据国家教委颁发的《普通高等学校本科体育教育专业十一门课程基本要求》(简称“基本要求”)规定的内容和要求编写的,但在章节设置及具体内容的安排上,根据实际情况和教学需要,作了适当的调整。

全书由绪言和6章内容组成。参加编写的人员有(按姓氏笔划为序):王宏(第六章第二、三节),刘清黎(第一章第二、三节),刘卓(第一章第一、四、五节),陈融(第一章第六节、第五章),陆亨伯(第四章第三、四节),顾渊彦(第二章、第六章第一节),凌平(第三章),黄一飞(第四章第一、二、五节),鲍冠文(绪言)。编写过程中,编写人员在自己多年教学经验和自编的教材或讲义的基础上,参阅了国内外《体育概论》教材和专著以及有关的研究成果,并根据“基本要求”的选编教材原则,着重基本理论和基本知识,重视教材的思想性、科学性,同时还注意教材内容与当前国内外体育实践紧密结合,力求在教材内容和体系上有所突破,有所创新,写出特点。全书初稿完成后,经过讨论和修改,先由副主编王宏、刘清黎教授分别进行修改和串稿,最后由鲍冠文教授作全书的修改和统稿。

全书完稿后,由国家教委普通高等学校体育教育专业教学指导委员会聘请专家组成的《体育概论》课程教材评审组审定,作为体育教育专业本科和专科教材使用。教材评审组成员有:杭州大学

金钦昌教授,华东师范大学夏德礼教授,沈阳体育学院孙长林教授,北京师范大学滕子敬教授、杭州大学李翅鹏教授(评审组组长)。

教材编写过程中,国家教委体育卫生与艺术教育司季克异同志、高等教育出版社张焕玉同志、肖彤岭同志也参加了教材修改讨论会和教材评审会,并对教材内容和修改提出了许多宝贵意见。对他们的关心和支持,谨致以衷心的感谢。

《体育概论》是一门尚在发展的新兴学科,无论是内容或是体系皆未稳定,因此编写教材有一定难度、同时由于我们水平有限,所以本书不足之处在所难免,敬请广大读者批评指正。

《体育概论》教材编写组

1994年9月

# 目 录

绪言 .....	1
<b>第一章 体育的本质</b> .....	7
第一节 体育的产生与发展 .....	7
第二节 体育与人的身心发展 .....	14
第三节 体育与诸社会现象的关系 .....	23
第四节 体育的概念 .....	32
第五节 体育的功能 .....	37
第六节 体育的科学理论基础 .....	41
<b>第二章 我国体育的目的任务</b> .....	49
第一节 体育目的任务概述 .....	49
第二节 我国体育的目的任务 .....	53
第三节 实现我国体育目的任务的基本途径与要求 .....	62
第四节 面向 21 世纪的我国体育 .....	71
<b>第三章 体育体制</b> .....	78
第一节 体育体制的一般概述 .....	78
第二节 我国的体育体制 .....	80
第三节 我国体育体制的改革 .....	89
<b>第四章 体育手段</b> .....	96
第一节 体育手段概述 .....	96
第二节 运动动作的结构 .....	100
第三节 运动动作的要素 .....	103
第四节 运动动作的分类和运用 .....	110
第五节 运动动作的质量评定和运用要求 .....	112
<b>第五章 体育科学</b> .....	117
第一节 体育科学的形成和发展 .....	117
第二节 体育科学的性质和体系 .....	124
第三节 体育科技在发展我国体育事业中的作用 .....	129

<b>第六章 国际体育</b> .....	135
<b>第一节 国际体育概述</b> .....	135
<b>第二节 我国开展国际体育活动简况和原则</b> .....	136
<b>第三节 国际体育组织与竞赛</b> .....	140
<b>主要参考文献</b> .....	155

# 绪 言

[内容提要] 依据《体育概论》课程的特点和所负使命,阐明其研究对象和研究内容;简要介绍我国《体育概论》课程建立过程,提出课程建设应注意的问题;并阐述本课程的教学目标和任务及学习的基本方法。

《体育概论》是我国普通高等学校体育教育专业教学计划规定的一门必修课程。

任何一门学科都有自己特定的研究对象和内容。《体育概论》课程的研究对象是体育的整体,它是一门从宏观上、总体上概括地研究和揭示体育基本特征和一般规律的专业基础理论课程。

