

高校体育文化教育研究

包娅 刘洋 著



“国家一级出版社”  中国纺织出版社 “全国百佳图书出版单位”

高校体育文化素质教育研究

王 健 著



ISBN 7-309-04830-9 定价: 25.00元 (含邮费) 07.09 印刷

中国纺织出版社

地址：北京朝阳区东三环北路38号

邮编：100022

电话：(010) 64283800

网址：http://www.c-textile.cn

高校体育文化教育研究

包娅 刘洋 著

中国纺织出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高校体育文化教育研究 / 包娅, 刘洋著. — 北京:
中国纺织出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5180-4175-6

I . ①高… II . ①包… ②刘… III . ①体育文化—教
学研究—高等学校 IV . ① G80-054

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 252920 号

责任编辑: 武洋洋

责任印制: 储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码: 100124

销售电话: 010-67004422 传真: 010-87155801

[http: //www.c-textilep.com](http://www.c-textilep.com)

E-mail: faxing@e-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 [http: //www.weibo.com/2119887771](http://www.weibo.com/2119887771)

虎彩印艺股份有限公司印刷 各地新华书店经销

2018 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 787 × 1092 1/16 印张: 16.375

字数: 370 千字 定价: 78.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

前 言

文化既是一种社会现象，又是一种历史现象，体现出十分复杂的特征。体育文化作为文化的一种，也具有传承性与时代性。体育教育是高等教育的重要组成部分，是培养德、智、体、美全面发展人才必不可少的重要内容。体育文化作为人的身心健康和全面发展为目的的身体运动及其相关文化体系，其目的与教育的目的有不谋而合的相似点。

近年来，随着高等教育的不断发展，人们重新审视了学校课外体育活动和体育竞赛的作用和价值，期盼着丰富多彩的体育文化能走近校园，强烈呼唤变革和创新传统单一的校运会模式。在这种形势下，体育教学的内容和形式更加贴近时代的潮流和在校学生的需求，体育的内容和形式都有了很大的变化，很多兼具健身性和娱乐性的体育课程已经进入高校体育教学中，而且受到了大学生的欢迎，各种形式的教学形式在高校体育教学中蓬勃发展，呈现了良好的势头，促进了体育教学，丰富了高校体育文化形式，提高了高校学生参与体育文化活动的热情，培养了学生终身体育文化意识。

高等院校是培养高素质人才的摇篮，肩负着全面提高国民综合素质的重要任务。高等院校对学生的培养必须注重综合素质的全面提高。健康的体魄、全面的健身知识是新时期普通大学生必须具备的，但是大学体育的学时有限，这需要学校通过加强校园体育文化建设来弥补体育课堂教学的不足。校园体育文化教育一直是校园文化建设中重要的话题，《高校体育文化教育研究》从体育与文化理论概述、高校体育文化、我国大学体育文化演变分析、高校体育文化的交流与传播、高校体育文化建设、体育运动的人文价值、高校体育教学中传统体育项目、体育文化遗产的传承与保护等九个部分，引用各种案例，运用文献资料、数据调查、逻辑推理的方法，以体育文化理论为出发点，对高校校园体育文化的模式、历史演变、传播交流以及传承与保护，尤其对体育运动的人文价值等诸多问题进行了讨论和分析，并根据发展的趋向，运用国内外经典案例提出新时期高校校园体育文化建设的方向。

本著作由汉口学院的包娅和刘洋编写，包娅负责编写第六章、第七章、第八章和第九章（共计约18.5万字）；刘洋负责编写第一章、第二章、第三章、第四章和第五章（共计约17万字）；最后由包娅和刘洋共同统稿完成。

编 者

2018年1月

目 录

第一章 体育与文化理论概述.....	1
第一节 文化的定义与发展.....	1
第二节 体育文化的概述.....	8
第三节 体育文化的模式初探研究.....	20
第二章 高校体育文化.....	34
第一节 校园体育文化的理论概括.....	34
第二节 高校校园体育文化的理论概括.....	47
第三节 高校体育文化的结构与内容.....	57
第三章 我国大学体育文化演变分析.....	66
第一节 研究分析框架.....	66
第二节 各时期体育文化要素特征分析.....	70
第四章 高校体育文化的交流与传播.....	87
第一节 高校体育文化传播途径.....	87
第二节 高校体育文化传播存在的问题.....	96
第三节 高校体育文化交流与传播的冲突.....	99
第五章 高校体育文化建设.....	104
第一节 高校体育文化精神建设.....	104
第二节 高校体育文化物质建设.....	110
第三节 高校体育文化制度建设.....	114

