

第一章 高等学校体育

第一节 体育的概念与组成

一、体育的概念

体育概念的出现没有人类社会体育实践活动那样悠久的历史，体育活动是在人们的社会生产和生活中产生的，萌芽于原始社会，而体育概念最早出现在 1760 年法国论述儿童身体教育的报刊上。体育一词在 20 世纪初传入我国，它是由基督教青年会宣扬“西洋体育”时引入的概念，当时单指身体教育，是一门学校课程。在这之前我国只有武术、导引等运动项目的具体名词，而没有体育活动的统一概念。体育的概念有广义和狭义之分。体育的概念不是一成不变的，它是随着社会的不断发展而逐步完善的。

体育（广义，体育运动）：以身体练习为基本手段，以增强体质、促进人的全面发展、丰富社会文化生活、提高精神文明为目的的一种有意识、有组织的社会活动，既受一定社会政治、经济的影响和制约，也为社会政治、经济服务。

体育（狭义，身体教育）：通过身体活动，传授锻炼身体的知识、技能、技术，达到增强体质、培养道德和意志品质的目的，它是有计划的教育过程，是教育的组成部分。

二、体育的组成

1. 学校体育

学校体育是在各级各类学校中开展的，通过体育手段来增强体质，传授体育的知识、技术、技能，培养学生道德和意志品质

的有目的、有计划的教育活动。学校体育既是体育的重要组成部分，也是教育的重要组成部分。学校体育是我国体育事业发展的重点，目的是增强学生体质，培养学生道德和意志品质，为学生灌输终生体育的思想。学校体育包括体育课、课外体育活动、课外体育训练和课外运动竞赛四个部分。通过这四种基本组织形式，按照学生的不同年龄阶段特征，发展学生身体，完成学校体育的各项任务，达到教育人、培养人的目的。学校体育在学校和其他课程、教育环节共同形成一个完整的教育体系，对学生进行全面的培养。学校体育在整个教育过程中要适应当今社会的发展，要摒弃不合理的教学计划、方法和手段，要从学生的生理和心理出发，启发、培养和发展学生的体育兴趣，逐渐形成自己的体育思想，树立终身体育的观念，适应未来社会的需要。

2. 竞技体育

竞技体育是为了最大限度地发挥和提高人们在体格、体能、心理、智力以及运动能力等方面的潜力，为取得优异竞赛成绩而进行的科学的、系统的训练和竞赛活动。竞技体育是一种特殊的文化现象，它是体育领域的最高层次，是世界体育文化的主体，在大众文化中占有独特的地位，并不断上升。特别是近百年来，现代奥林匹克运动推动了竞技体育的发展，在追求“更高、更快、更强”的奥林匹克精神的同时，我们又提倡“公平竞赛”和“参与比取胜更重要”的原则，正是这些精神、原则使我们，尤其是青少年投入到竞技体育当中。竞技体育要达到最高峰，必须要有科学技术做保障，促进运动员对自己运动潜能的挖掘和运动技术、技能的形成，使运动员在规则范围内获取优异的比赛成绩和名次。例如：悉尼奥运会前鲨鱼泳装的出现、乒乓球发球机的出现以及运动训练中动作结构的计算机数据处理等等。竞技体育是展现人体的极限，因此具有极高的观赏性和感染力，它可以凝聚精神力量，振奋民族精神。

3. 社会体育

社会体育是指人民大众为达到健身、健美、医疗、康复、娱乐和休闲等目的而进行的内容广泛、形式多样的体育活动。社会体育包括娱乐体育、休闲体育、余暇体育、养生体育、医疗体育。它的对象是广大的人民群众，它的领域延伸于社会的各个角落。人们在现今的社会生活中更多考虑到的是自身发展的需要，这就要提高人们的知识水平和身体能力，而身体能力包含了身体的健康程度、身体形态、身体协调能力、精神状态和自身气质，要提高所有这一切就要通过学校体育和社会体育来获得。随着我国经济的高速发展，人们生活水平的不断提高，人们在越来越多的余暇时间中开展社会体育，并逐渐涉及较高消费的体育活动。社会体育是现代体育发展的重要标志，是一个国家经济程度、生活水平、社会环境的反映。

