

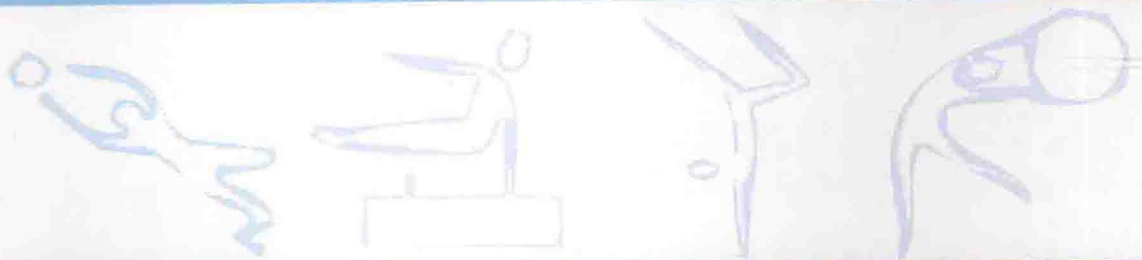


普通高等学校体育教育专业主干课教材
全国高等学校体育教学指导委员会审定

体育概论

(第二版)

杨文轩 陈琦 主编



 高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

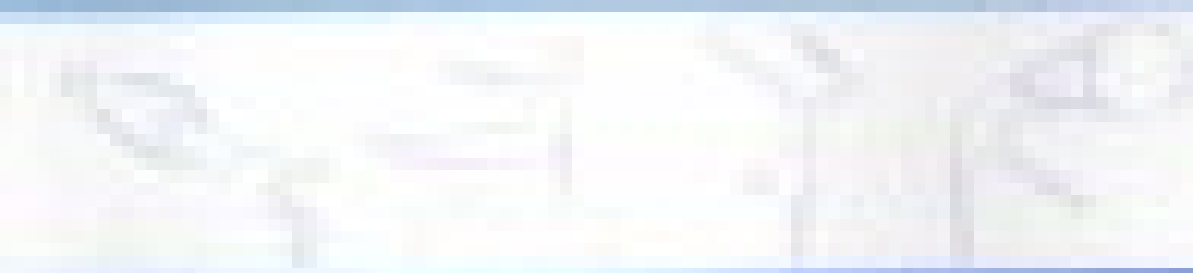


中国体育科学出版社
CHINA SPORT SCIENCE PRESS
北京 100081

体育概论

（第二版）

陈先明 主编 王雷 副主编



中国体育科学出版社

普通高等学校体育教育专业主干课教材 / 全国高等学校体育教学指导委员会审定

TIYU GAILUN

体育概论（第二版）

杨文轩 陈琦 主编

内容提要 / 本书为普通高等学校体育专业主干课系列教材之一。体育概论作为体育人文社会学的一门指导性学科,承担着研究体育基本特征和发展规律,剖析体育本质的任务。本书紧密围绕本科教育的教学要求,突出基本理论和基本知识,重视教材的思想性和科学性,反映时代特色,力争在教材内容和体系上有所突破。内容包括引论、体育概念、体育功能、体育目的、体育过程、体育手段、体育科学、体育文化、体育体制和体育发展趋势等。

本书既可作为普通高等学校体育专业的基础性教材,也可作为体育理论研究者的参考书。

图书在版编目(CIP)数据

体育概论 / 杨文轩, 陈琦主编. -- 2版. -- 北京: 高等教育出版社, 2013.8

ISBN 978-7-04-037790-3

I. ①体… II. ①杨… ②陈… III. ①体育—高等学校—教材 IV. ①G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 137004 号

策划编辑 范 峰
责任编辑 范 峰
封面设计 张志奇
版式设计 张志奇
责任校对 张小楠
责任印制 刘思涵

出版发行 高等教育出版社
社址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印刷 山东鸿杰印务集团有限公司
开本 787mm×960mm 1/16
印张 17

字数 280千字
购书热线 010-58581118
咨询电话 400-810-0598
网址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版次 2005年7月第1版
2013年8月第2版
印次 2013年8月第1次印刷
定价 26.80元

修订说明

体育概论是从宏观上、整体上综合研究体育的本质、基本特征及其一般规律的学科。体育概论是普通高等学校体育专业的主干课程之一，是体育专业学生全面了解体育的指导性课程，也是学生学习体育专业的逻辑起点。

《体育概论》自2005年出版以来，得到了国内众多体育同行的认可，教材也得到了比较广泛的使用，为此我们感到欣慰。但我们也深知这本教材还有许多缺陷和不足，通过多年来对使用学校意见反馈的了解，我们收到了许多好的修改建议。