第六章 体育运动的人文价值	121
第一节 田径运动——超越自我，昭示回归自然	121
第二节 水上运动——跨越天堑，打破水上障碍	130
第三节 冰雪运动——千里冰封，挑战无限世界	134
第四节 户外运动——适应环境，重新学会生存	140
第五节 球类运动——竞技文化，尽显人生风采	148
第六节 极限运动——挑战自我，感悟生命活力	167
第七章 高校体育教学中的传统体育项目	175
第一节 健身走与健身跑	175
第二节 健美操与体育文化	187
第三节 瑜伽与体育文化	199
第四节 太极拳与体育文化	208
第五节 游泳与体育文化	218
第八章 体育文化遗产的传承与保护	225
第一节 文化遗传与体育文化遗产释义	225
第二节 中国体育文化遗产的现状与发展趋势	226
第三节 中国体育文化遗产传承与保护的策略	229
第四节 高校体育文化与体育文化遗产的传承与保护	233
第九章 体育文化现代化	239
第一节 体育文化的现代化转型	239
第二节 全球化对体育文化的影响	243
第三节 高校体育文化现代化的发展策略	249
参考文献	255

第一章 体育与文化理论概述

毛泽东主席曾说过“身体是革命的本钱”。现代社会各方面都在不断地进步，对人才的要求也越来越高，竞争可以说无处不在，而且越趋强烈。一个人要想在当今这个社会更好地生存下去，首先得有一个强健的体魄。尤其对大学生而言，身体就是他们服务社会的本钱，因此一个强健的体魄使我们能在不同的社会生活环境、自然环境（特别是艰苦的环境）中独立生存下去，这对自身的生存和发展是非常重要的。

第一节 文化的定义与发展

一、文化的定义

人类从野蛮到文明，靠文化进步；从生物的人到社会的人，靠文化教化；人们千差万别的个性、气质、情操、风格也靠文化培养。人们全部生活的意义及存在价值都离不开文化。今天我们正在建设一个具有中国特色的、现代化的和谐社会，也必须从现存的文化基础出发，去开创新的历史格局。

1. 什么是文化

“文化”一词的社会学含义，是 19 世纪后期和 20 世纪初期随着社会学、人类学而赋予的。最初只是把它定义为：“以广泛的民族意义而言，……文化或文明乃是一复杂的整体，包括知识信仰艺术道德法律风俗即作为社会成员的个人而获得的任何能力与习惯”（E. B. Tylor :《原始文化》）后来又被补充修正为：文化是一种复杂体，包括实物、知识、信仰、艺术、道德、法律、风俗和习惯（M. M. Willey :《社会导论》）。通常而言，文化有狭义和广义两种含义：狭义的文化主要是指人类社会意识形态及与之相适应的制度和设施；广义的文化指人类所创造的物质财富和精神财富的总和及其创造过程。严格地说，“文化”一词是一个发展变化的概念。在中国古籍上，文化主要指文化教化，与武功相对立。在西方，文化一词来自拉丁文“cultura”，主要是指耕作、培养、教育、发展出来的事物，是与自然存在的事物相对应而言的。随着历史的演变，文化一词在不同的时期，其含义也有所变化。

2. 文化的性质

根据文化的定义,可以看到文化具有非遗传性和超个人性,文化还具有复合型和象征性。就文化的时间和空间存在而言,还具有以下的社会学特点。

(1) 文化的继承性

人类的文化,随着物质生产和人口生产的发展,是具有历史的连续性的,甚至是可以形成传统的。文化的继承性,使文化成为一个整体,而非散漫无规则的无序状态。由于文化的继承性,同一民族在不同的时代,总会有共同的东西。这就使文化因素具有超时代性。对文化的继承过程,也就是文化的过程。文化的继承是有选择的、批判性的。在文化继承的过程中,人们总是批判传统文化,有选择地继承。我国体育文化具有悠久的历史,各种养生导引术,武术技击,民间游戏娱乐等,经历了几千年的承袭、发展、演变、成为当今世界体育文化中的瑰宝,充分证明了文化的继承的存在,也充分证明中华民族是世界上文化传统最优秀的民族之一。以奥林匹克运动为代表的欧洲竞技体育,在古代延续了1000年,共举行了293届奥运会。由于战争等原因,古代奥运会被迫中断。但在约1400年后,近代奥运会又重新勃起,这虽然是一种间接的继承,然而正好说明,凡是一种进步的文化,总会得到历史的承认,而被继承下来。现代奥运会已经举行28届,可以遇见它的生命力一定会大大超过古代奥运会。