体育是人类的一种社会实践活动,是由于人们生产和生活的需要而逐步形成和发展起来的。它与人的身心发展、人的社会生活以及社会的经济、政治、文化、教育等各种活动都有密切的联系。对于体育与人、体育与社会各种活动互相联系而形成的种种体育现象及其规律性,《体育概论》不是也不可能一一加以具体研究,而是把体育作为一个整体,从宏观上概括地研究各种体育现象的共有特征和基本规律。它的研究内容主要有体育的产生与发展,体育的本质,体育与人和发展的关系,体育的功能、作用和社会地位,体育的目的任务,实施体育的组织体制和手段方法等。研究这些内容,目的是从宏观上掌握体育的基本特征和发展规律,可使我们正确认识体育的本质,并按照体育的客观规律,科学地指导和实施体育实践,推动体育事业的发展。

《体育概论》的研究内容大多涉及社会领域的各个方面,因此它是一门属于社会科学范畴的理论课程。



我国《体育概论》是在 80 年代初逐步从原《体育理论》中分化出来而重新建立的一门独立学科。早在本世纪 20 年代,我国培养体育师资的机构就开设了《体育原理》、《体育概论》等课程。此后有的专家学者曾先后编写出版了《体育概论》专著,这对当时我国体育理论的建设起到了奠基的作用。中华人民共和国成立后,我国体育院系借鉴原苏联的经验,结合我国实际,开设了《体育理论》课程,并在 1961 年编写出版了《体育理论》统编教材,内容主要包括体育的一般理论和教学训练的一般原理与方法等。这本教材对解决当时我国体育理论教材的短缺,培养合格的体育师资和提高我国体育理论水平等方面都有积极的作用。随着现代科学技术的发展和各种新兴学科的出现,特别是我国体育事业的蓬勃发展和体育科学研究取得的巨大成就,反映出原有的综合性的《体育理论》课程已不能适应我国体育事业发展的实际需要,必须进行改革。党的十一届三中全会以后,我国体育理论工作者在党的改革开放路线指引下,经过慎重思考和酝酿,在 80 年代初,提出将原《体育理论》课程分为体育概论(或体育原理)、学校体育学、运动训练学等课程进行教学的意见,从而启动了我国体育概论课程的重建工作。随后有些体育学院和高师体育系、科将原《体育理论》课程分为体育概论和学校体育学两门课程进行试验性教学,有的还自编了教材。1985 年 9 月,北京体院率先出版了《体育概论》(试用教材)。在此基础上,1989 年 6 月,人民体育出版社正式出版了体育学院通用教材《体育概论》。国家教委于 1988 年 11 月、1991 年 6 月先后颁发了《全国普通高等学校体育本科专业目录》和《普通高等学校本科体育教育专业教学计划》,其中都规定了《体育概论》是体育教育专业的一门主要的必修课程。1993 年 4 月,国家教委体育卫生与艺术教育司组织编写了课程基本要求(见《普通高等学校本科体育教育专业十一门课程基本要求》,高等教育出版社出版)。这些文件的制定与颁发,不仅为我国体育概论课程的建设和发展作出了行政规定,而且为体育概论课程的教学大纲制订、教材建设、组织

教学、教学管理和评估等提供了指导性的理论依据,从而大大促进了我国体育概论课程的建设和发展。

但是《体育概论》作为一门新设置的课程,目前尚处于形成和发展阶段,它的研究内容和范围还未界定清楚,课程结构体系也不够完整,尚需加强建设,使之在今后的发展过程中进一步充实和完善。