此次再版修订，是在2005版的基础上进行的全新修订。修订的过程经过了精心策划，前后历时8个月时间，编写组先后召开了编写会和统稿会，就教材中的一些问题和修订方案进行了多次研讨。本次修订，我们根据大家的意见对教材作了如下修改：

1. 调整了教材的框架体系，使教材的逻辑体系更严谨、更科学。
2. 紧扣当代体育的发展趋势，尝试在教材内容的编排与呈现方式上大胆突破，力求通过教材编写的变革推进“体育概论”课程的教学改革，努力提高“体育概论”课程的教学水平。
3. 在保留原有教材学术性的基础上，强调贴近本科生的实际，适当穿插了“知识链接”“原著选读”“观点争鸣”等内容，突出教材的可读性。
4. 强调突出内容选取的科学性和反映体育概论研究的最新学术成果。在内容组织上，补充了相关内容的最新研究成果，删掉了陈旧的内容。

修订后的《体育概论》由引论、体育概念、体育功能、体育目的、体育手段、体育过程、体育科学、体育文化、体育制度和体育发展趋势9章内容组成。编写人员由博士生导师、教授和博士组成，均有着多年的体育概论研究与教学经验。各章的编写分工如下：引论（杨文轩，华南师范大学）；第一章（陈琦、辛利，广州体育学院；杜舒书，华南师范大学）；第二章（杨霆、张晓义，吉林大学）；第三章（邓星华，华南师范大学）；第四章（于文谦、苗治文，辽宁师范大

学)；第五章(李宗浩，天津体育学院；张志勇，山东师范大学)；第六章(陈融，福建师范大学)；第七章(余万予，江西师范大学)；第八章(金育强，湖南师范大学；赵乃虹，广州体育职业技术学院)；第九章(程传银，南京师范大学)。全书最后由杨文轩教授和陈琦教授统稿。

在本教材的修订过程中，编写组进行了多次研讨，高等教育出版社的尤超英编审和范峰编辑对教材修订提出了很好的修改意见，杨文轩、陈琦、杨霆、李宗浩、陈融等教授提出了许多建设性的修改意见。本教材的修订工作得到了华南师范大学增城学院的大力支持，体育学刊的李寿荣编审和邓星华博士也提供了热心的帮助，在此一并表示衷心的感谢！

在体育课程不断发展和改革的进程中，体育概论也在不断地进步和发展，新的理论研究成果和新的思想不断涌现。鉴于此，我们的再版修订仍有一些不尽如人意之处，恳请各位同仁和广大师生批评指正！

《体育概论》编写组

2013年5月

郑重声明 / 高等教育出版社依法对本书享有专有
出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反
《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相
应的民事责任和行政责任；构成犯罪的，将被依
法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者
的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，
我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯
罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如
发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励
举报有功人员。

反盗版举报电话：

(010) 58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真：

(010) 82086060

反盗版举报邮箱：

dd@hep.com.cn

通信地址：

北京市西城区德外大街4号

高等教育出版社法务部

邮政编码：

100120

目 录

1	引论	105	第五章 体育手段
		107	第一节 体育手段概述
		108	第二节 身体运动与体育运动技术
		116	第三节 体育运动项目
9	第一章 体育概念	129	第六章 体育科学
11	第一节 体育的概念与定义	131	第一节 体育科学的形成和发展
23	第二节 体育的分类	139	第二节 体育科学的三维视角
		145	第三节 体育科学体系
29	第二章 体育功能	155	第七章 体育文化
31	第一节 体育功能概述	157	第一节 体育文化的概念与含义
35	第二节 体育的本质功能	160	第二节 中西方体育文化的比较
44	第三节 体育的延伸功能	171	第三节 奥林匹克文化
		178	第四节 体育文化的继承与创新
53	第三章 体育目的	187	第八章 体育体制
55	第一节 确定体育目的的依据	189	第一节 体育体制的概念及其构成
60	第二节 体育目的与目标及其关系	195	第二节 体育体制的特点与作用
69	第三节 实现体育目的、目标的基本途径 和要求	198	第三节 外国体育体制
		211	第四节 我国体育体制改革的趋势
77	第四章 体育过程	225	第九章 体育发展趋势
79	第一节 体育过程概述	227	第一节 从人发展的角度看体育发展趋势
87	第二节 体育过程控制	239	第二节 从社会发展的角度看体育发展趋势
92	第三节 体育过程的类型	256	第三节 从体育全球化角度看体育发展趋势