(2) 文化的时代性

有本书曾经这样说过,一定时代有其一定特点,这一定特点必然导致一定的发展规律和一定的发展方向,也正是在这个时代的发展规律和发展方向中,这个时代才充分表现出来。文化的时代性要反映这个时代的特点,必须表现这个时代的发展规律和发展方向。的确如此,每个时代都有不同于其他时代、特殊的物质生产方式、特殊的人与自然的关系(在阶级社会中就是特殊的阶级关系)。因此文化也具有特殊的性质。事实上任何文化的发展都不是一成不变的,都具有一定的时代特点和差异。时代的经济和政治变动得越激烈,这种特点和差异就越明显。然而,在同一时代里,并非每一种文化都具有时代性。应该严格区分这两种文化,既反映时代精神、具有时代性的文化和不具有时代性而只具有时代烙印的文化。只有这样才能把握文化的发展方向。体育运动的时代特征是十分鲜明的。例如,古代奥运会进行的项目主要是田径、摔跤等个人项目,那是在希腊奴隶制走向民主政治,提倡个性解放时代的必然产物。而到了20世纪的现代奥林匹克,则越来越多地增加了集体项目,如球类比赛等,深刻地反映出了工业大生产条件下的一种新型人际关系。现代奥运会是全世界200多个国家和地区参加的体育盛会,而古代奥运会只不过是古希腊一些城邦参加的地区运动会。由于国际政治、经济、文化、科技的飞速发展,现代奥运会所代表的竞技体育,几乎在每十年中,甚至每一届奥林匹克运动会的四年之间,都可以看出新的时代特征。

(3) 文化的民族性

每个民族的文化都有着不同于其他民族文化的特点,这就是文化的民族性。任何形态的民族文化,都是从本民族的特点而形成和发展的。它把本民族凝聚为一个整体,具有独特的民族个性和社会心理意识。每个文化所蕴藏着的,并从多侧面显示出来的这些特征,是有不同的地理环境、人种特点、生产条件、社会结构造成的。每个民族都是一个世界,其内部由于阶级、阶层、职业、信仰等的种种差异,各色人等的文化心理呈现复杂的状态。然而,一个民族总是有共同的历史渊源,承接着大体一致的文化积淀,因而每一个民族往往又带有倾向性的心理素质和 cultural 特征。不重视文化的民族性,抛弃文化的民族个性,就会陷入民族虚无主义。但是,过分强调文化的民族性,无视文化的世界性,这都是不可取的。体育运动的民族性十分强烈。我国 56 个民族各有自己的民族体育形式,如傣族的泼水节,苗族的踩花节、侗族的三月三、白族的三月街、朝鲜族的荡秋千、藏族的春节、蒙古族的那达慕、宁夏藏族的响浪节,黎族的火把节,都有多姿多彩的民族传统体育。全世界两千多个民族更是以各种各样的体育活动形式和内容,组成了一个蔚为壮观的体育大千世界。

(4) 文化的世界性

在当今世界,任何一种文化,都是属于全人类的,纯粹的、独立的民族文化是不存在的。现代人类学的研究成果证明各民族的文化,其实是大同小异的。文化的世界性表现在以下两个方面:其一,文化是可以通过各种传播媒介传到世界各个角落中去的人类绝大部分文化形式都可以在各民族中相互沟通。正是因为这个缘故,文化中存在着大量的冲突、交流、选择、融合等现象。体育运动是一种最便利的条件、这就是构成体育运动国际化的一个重要因素;其二,文化财富为全人类所共有。任何一个民族所创造的物质文明和精神文明都是属于全人类的,任何一个民族文化都是世界文化的一部分,它或多或少于其他民族相互影响。越是接近现代,越是如此。文化的民族性和世界性之间存在一种辩证的关系。一个民族文化不仅应有与世界其他文化相同的规律和内容,而且应该有不同于其他民族文化的特殊的民族形式。一个民族的文化特征越鲜明,形式越独特,它对世界的文化的价值和意义越大。那进入世界文化宝库中的精品,都是具有鲜明的民族性的。没有鲜明的民族性的文化,世界文化也就不能存在。是否在各个民族文化冲突和融合、消化、吸收其他民族的优秀文化,并把自己民族的优秀文化传播到世界各国去,是衡量一种民族文化水准的标志之一。