第二节 体育的功能

体育的功能产生于体育的本质和社会的需要，并从促进社会物质文明和精神文明中表现出来。体育的功能可归纳为七方面：健身、娱乐、促进个体社会化、社会情感、教育、政治和经济。

一、健身功能

体育是以身体的直接参与来表现的，这是体育的本质特点，它决定了体育的健身功能。体育运动可以改善大脑供血、供氧，增加大脑皮层兴奋性，提高中枢神经系统的工作能力，可以使人头脑清晰，思维敏捷。体育运动还能使人心情舒畅，精神愉快，调节社会生活和工作的压力。

体育运动不仅促进人体的生长发育，而且对人体内脏器官构造的改善有着积极的作用。体育运动可以刺激软骨骨的增生，促进骨骼的生长；改善肌肉的血液供应情况，增加肌肉内营养物质

质，提高肌肉的工作能力和运动能力；可以加速新陈代谢，促进血液循环，使相应的循环、呼吸、消化、排泄系统得到改善，并使为这些系统工作的器官在构造和形态上发生变化，更有利于人体的运动工作。

体育运动可以提高人体的免疫力和抗疾病能力，通过体育活动不断提高发展人体的体质和心理承受能力，以及对自然和社会环境的适应能力，达到预防疾病，延缓、推迟衰老的作用。

二、娱乐功能

体育运动既可以改善和发展身体，又可以陶冶情操，愉悦身心，增进交往，使人们在繁忙的工作学习后，获得积极性休息。由于体育运动的技术性、形式多样性、竞技性，以及易于接受等特性，使之成为现代生活的重要组成部分。体育的娱乐功能通过参观和参与两个途径来实现。由于体育运动的观赏性，特别是竞技体育的高水平展现，使身体运动将健与美、力量与速度得以完美的统一，让观众得到美的享受。人们通过参加体育活动，并在与同伴的默契配合、与对手的斗智斗勇，以及征服自然的过程中获得不同的情感体验，达到娱乐身心的目的。体育能丰富社会文化生活，满足人们的精神需要，是人们最积极健康的娱乐方式。

三、促进个体社会化

个体社会化是指人的社会化，也就是指由生物的人转变为社会的人的过程。体育运动在这一转化过程中起着重要的作用。体育运动能够教导人基本的生活技能，从初生婴儿的被动体操，到儿童游戏中的跑、跳、攀、爬，以至学会适应社会生活，这些都是通过体育活动从后天学习中获得的。人们在体育运动中，都要遵循运动的规则，都要在教师、教练、裁判的教育监督下有组织地进行，这就逐渐培养人们遵守社会规范。体育运动是一种社会的行为，人们在活动和比赛中互相交往，相互交流，使人们的人

际关系、社交能力得到提高。人类社会要健康发展，就要使青少年在生长发育过程中、中年人在健康保健过程中、老年人在延年益寿过程中获取身体健康和体育运动方面的知识，通过这些知识，指导自己进行健康的体育活动、培养良好的生活习惯，这是社会的一个物质基础。体育促进个体社会化无处不在，无时不在。

四、社会情感

体育的社会情感主要是指由于体育竞赛的对抗性和竞赛结果的不确定性，引起社会的极大关注，从而使人们产生各种情绪活动。例如：历届奥运会、中国女排五连冠、北京申奥成功，以及中国男足向世界杯决赛圈的冲击等等，这些都能使人们体验各种情感波动，能使人的情绪得到宣泄。好的体育社会情感可以激励和鼓舞社会向前发展。由于体育运动的群众性、竞技性、观赏性，使得其他社会活动都无法产生体育运动那样巨大的社会情感。体育就像一个巨大的磁石，将人们吸引到一起，共同欢乐，共同宣泄，共同振奋。