引 论

体育是伴随着人类起源和发展而形成的一种伟大的、有关人类身体实践的文化活动。在长期的历史发展中，反映这种实践活动的理论也在逐渐发展和成熟。20世纪后半叶，这些片断的理论逐渐体系化，统称为体育科学，简称为体育学。

体育概论是关于体育学的要略论述，是体育专业的一门主干课程，也是刚跨入大学之门的体育学子全面了解体育与体育学的指导性课程。

体育概论的引论部分包括以下几个方面的内容：

一、体育学的产生与发展

体育学是研究人的身体全面发展的一般规律的学科。它揭示和分析与体育相关的因素，研究体育的一般规律及其在理论上表现的具体形式，揭示体育过程的内在结构，在不同形式的体育过程和与之相似的社会现象中寻找共同点。因此，体育学是从宏观上研究体育的一门学科，它从整体上认识体育全过程的一般规律，抽象地反映出体育的主要特征，准确揭示其本质，以使体育这种社会实践活动朝着更有利于人的全面健康发展。

体育学在我国产生与发展可以分为以下5个阶段：

（一）初步形成阶段

我国体育学的形成源于对体育原理、体育基本理论问题的探索。1917年，

毛泽东（二十八画生）在其发表的《体育之研究》中较为系统地探讨了体育的含义、体育的功效、体育在“三育”中的地位以及体育锻炼的方法等。随后，一批著作的出版使带有学科性质的体育学研究得以起步。其主要论著有罗一东的《体育学》、方万邦的《体育原理》以及袁敦礼、吴蕴瑞合著的《体育原理》。这些论著的出现，标志着我国开始在体育实践的基础上重视体育理论的研究，“体育是教育的一部分”成为体育理论和实践工作者的共识，同时，学者们对于体育的专项训练和教育方法等问题也进行了探讨。但在这个阶段，体育主要是根据运动项目的分类作为高等院校的课程，真正意义上的体育学学科体系尚未形成。

（二）引进与移植阶段

新中国成立后，我国在全面引进苏联体育制度的同时，也引进了苏联的理论体系。这一阶段，以巴甫洛夫高级神经活动学说为基础的体育教学、运动训练体系初步形成。1952年，我国请来了苏联专家系统讲授体育理论，由于民族风俗、语言习惯的不同，苏联体育理论界广泛使用的“身体文化”“体育”和“竞技运动”等术语，却被我国翻译成了“体育”“体育教育”和“运动”。由于对体育基本概念和术语的使用不能一一对应，体育界对体育基本理论的认识开始出现了一些偏差，在体育实践上，过于强调了运动。

（三）探索与总结阶段

在苏联体育理论的基础上，我国开始建设自己的体育理论体系。1961年，体育学院本科教材《体育理论》出版。这本教材是在借鉴苏联体育理论成果并结合我国实际的情况下编写的，在教材体系和内容方面也有了明显变化，在一定程度上反映了新中国体育的实践经验，但在总体上仍然没有完全摆脱苏联体育理论的框架。¹这一阶段主要研究的是体育教学、运动训练原理与方法的问题，没有涉及人和社会的研究领域，内容比较贫乏、肤浅。同年，第一个由国家统一制定的《高等学校通用专业目录》颁布，其中列出的体育专业设置有7种：体育、田径运动、体操、球类运动、游泳、水上运动和武术，试办专业为运动保健。²在此基础上，我国逐步

1 周西宽. 体育基本理论教程[M]. 北京: 人民体育出版社, 2004: 7.

2 杨桦. 关于加强体育学科建设的思考[J]. 成都体育学院学报, 2011(1): 1~5.

建立起了具有中国特点的体育理论体系，为中国体育学的发展起到了奠基性作用。

（四）挫折与停顿阶段

“文化大革命”期间，我国的体育学发展基本上处于停滞状态，从而拉大了与世界先进体育国家在现代科学体育理论建设方面的差距。

英国利兹大学的摩根和亚当逊在 20 世纪 50 年代末创设了一套科学的健身方法——循环锻炼法（circuit training）。从 60 年代起，欧美国家开始运用现代科学理论对体育的方法和理论进行解释，从而开始了现代科学体育理论与方法的研究，并开始改革传统体育的运动教学模式。日本著名运动医学专家猪饲道夫创建了运动处方理论，有效地指导了学生的身体锻炼。

70 年代初期，国际体育联合会（FIEP）秘书长安德鲁斯进一步阐明了体育与运动竞技、身体娱乐之间的关系，否定了多中心、多本质的体育体系，为体育教育、运动竞技、娱乐休闲等多元理论建设和发展提供了契机。