(5) 文化的阶级性

虽然文化多少带有某种程度的阶级性,但不能说一切文化现象都有阶级性,不能把文化的阶级性绝对化。那些揭示自然发展规律的自然科学、人体科学(包括体育科学中的部分内容),一般来讲不涉及阶级利益,往往是各阶级公认的,是没有阶级性的。然而,它的制度组织价值观念目的任务等方面则是有鲜明的阶级色彩的。在不同的阶级社会形态,体育呈现不同的特征,在同一阶级社会中,不同阶级的体育有着明显的差别,如在奴隶社会,奴隶主阶级是角斗场上的看客,而奴隶角斗士就只能充当相互残杀或与猛兽以死相拼的玩物。奴隶的命运掌握在奴隶主手中。文化的主体是人。在阶级社会中,人是分为不同

阶级的，物质生产及其所造成的经济关系，正是通过对阶级关系的影响来左右文化。各种文化在不同形式上，从不同的角度，以不同的方式表现不同的阶级利益、感情和思想。

3. 文化的结构

在文化的大结构中，是分内外层次的。一般将它划分为三个层次，即外层的物的层次（物质层次），核心部的层次（心理的层次），中间的是心与物的结合的层次。（体制的层次）。文化的外层，即马克思所得“第二自然”或称对象化了的劳动。这个物质形态文化，不是任何未经人力作用的自然物，也不是指劳动的物质产品本身，而是指物质产品中所体现的人的行为方式和思维方式（如生产工具、技术、生活器物所体现的生活方式和情调等）。文化体现在所有的产品中却不就是产品本身。因此，科学技术也应该归属物质形态文化之中。

文化的中间层次，包括各种社会制度、社会关系、社会组织和有关社会的各种理论等。

文化的里层（核心层次），指的是文化心态，包括价值观念、思维方式、宗教情绪、民族性格、审美情趣、道德情操等等。应该指出的是，文化的三个层次是相互适应、相互联系的，由里向外表现出更为强烈的制约作用。因此，任何真正意义的革命或改革都必须以最里层文化心态的变革为最终的实现目标。

体育运动与上述三个层次的文化均有不同程度的联系。它既有物质技术层次，还有内在的价值观念、思维方式、审美情趣、道德情操等。因此，体育文化是一种多层次、内容极其丰富的文化形态。反映这个文化形态的体育科学、体育学也必定是复杂结构的综合体。

二、文化的发展

当我们回顾各民族体育发展的历史时，可以发现文化的运行有着惊人的相似之处，尤其是一百多年来的文化争论始终凝聚在两个焦点上，即历史性（纵向）的传统与反传统之争，和共时性（横向）的民族文化与国际文化之争。也就是说，可以把文化的四个特征中的传统与民族放在一极；时代与国际放在一极。

有人会说：“文化不就是我们从书上学习的知识，上学就能使我们成有文化的人。”也有人说：“文化是个很有内涵的东西，高深莫测，对于我们来讲触之不及的东西……”其实这些对文化的理解都有失偏颇。文化不仅是知识，更是一种精神追求。“腹有诗书气自华”，它的内涵与外延是相通的，如同太阳以它内心的炽热表现出外在的光辉。但同时文化又是深深植根于我们每个人的心中，就像空气一样，无时无刻不围绕在我们的身边，体现在我们每个人的精神风貌上。

打开历史的画卷，纵览千年风尘，回忆朝代更迭，我们不难发现，中华文化不断地变更发展。在几经改变之后，多数在今天似乎已经面目全非，但我们依然喜爱李杜的诗，唐寅的画，松龄的小说，孔老夫子的警言。当今世界，各个国家、各个民族的文化正在相互交融，相互撞击。各国经济政治生活中的摩擦，更多在表现在文化的冲突。美国之所以成

为超级大国,除了其经济军事势力没有一个国家,或者国家集团能够与之抗衡外,更主要的还表现在它的文化强势,虽然美国建国还比较短暂,其文化存在着粗俗一面,但其影响力和渗透力也是其他文化难以比拟的。战后的日本经济迅速崛起,早已是个经济巨人,但在工业革命中,日本几乎失掉了全部的民族文化,在世界舞台上,日本的声音及其国际影响力是很微弱,这让日本国人生活得非常压抑。