在加强《体育概论》课程建设过程中,必须明确以下几个问题:第一,坚持以马克思主义为指导。马克思主义哲学为体育概论课程的研究和建设提供了世界观和方法论基础。把辩证唯物主义和历史唯物主义运用于体育概论的研究,可使我们对体育整体、体育与人和社会的关系,以及体育内部各因素之间的关系进行辩证分析,从而能从纷繁复杂的体育现象中概括出体育的本质特征,掌握其发展规律,加深对体育的认识。同时,马克思主义关于体育、教育等方面的论述,也为我们正确分析和解释各种体育现象,认识体育客观规律提供了理论依据。此外,体育概论课程的理论性和政治性很强,有些内容如体育的目的任务、体育体制、体育与社会的关系等直接和国家的政治经济制度、方针法规有关,因此体育概论课程的研究和建设,必须坚持党的基本路线,以我国有关的方针、法规和制度为依据,这样才能保证我国体育概论课程的社会主义方向,具有中国特色,并能在社会主义体育事业中发挥积极的指导作用。第二,坚持理论与实践相结合。理论来源于实践。体育概论课程是在研究各种体育现象——体育实践活动的基础上形成的,丰富多彩的体育实践是体育概论内容的主要源泉。体育概论对于各种体育实践不是直观描述,也不是简单的经验总结,而是对各种体育现象进行综合的具体的分析,抽象概括,经过去伪存真,去粗取精,由此及彼,由表及里的认识过程,把它上升到理论高度来认识,揭示这些现象的共性特征和规律,并回到实践中去检验其正确性,这样才使体育概论具有指导和推动实践发展的作用。第三,体育概论课程的建设和发展,还同许多学科的理论知识有着密切的关系。体育

概论课程内容有很多涉及到社会科学、自然科学的理论知识,因此在体育概论课程建设过程中,必须运用有关学科的理论知识,如哲学、政治经济学、社会学、管理学、遗传学、解剖学、生理学、教育学、心理学、体育史学以及各项运动技术原理等学科的理论知识,并以此作为理论依据,这样才有可能深刻认识和阐明各种复杂的体育现象之间的关系。第四,坚持“古为今用”、“洋为中用”的原则,处理好继承和创新、批判和吸收的关系。在建设和发展体育概论课程过程中,要密切注意国内外的体育实践和理论研究的动态,了解并研究体育科学研究中的新课题、新动向、新成果。对于符合客观规律的实践经验和理论研究成果,应予肯定,并结合实际有选择地予以继承和吸收。对于外国的经验和理论,既不可全盘接受,也不能采取虚无主义态度一概加以否定,要实事求是地进行分析,有的应予批判,有的可以借鉴,把一切好的、有益的经验 and 理论,特别是新理论、新方法都吸取过来,为我所用,为建设具有中国特色的社会主义《体育概论》课程服务。

普通高等学校体育教育专业开设《体育概论》课程,是为培养德、智、体全面发展、合格的中等学校体育师资服务的。根据国家教委体育卫生艺术司制定的《体育概论课程基本要求》,《体育概论》课程的教学目标是:使学生从总体上对体育有概括的认识,明确体育对人类社会和我国社会主义建设事业的重要意义,逐步树立辩证唯物主义体育观,为学习体育教育专业各门课程打下初步的认识基础。

课程的具体任务是:

一、学习掌握体育的本质、特点、作用、体育的基本手段等基础理论和基本知识。

二、使学生明确我国社会主义体育的性质、目的任务和制度,培养运用基础理论知识辩证分析体育有关问题的能力。

三、结合教学进行爱国主义、共产主义思想品德教育和专业思想教育。

根据课程的教学目标和具体任务,《体育概论》课程的教材包含绪言和六章内容。除绪言外,第一章至第六章分别为:体育的本质,我国体育的目的任务,体育体制,体育手段,体育科学,国际体育。

《体育概论》课程对于体育专业学生和广大体育工作者来说是十分重要的。首先,它可使我们知道什么是体育,了解体育的产生和历史发展过程,掌握体育的本质特点和功能作用,以及体育与人、体育与社会各个方面的关系和相互作用,从而可以掌握体育的客观规律,正确运用体育为人民和社会主义建设事业服务。其次,可以明确我国体育的目的任务和实现体育目的任务的途径、手段和要求,从而能把握体育的社会主义方向,为采用适当的手段和措施,正确进行体育工作提供了基本理论依据。第三,通过《体育概论》课程的学习,可以逐步树立正确的体育观,学会运用辩证唯物主义的立场、观点和方法分析各种体育现象,提高分析问题和解决问题的能力。