（五）发展与丰富阶段

1978 年，在北京体育学院召开了《体育理论》教材座谈会，会议决定以广义的体育运动为基础，在 1961 年教材的基础上扩展编写内容。¹ 历经三年，面目全新的《体育理论》教材于 1981 年由人民体育出版社出版。该教材进一步明确了本课程的研究对象，将体育理论课程的内容和整个体育理论的研究对象区别开来，根据体育院系的培养目标和教学计划的规定，将我国体育的目的和任务、体育制度、体育手段、体育教学、学校体育、运动训练、体育锻炼和群众体育等作为本课程的基本内容；规范了有关的术语，如关于“体育”一词的概念，只以狭义的体育和广义的体育加以区别等；克服了“以阶级斗争为纲”“体育是阶级斗争的工具”等“左倾”思潮片面的甚至错误的观点；引进和吸收了国外一些有益的理论经验。该教材的出版，满足了 20 世纪 80 年代体育理论教学的需要。随后，我国体育理论界开始酝酿筹建新学科，运动训练学、学校体育学、群众体育学和体育概论等从体育理论中分化出来，这标志着体育学发展到了一个新的阶段。

随着社会的发展，体育学的学科体系和大学的课程设置日趋成熟。1980 年，

1 刘绍曾. 体育理论学科发展之演变 [J]. 北京体育大学学报, 1994 (3): 50~55.

全国人民代表大会通过了《中华人民共和国学位条例》，并经国务院批准成立了国务院学位委员会，开始实行学位制度，体育学毕业生所授学位为教育学学位。1992年，国家技术监督局发布了《全国普通高等学校人文社会科学研究管理系统手册》，体育科学被列为一级学科。1997年6月，国务院学位委员会颁发了《授予博士、硕士学位和培养研究生学科、专业目录》，体育学被设置为教育学门类下的一级学科，下设体育教育训练学、体育人文社会学、运动人体科学和民族传统体育学4个二级学科。

在这一时期，我国体育学学科专业体系基本形成。其发展特点是：进一步深化了对体育学学科本质和属性的理解，体育学学科发展日趋规范，学科设置与社会需求紧密结合，体育学在整个科学体系中的地位逐步提高，学科建设进入一个良性发展的大好时期。¹

二、体育概论的学习目的与意义

体育概论旨在探讨体育的基本概念，力图增进人们对体育本质的准确把握；深入揭示体育发展的一般规律，力求使体育中的各种关系得到更加完整的阐释；引导人们以实事求是的科学态度，发现并探讨体育实践中的各种问题，提高体育工作者鉴别是非和分析实际问题的能力；探讨体育基本功能及其过程，并从宏观上认识体育的制度、途径、方法和手段，探索未来体育和世界体育的发展趋势。

体育涉及绝大多数人的文化生活和青少年的教育，学习体育概论具有重要的现实意义。

（一）建立良好的体育价值观念

学习体育概论有助于从宏观上更深刻地认识体育，在整体上更准确地理解体育，使全社会形成全面、准确的体育价值观；有助于人们树立坚定的体育信念，形成正确的体育态度；有助于启发体育实践工作者的自觉性，使他们不断树立事业心和责任感。

¹ 杨桦. 关于加强体育学学科建设的思考[J]. 成都体育学院学报, 2011(1): 1~5.

（二）提高对体育和体育科学的全面认识

学习体育概论有助于丰富和扩展人们对体育的了解，提高人们体育参与的自觉性和主动性；有助于提高人们对体育科学的认识，提高各项体育活动的科学性，使人们能更有效地增强体质和提高运动技术水平。

（三）提高指导体育实践活动的理论水平

学习体育概论有助于提高工作者的自我反思和发展能力，更好地把握体育理论知识，拓宽体育工作的理论视野；有助于发现体育实践中的矛盾并挖掘根源，从而科学地指导体育实践，提高对各项体育工作的前瞻和宏观把握能力。

三、体育概论的内容体系和学习方法

（一）体育概论的内容体系

体育学是为了让体育的初学者认识和了解体育的本质、功能、目的、过程、手段、制度，并说明体育未来发展趋势的学科。因此，本教材涉及的主要内容主要有以下几个方面：①体育概念；②体育功能；③体育目的；④体育过程；⑤体育手段；⑥体育科学；⑦体育文化；⑧体育体制；⑨体育发展趋势。