近年来,我们的政府比较重视现代文化建设,将它作为“软势力”纳入综合国力建设的重要组成部分。如何构建“大文化”战略,也成为当代中国社会建设的重大课题。中华优秀传统文化也经历了无数辉煌:春秋时期是文化的勃兴期。从社会形态上看,农奴制布满了县邑,奴隶制相反没有得到充分地发展。在民族政策上,楚人把自己定位于夷夏之间,实行抚夷属夏的国策,对所灭之国,迁其公室,存其宗庙,限其疆土,抚其臣民,用其贤能。充分昭示了文化的个性与气魄。战国时期是文化的鼎盛期。铜器生产登峰造极,铁器运用普遍推广,丝织刺绣兴旺发达,漆器木器应运而生,城市建设欣欣向荣,物质文化达到了顶点。特别是此时的精神文化大放异彩,给予后世巨大的启迪,从哲学到文学,从字画到乐舞,无不独风骚,彪炳千秋。政治社会体制、民族文化心理,日常生活方式等趋于成熟定型,使楚文化真正成了千百年来为人们津津乐道。秦汉之际为文化的转变期。秦国灭掉楚国,并排斥楚文化,使文化遭受重大打击。汉武帝独尊儒术后,成为新的汉文化的组成部分。魏晋南北朝时期,农业文明与游牧文明在民族迁徙、冲突中互相交流和融摄,北方世族南迁,促进了南方文化的发展,南方文化又回流北方,实现了南北文化的沟通。同时,玄学从儒、释、道争论中诞生,各民族文化风习也在战乱中薪火相传,可谓中国文化内部冲突与融摄的阶段……

一个民族失去了自己的文化传统,就难以屹立于世界民族之林。一个文化没有创新的民族,就失去了精神支柱和前进的动力,最终断送国家民族的前途与命运。我国拥有着56个民族,也就有56种不同的文化,但因为彼此的尊重与交流,形成了中华民族的大家庭。世界各国如果文化与文化间没有交流,只会造成误解甚至是仇视与敌视。在当今世界上,有多少人因不同文化不能相互理解,在制造着冲突与战争。

在文化的发展脉流中,现代文化离不开优秀传统文化的传承,我们必须从孔孟那里汲取阳光,从李杜那里获得雨露,从屈原那里丰盈血脉,从鲁迅那里强健筋骨,唯有如此,我们的现代文化之树方能根繁叶茂、参天挺立。文化只有慎重的选择,才有更美好、更丰富的内涵。有人说现在是知道“周迅”的人越来越多了,知道“鲁迅”的越来越少了;知道“关之琳”的越来越多了,知道“卞之琳”的越来越少了;知道“马克”的越来越多了,知道“马克·吐温”的越来越少了;知道“比尔”的越来越多了,知道“保尔”的越来越少了;知道“景岗山”的越来越多了,知道“井冈山”的越来越少了;知道“爱情”的越来越多了,知道“艾青”的越来越少了;知道“就要发”的越来越多了,知道“九一八”的越来越少了。文化的发展既需要创新,更需要传承。就如同我们生活,记住该记住的,忘却该忘却的,保留该保留的,淘汰该淘汰的。只有这样,千百年以后,人们才可以仍然

记得鲁迅是如何用笔与当时的黑暗社会斗争；爱情依然是人们永恒的主题，而艾青的诗作依然被传唱；青年们带着保尔的精神，如同比尔一样去创业；海外的游子们对月举杯吟诵李白的诗。

现代文化，在发展中反思，在反思中茁壮，如同浴火的凤凰，在生命的涅槃中获得绚烂的完美。文化呈一种两极运动的规律。两极运动规律，就是指每个文化形态（包括体育文化）都是有两极对立动态的构成。两极对立或交替出现，或同时并存，并不断发生冲撞与抗击。双方都有相对立面反方向运动的趋势，而某一极又为另一极所牵制，因而在对立的两极中，便形成一种张力平衡。其效应就转化为文化发展的内部动力。正是这两极运动中，文化自身不断调节和新陈代谢，并向更为完善的高级形态演变。文化的发展是一种曲线运动，在两极之间摆动前进。历史越向未来发展，两极对立越是激烈，中间的张力越来越大。这种文化发展的两极运动是普遍的，必然的。文化的发展，既不会是全盘的民族本为文化，也不会是全盘的外来文化。因此，在我国只有掌握好批判地继承，批判的吸收，古为今用，洋为中用的方针，才能少走弯路，才能建设一个独具民族特色的先进的中国体育文化。可以这样说，民族文化是历史的必然，全球化是当今地球上各种文化的未来。在我们掌握中国体育文化体育发展的方向时，无疑应该持这种观点。

三、中国文化的特质

中国文化的特质如果仅仅以一个简短的篇幅来概括，是十分困难的，因为中国不仅幅员辽阔，而且有绵延五千年的历史，不仅有历史的、地域的、时代的、民族的阶级的多种差异，而且又包含进步、落后的、明哲的、愚昧的多种多样的文化因素和成分。因此，这里只能做一个简单的概括。