学习《体育概论》的基本方法是理论结合实践的学习方法。理论是十分重要的,但是脱离实践的理论是空洞的理论,没有实际价值。真正的理论不仅来源于实践,而且能够指导实践,实践是检验真理的标准。因此学习过程中应该做到:端正学习态度,认清学习体育概论课程的重要性,认真领会和掌握本门课程的基本理论和基本知识,并力求弄懂弄通;在学习理论的同时,要经常注意国内外各种各样的体育实践,并运用所学习的理论联系体育实践和自身以往的经验 and 认识,进行具体分析和比较,以加深对所学理论的理解,验证理论的正确性;要善于独立思考。学习理论不仅要密切联系实际,而且要由此及彼,由表及里,去伪存真地进行创造性思维,以深刻理解所学的理论,提高分析问题和解决问题的能力。

体育概论教学以课堂讲授为主,结合自学、辅导、课堂讨论、实际作业等方式进行,此外还可适当组织参观访问、调查研究,以巩固、加深和理解所学理论。

## 复习思考题

1. 体育概论课程的研究对象是什么？它的研究内容主要有哪些？
2. 建设和发展体育概论课程应注意哪些主要问题？
3. 怎样才能学好体育概论课程？

# 第一章 体育的本质

〔内容提要〕 什么是体育？这是体育概论首先要回答的基本理论问题。为了正确理解和认识体育本质，本章从体育的产生和发展、体育与人的身心发展、体育与诸社会现象间关系以及体育的科学理论基础方面加以阐述，以求在认识体育与诸事物的关系中，把握体育的根本性质，明确体育完整概念，树立马克思主义科学的体育基本观点。

## 第一节 体育的产生与发展

体育作为一种社会现象是随着人类社会的产生和发展而出现和演进的。在人类社会漫长的历史进程中，体育也象其他事物一样，经历了一个由萌生到发展到不断完善的过程，并且同整个社会保持着密切联系。因此，研究体育的起源和发展，必须将它置于人类社会进化发展的过程之中。

### 一、体育的产生

人类社会的任何事物的产生和发展都是以社会需要为根本依据的。体育在人类社会中已有悠久历史，要考察它的产生和发展可追溯到古代，因为那时人类已经存在着对体育的需求。然而史前人类尚未创造文字，因此对史前体育的考察，只能采取两种形式：一是根据历史学家搜集到的各历史时期文物进行研究；二是利用现存的原始部落和部族来考察，通过研究他们的文化习俗来推断。前者是属于考古学研究法；后者则属于社会学研究法。几个世纪以来，世界上许多专家学者对体育起源问题的研究提供了许多宝贵

资料,因而也产生了不同的认识和观点。我国体育界对于体育起源的认识尚未一致。现将其两种主要观点作一简要介绍。

### (一) 生产劳动是体育产生的唯一源泉

持这种观点的学者认为:劳动是人类的全部生活和活动的基础,所以体育也应该以劳动为基础,劳动是体育产生的唯一源泉,同时认为早在劳动之前就出现体育的观点是唯心主义的表现。例如,认为“游戏是本能的先天力量表现”的观点,混淆了人的有目的自觉的能动活动与动物无目的的不自觉的顺应自然活动之间的区别。

我国体育界长期以来接受这一观点,在第一本《体育理论》中就明确写到:“恩格斯第一次科学地阐述了劳动创造人类、劳动创造世界的原理……这些事实都说明体育产生于劳动,”持这种观点的学者认为,军事、宗教、卫生、教育等对体育的产生发展有着促进作用,也就是说它们在体育发展过程中起“催化剂”作用,而体育产生的源泉是唯一的,即生产劳动。

### (二) 体育的产生是多源的

持这种观点者认为:体育的产生不是一源,而是多源。体育产生于人类社会生活的两种需要:一种是社会生产活动的需要,另一种是人类生理、心理活动的需要。

《史记·卷二十四·乐书第二》中有这样一段话:“长言之不足,故嗟叹之;嗟叹之不足,故不知手之舞之足之蹈之”。这说明古人已经发现,当人的感情达到某种程度时,需要有一种表达来代替语言和感叹,这就是舞蹈和游戏等身体活动。人的这种对身体运动的需要不是来自生产劳动的需要,而是来自一种心理情感的需要。从这种意义上说,心理需要也是体育产生的源泉之一。