（二）学习体育概论的要求

1. 坚持以马克思主义唯物辩证法和唯物史观分析问题

马克思主义唯物辩证法和唯物史观是我们研究体育概论的指导思想和根本方法。因此，要善于运用辩证法作为思想武器，不要走极端。学术探讨在于求真、建设。这就需要心平气和、平等待人，谩骂和指责都不能解决问题。在学习过程中，要用唯物辩证法来分析问题，要用全球性视野来看待问题。例如，关于体育教育与竞技运动的分合讨论，关键不是两者的分合，而是要能按两者各自的规律和方法办事。如果不从本质上看问题，非要把它分开来，是不符合中国体育实践发展需要的。

同时，我们也要用发展的观点看问题，对体育的研究不应该单一地、片面地、静止地描述和分析，而应该将其置于经济社会发展的大背景下，紧密结合体育实践，并树立为体育实践服务的观念。体育是历史发展的产物，而历史从来就不是静

止和排斥现实的，更不会毫无内在规律地机械发展。对它的学习和研究必须贯彻历史与逻辑相统一的观点和方法，否则就看不到体育发展的清晰过程，更无法揭示体育发展的规律。

2. 坚持百家争鸣的学术方针

提倡兼容并蓄，博采众长，坚持真理。在研讨过程中，师生关系是平等的，教师提出新观点应持之有据，言之有理，不应将观点强加于人，而应提倡畅所欲言、各抒己见的课堂风气。

学习与研讨体育概论，重点不在已有定论的知识，而是通过研讨发现问题。讨论问题的标准是真理，而不是书本，更不是某个人的言论。学术无禁区，科学在创新。若非如此，就会认为百科全书、辞典、辞海最科学。如果这样，学术研究何谈科学和民主。科学的东西，在它刚出现时，可能不为大多数人接受，只占少数，甚至处于劣势、困境。但无论在什么情况下，都要坚持真理。达尔文（1809—1882）的“生物进化论”从提出到被承认，经历了一个遭许多人诋毁、谩骂等攻击的漫长过程；哥白尼（1473—1543）的“日心说”也遭到了许多人的攻击；文艺复兴时期，意大利哲学家、自然科学家布鲁诺（1548—1600）宣扬哥白尼的“日心说”，因坚持信念被判处火刑，烧死在罗马鲜花广场上；社会学的创始人孔德（1798—1857），生前被正统学府和当权阶级怀疑为异端的学者，他的许多思想在他死后才得到重视和公认。然而，科学就是科学，它不会因处于劣势、少数地位而被埋没。学习和研讨体育概论也会碰到各种各样的问题。这就要求我们要勇于捍卫真理，不要怕自己是少数，不要担心自己的观点不被他人接受。

3. 坚持理论与实践相结合

学习体育概论，必须坚持理论和实践相结合的原则，突出体育概论研究的现实指导性。体育概论试图在体育理论与实践之间寻求到契合点，架起沟通体育理论与实践的桥梁。体育实践是体育理论的起点，也是其归宿，我们要反对体育概论研究中的“闭门造车”和“拿来主义”现象。在当前的体育改革进程中，提出“理论先行”，就是为理论研究提出更新、更高的要求，因为没有理论指导的改革是盲目的，也是低效的。但是，如果理论研究不与实践相结合，不与现实社会的发展同步，这种理论即便再完美，也只能被束之高阁而无人问津。

4. 坚持不断创新发展的观点

我国的体育概论是中国特色体育理论体系的重要组成部分。它必须从我国国

情出发，与我国经济社会发展相适应。同时，它又必须具有国际视野，具有国际性。体育概论的创新和发展，要建立在对中国国情有深刻理解、对中国体育科学发展有深入分析、对体育发展规律有准确把握、对世界体育领域变化有全面了解的基础上，构建出一个能够反映体育本质和规律的体育学学科体系，用以解读体育的现实，指导体育实践的发展。

（三）体育概论的学习方法

在体育概论的课程教学中，应大力提倡启发式教学，可采取以下步骤：一是提示引导，教师的讲授只起引导作用，突出学生学习的主体地位。因此，学生在学习期间必须积极主动地获取知识，并自我构建体育知识理论体系；二是阅读、准备讨论，编写讨论发言提纲，教师在教学过程中要随时准备回答学生提出的问题。培养学生对理论问题的分析能力，是本门课程的主要任务；三是讨论和总结，要求学生做专题学习发言。通过以上教学步骤，培养认真思考身边的体育现象和体育问题的能力，努力提高分析和解决体育问题的能力。

第一章 体育概念

导 言

体育是什么？体育怎样分类？本章借助逻辑学的知识，通过给体育下定义的方法揭示了体育的内涵，解答了“体育是什么”的问题。通过对体育进行划分，明确了体育的外延，解答了“体育怎样分类”的问题。其中，对体育教育、竞技运动、健身休闲这三种重要的体育形态做初步的了解。