1. 统一性

中国文化在其历史文化发展的长河中，逐渐形成了一个以华夏文化为中心，同时汇聚国内各民族文化的统一体。这个统一体发挥了强有力的同化作用，在中国历史上任何时刻都未曾分裂和瓦解过，即使在内忧外患的民族存亡危急的关头，它仍能保持完整和统一。这一特质是在世界其他任何民族的文化中都难以找得到。这种传统性是中国人对自己的民族文化产生强烈的认同感，在对于各种文明的比照中，往往一眼就能认出自己文化的象征。中国人自始至终都在严守华夏文化的纯洁性、独立性和统一性。这已经成为中华民族性的重要特征。

中国文化的统一性对体育文化的影响是非常深广的。这不仅表现在中国体育活动的内容和形式上，而且表现在体育运动那种强烈的民族情绪和愿望上。这常常是其他文化系统所不能比拟。

2. 非宗教性（人文精神）中国文化的非宗教性

在西方，宗教传统直到现在任保持着强大的势力，并渗透到文化生活的各个领域，使

西方文化带有浓厚的宗教色彩。而中国文化显然不具有这些特质。中国文化的这种非宗教性的品格特征,主要是由其浓厚的人文加精神决定的。西方体育文化与宗教有着密不可分的联系,虽着宗教产生,并随宗教传播,体育运动中附有许多宗教精神和思想。而中国体育文化则不具备这样的特征。

3. 连续性

中国文化是世界各种文化中唯一没有中断过的文化,表现出极其优良的传承性。这种特有的连续性,使中国文化具有牢固的传统,这种文化传统既是前进的一个起点,也是导致倾向保守的一条羁绊。因此,中国社会的发展常常在文化传统中获益很深,同时,而又不得不付出沉重的代价。中国的体育文化也具有很好的连续性。几千年来,虽有多次朝代更,经济兴衰,但体育文化始终一如既往,绵延至今。到了近代虽受到西方体育文化传入的影响,但其精髓始终保持了下来,并将发扬下去。

4. 乡土情谊

中国长期以来一直处于典型的农业社会之中,人们世代代生活在同一块土地上,对自己的乡土人物有无限的眷恋之情。乡土中华民族的理解之情深深地灌注进中国文化之中,促进中文化的发展。这种乡土情谊经过升华,可以加强中华民族的凝聚力,培养团结共进和互助友爱的精神,是当代竞技体育在中国发展的一种重要推动力。中国运动员在国际比赛中获胜,不但国人为之振奋,还常常引起海外华人的热烈反响,就是这一特征的反映。

5. 泛道德性

中国文化中,道德对政治、法律、文学、艺术等(包括体育)都具有深刻的影响和重要的指导意义。道德的理性化发展,使之常有取代政治、法律而起作用的趋势。中国文化的泛道德性,常使体育娱乐成为教化民心的一种手段,即所谓的礼乐之治。有人曾专门研究中国古代的一些竞技运动规则发现,发现有四分之一以上的条款不是约束比赛本身,而是规范参与者的道德的。这一点与其他文化系统的体育有很大的不同。

6. 中庸和平

与其他文化系统相比较,中国人具有有和平文弱的性格,这是中国文化中庸和平特征的表现和反映。与西方的好战健斗相比,中文化不仅在人与人的关系上,都表现出那种雍容、巽顺、和平、温良、宽柔的品格。中国人崇拜圣人超过崇拜英雄。中国历来奉行非侵略政策。然而这一特征,也导致了长期的重男轻女,文弱之风盛行。

中国文化的这一特征不利于体育文化的发展,这是中国古代体育长期发展受压抑,未能走向世界的重要原因。这一特征也抑制了学校体育教育的发生和发展,几千年来始终没有形成自己独立的体育教育形态。因为这一特征从根本上是扼杀人的竞争性的。因此,在中国竞技体育虽几度兴起,最终都几乎湮没。

第二节 体育文化的概述

一、传统体育的起源与发展

1. 传统体育的起源

体育是人类社会活动的内容之一,它同其他文化活动一样,起源于原始人的生产劳动和其他社会实践,并伴随着社会的进化不断地发展完善。体育的产生与发展决定于社会物质生活条件,首先决定于经济生产的发展,由于生产资料异常贫乏,生产力极为低下,所以原始体育形态对于经济的依赖性表现得更为突出和直接,其活动领域不仅与生产活动紧密联系,而且在原始社会人们的物质生产、生活的原始性的制约下,相应地表现得很狭窄。所以只能从生产活动及其他社会活动中间看到某些体育因素。随着原始公社制的发展,人类从生产劳动实践中所得来的认识、思想、感情等日益复杂,原始体育形态的内容和表现形式才逐渐丰富和多样化起来。并在人们对其逐步认识过程中,逐渐从生产劳动和其他社会实践活动中萌发出来。