人除了在心理上需要体育来宣泄感情外,从人的生物本能上看,对体育也有一定程度上需要。动物除了捕食、逃避敌害等的身体运动形式外,还有其他各种身体运动,如动物间耍戏、追逐等,这对保持发展动物的机能具有重要的生物学意义。人尽管脱离了低

等动物,然而仍然保留了部分动物的生物本能。人对运动的需求乃是一种生物本能的延续。当然,动物的这种本能的需求,不能同人的体育活动相提并论。因为动物的这种本能运动是一种无目的、无意识的活动,而人的体育活动则是一种有目的有意识的文化活动。但也不能完全否定人对体育的需求带有生物本能性质。观察所有的儿童,几乎无一例外地都喜爱运动。在学校里越是年级低,学生对体育活动的积极性越高。儿童运动不一定有什么明确的目的性,往往是他们的生物本能驱使所至。随着年龄的增大,不断增加社会交往和接受学校的教育,人的社会性日益加强,人的生物性就会受到抑制或减弱。因此,体育的产生也是人类生物本能需要的一种发展和升华,如同人类社会中的性爱和婚姻一样,是从动物繁殖后代的生物本能上升为一种高级的人类特有的文化形态。我们不能因为它现在的形态超出了生物本能,而否定生物本能需要是现在文化形态的根源。

就体育产生的动因而言,除了劳动需要以外,还有适应环境的需要、对付同类袭扰的防卫需要、同疾病作斗争的生存需要、表达和抒发内心各种感情的需要等。据《路史·阴康氏》载:“阴康氏时,水陔不疏,江不行其原,阴凝而易闷,人既郁于内,腠里滞著而多重髓得所以利其关节者,乃制之舞,教人引舞以利导之,是谓大舞”,上述史料所记“消肿舞”产生过程,这些人类有意识地用以改善自身健康,增强体质的身体活动,都未必产生于劳动之中,也不一定是生产劳动的需要,而是人们为了更好地适应环境生存和生活的需要。

综上所述,体育作为人类有目的、有意识的一种社会活动,是为了适应社会的需要(其中包括社会生产和生活需要)和人本身生理和心理的需要而产生。

## 二、体育的发展

随着人类社会产生而萌发的体育,同样也随着社会进步而发



展和完善。

### (一) 萌芽时期的体育

原始社会是人类社会的初级阶段,也是体育的萌芽时期。原始人的生活条件非常严酷,他们只能靠采集野果、狩猎、捕鱼等方法搜集各种食物,维持生存。原始人的思维还很不发达,生产工具非常简陋。他们的劳动主要靠身体活动,靠快跑或长途跋涉去追捕野兽;靠攀登和爬越去采集野果;靠游水去捕鱼等等。原始人类这些活动,其根本目的是为了生存,严格地说,这些活动还不能称之为体育,只能称为生活和劳动。原始人在生产水平十分低下的情况下,不可能有明确分工,许多社会活动之间还没有清晰界线。原始社会的体育和教育、军事、医疗卫生、娱乐、宗教等活动,相互联系,互相促进,共同进化和发展。在原始社会中,教育主要都是一些生产技能的传授,生产技能又多是体力劳动,因此,体育既是教育的主要内容,也是教育的重要手段,很难将原始的教育活动与体育活动截然分开。体育在这一时期的主要特征为:平等性、非独立性和直接功利性(更直接地为人类的生存和延续服务)。在原始社会虽不复杂但却极其艰苦的劳动中,娱乐性和竞技性即使存在,也不是体育的主要特征,因为原始社会萌芽时期的体育更接近于一种生活技能教育。

### (二) 形成独立形态的体育

原始社会的瓦解是随私有制的出现而开始的。恩格斯指出,专一婚制是巨大的历史进步,家庭变为最重要的社会现象之一,它为儿童的教育(包括体育)提供了场所。而奴隶制的产生给社会所带来的一个重大变化就是产生了学校。只有这时,教育(包括体育)才有可能作为一种独立现象,从生产劳动和社会生活的其他领域中分离出来。剩余产品是随生产力的进一步发展而出现并逐渐增多的,它为私有制的产生准备了条件,另一方面,也为一部分人脱离生产劳动而专门从事教育和体育活动提供了可能。国家的出现,使培养统治人才成为急需,教育成了为统治阶级培养人才的工具,具