在生产力低下的原始社会,人类为了生存,除制造和使工具从事劳动外,还必须依靠自身徒手的能力与大自然斗争,如奔跑、攀援、跳跃、搏击等技能最初是出自人类的本能活动,但随着生产力的发展,这些技能也逐渐成为有目的、有意识的活动。我国北京人居住过的洞穴遗址中,有数千计的鹿和马以及其他兽类遗骨。可双以推测北京人在用其制造的原始粗糙的木石工具进行狩猎的同时,也具有一定奔跑追逐的能力。从历史记载和近代一些原始部落的狩猎活动中也可以看出这种奔跑的萌芽。原始人采集、狩猎及居住活动等都离不开攀援。清代云南一些少数民族仍有巢居的遗俗。采集果实需要爬树,栖息在树上同样需要爬树,这就逐渐有了攀援的技能。北京人遗址中除大量的动物遗骸外,还有相当数量的被燃烧过的树籽。朴树籽是小球似的果实,食之有香味,是北京人通过攀援采集的主要果实之一。又如,台湾土番人当时处于“射飞逐走,殪獐杀鹿为事”的原始部落生活阶段,可见“攀藤援木”是基本活动技能。至今在一些少数民族中常见一种藤秋千,它是利用树上垂下的藤来摆动而发展来的。这种藤秋千很可能就是从人类采集果实抓住垂藤摆动而发展来的。

我国手搏技能的产生也与原始人徒手搏兽的生产技能有关。沧源崖画第七地点五区的画面上,就有两人与兽搏打的场面。二人均两臂展开,有一臂与兽搏斗,旁边有一人两手各持短棒,似赴援者。

我国羌族有一种古老的传统风俗舞,叫“跳盔甲”,又名“大葬舞”。舞者人数不定,

数人,十多人不等。舞时身穿生牛皮制作的铠甲,头戴插着野鸡翎和麦秆的皮盔,手执兵器。开始时先跳圈,然后形成两排对陈,长弩飞舞,肩上挂的铜铃作响,吼声震天。这种舞蹈既是祭祀舞又是训练战伐之用的舞蹈。傣族至今流传有单刀舞、棍舞,也可以两人对舞,近似耍枪棒或器械操,不过带些舞蹈的艺术动作和美观步伐罢了。这种舞蹈都可能是原始武舞的遗俗。其他如布朗族的“刀舞”,景颇族的“盾牌舞”以及描写血亲复仇的“以湾湾”等舞蹈,都类似古代的武舞。可见武舞是原始部落进行军事训练,为战争准备的主要内容。

总之,我国不同地区、不同民族从原始部落形成的各种生产技能、生活技能和军事技能形成了传统体育的起源。最初的体育内容是通过从事生产劳动的形式体现出来的,生产劳动场所往往是学习体育活动内容。随着社会生产力的发展,一些体育内容开始在生产活动之外进行了,它是有意识地通过某些身体锻炼手段来培养人们的体魄,这意味着“体育”作为身体练习手段开始萌发了。

2. 传统体育的发展

在生产技能和军事技能的基础上,体育作为一种有意识的身体练习手段逐渐完善起来,形成了各具民族特色的传统体育内容,在源远流长的中国历史上大放异彩,据史料记载,传统体育早在夏商时代已具雏形,某些传统体育的内容在从其他社会活动中分离转化的过程中,逐步丰富和多样化起来,具有了明显的体育特性。经过春秋战国、汉、唐、宋、元、明、清等历史朝代的锤炼和加工。特征鲜明的传统体育已奠定了深厚的民族根基,为提高国人的身体健康做出了巨大的贡献。传统体育的发展主要经历了以下几个发展阶段:

(1) 夏商周的传统体育雏形

夏、商、西周的体育是我国奴隶制建立及发展基础上形成的体育形态。其内容已与生产劳动分野,而进一步与军事、教育、礼仪等社会活动结合在一起。并在其中向着多样化和复杂化的方向发展。这个时期,战争发展了,军事斗争成了推动体育发展的重要动力之一。因此军事体育活动内容较为丰富。在学校教育方面,奴隶主阶级“文武兼备”特点的教育奠定我国学校体育教育的雏形。其他如医学知识和积累,养生思想的反映等都在不同程度上为体育的继续发展提供了前提条件。这一时期,一些有关体育的概念及理论也在逐步地形成和发展,如射、御、舞、拳、搏、寿等。这方面的内容与后世传统体育的概念和理论有区别,又有联系。它在某种程度上为后世体育的发展奠定了基础。

(2) 春秋战国传统体育的兴盛

春秋战国时期是我国奴隶制向封建制剧烈转变的时代,由于奴隶制的崩溃,奴隶主阶级垄断体育的局面被打破了,民间体育活动蓬勃发展起来。这时刚登上舞台的新兴地主阶级要求改革旧制并付诸实践,使很多体育内容在相当程度上得到了发展。这时,“百家争鸣”的各个学派都在不同程度上涉及了体育的思想和实践问题,这对体育发展有推动作用。有些虽是用体育现象来说明其哲学观点,但对后世也有相当之影响。另外,这一时期,逐渐

增长的自然科学知识也为体育发展创造了有利有条件。上述这些原因促成了我国古代体育第一次较全面的大发展。

这一时期的军事体育活动,民间娱乐体育活动以及各种导引养生活活动都出现了崭新的局面。不仅内容丰富多彩,形式多样,而且很多项目,很多体育观点都是新的,一些体育内容走向竞技化的趋势也在逐渐形成。这些都对传统体育发展产生着深远的影响。此外,值得一提的这时期的教育家孔子,他身体力行的体育实践对传统体育产生了较大影响。

孔子身体魁伟,身高九尺六寸(相当现今2米)。青年时期的孔子身强力壮,有能举起数百斤重的城门栓记载。他的养身之道曾对后代产生了很好的影响,主要包括两个方面:第一、积极提倡并亲自参加各种身体活动。孔子从教四十多年,设置六门课程,其中有锻炼身体的射(射箭)、御(驾御战车)两门为学生必修。此两项也是他本人之擅长。孔子还喜爱钓鱼、田猎、登山、郊游等,很重视户外体育活动。现在泰山顶还有“孔子登临处”的古迹。他“登东山而小鲁,登泰山而小天下”的名句至今为人们所颂;第二、倡导注意起居饮食卫生。孔子曾以回答鲁哀公提问形式,从反面告诫人们长寿有三条经验。子曰:“人有三命而非命者也,人自取之。夫寝处不时,饮食不节,佚劳过度者,疾共杀之。”这就是说,人要延寿,一要寝处有时(按时作息),二要饮食有节(节制饮食),三要佚劳适度(劳逸结合),否则就会致病早亡。另外,《论语》中记有:“食殍而(粮食坏了有臭味)、鱼馁败(鱼肉腐烂)不食。色恶不食。失饪(烹调不当)不食。不时(不到吃饭之时不食)。”“内虽多,不使胜食气(不吃过量)。”“食不语”等;对睡眠卫生要求“寝不言”“寝不尸”(不要僵直躺)……孔子不但自己这样做,而且也要求学生这样做。不这样做的学生,要受到他严厉批评。如“宰予昼寝”(白天睡觉),屡教不改,孔子非常不满,喻之为“朽木不可雕也”。

(3) 秦汉传统体育的体系构成

秦汉时期,是我国体育进一步大发展的时期,这一发展对先秦文化成就的总结和升华。决定这一发展的主要因素有三个,一是统一的多民族的封建集权国家和社会比较稳定。二是封建地主土地所有制的确立及封建国家经济文化的繁盛。三是春秋战国民间体育的大发展为这一时期体育发展奠定了基础。

秦汉时期体育的发展表现在:体育活动项目增多,内容丰富,开展广泛,规模较大。有些体育活动,如蹴鞠、角抵、剑道、手搏、导引养生法都逐渐形成其技术和理论体系,其中不乏各具特色的内容。体育的场地设备不仅纳入了宫廷的建设计划之中,而且在民间也多见。与此同时,体育专著也有相应的发展。这一时期,体育活动的娱乐表现得比较突出。体育的表演内容有了发展,如剑舞、戟舞、刀舞、蹴鞠舞等,体育的欣赏娱乐功能进一步被人们所认识。例如,在汉代盛行的蹴鞠运动(现代足球的雏形)就是一个很好的实例。汉代宫廷盛行蹴鞠。汉朝初年,汉高祖刘邦在宫苑里建造了一个宏大的鞠城(蹴鞠城),作为御林军举行蹴鞠比赛和定期检阅军队的场所。汉武帝刘彻经常在宫中举行斗鸡、蹋鞠比赛,称为鸡鞠之会。汉成帝刘骜由于好蹴鞠,还受到臣下的非议。即“成帝好蹴鞠,群