五、教育功能

体育是教育的一个部分，教育是体育的基本功能。人们参与体育活动的过程，就是一个受教育的过程，从学校、俱乐部、健身中心，到训练场、活动场所，我们在锻炼中都要接受教师、教练和同伴的传授和指导。特别是在学校，由于学生正处于生长发育和世界观的形成时期，体育不仅指导和教育学生进行身体锻炼，而且对受教育者进行政治思想、意志品质和道德规范的教育。体育是传播价值观的理想载体，这是由它技艺性、群体性、国际性、礼仪性、竞技性的特点所决定的。它可以激发群众的爱国热情，振奋民族精神，教育人们与社会保持一致。人们在参与、参观体育的过程中会受到深刻的社会影响，自身受到不可低

估的社会教育。

六、政治功能

客观上讲体育和政治是相互联系、不可分割的，在任何国家体育都要服从政治的需要。为政治服务，它主要在两个方面起着重要的作用：国际比赛和国际交流所起的作用；群众体育所起的作用。国际比赛是反映一个国家国体强弱的窗口，国家的政治、经济、文化、科技往往决定了竞技体育水平的高低。我们现在往往将体育竞赛比做和平时期的战争，赢得比赛就像赢得战争一样能够振奋民族精神，提高国家威望，使国人扬眉吐气。举办大型运动会，更能宣扬举办国国家体制的优越性和国家的凝聚力，展现国家政治、经济、文化等各方面的综合实力。体育是一种文化交流的工具，它为本国的外交政策服务。通过国际比赛、交流可以沟通国与国之间的关系，促进国家间的友好往来，例如 20 世纪 70 年代我国乒乓外交就促成了中美关系的正常化。体育运动可以鲜明地显示一个国家的政治立场，可以作为反对和抵制一个国家、一项活动的政治手段。如 1956 年为抗议两个中国的阴谋我国抵制 16 届奥运会，1980 年由于前苏联入侵阿富汗，60 多个国家抵制莫斯科奥运会。

体育运动的群众性，可以使人们互相关心，互相交流，满足人们交往的需要，可以增强团队集体的凝聚力，能够沟通各阶层、各党派、各团体之间的关系，促进国家的稳定统一。

七、经济功能

经济是一个国家的物质基础，体育的发展依赖于经济，受经济的制约，一个国家的体育运动，尤其是竞技运动开展的好坏，反映了这个国家的经济水平。但是体育运动又反作用于经济，体育作为第三产业越来越多地对国民经济有着促进作用，且和商品经济的关系日益密切。在发达国家，体育的经济功能、经济效益

得到充分的挖掘，而我国现在正处于起步阶段。体育运动的经济收益有两个途径。一是大型运动会，通过出售电视转播权、门票，发布广告和发售纪念币、邮票、体育彩票来获得。二是日常体育活动，体育设施的利用，热门项目的组织和比赛，娱乐体育活动的开展，体育服装、设施、器械的销售，体育知识咨询和旅游都是获取体育经济效益的有效途径。

体育的功能是一个完整的整体，它们虽然各有其自身的特点，但又相互交叉，互为联系，共同作用。

第三节 高等学校体育的地位、目的和任务

一、高等学校体育的地位

社会学家研究体育时，指出体育是社会的缩影、社会的焦点、社会的折射，体育渗透进了社会的各个层次，体育发展水平是社会进步与人类文明程度的一个重要标志。高等学校体育作为体育的重要组成部分，在培养高素质人才中所起的作用比其他教育形式所无法替代的，随着现代社会的高速发展，高校体育的社会地位也在不断的提高。

1. 高等学校体育纳入国家教育制度之中

由于国家对体育的重视，特别是对国民素质的重视，因而将高校体育纳入教育体制，将体育课列为必修课，学习两年。有些学校针对学生还开展一年的选修，并要求学生每天参加体育活动。

2. 在国家经济建设中的地位

由于体育的教育功能，它培养和发展了一批合格的接班人，提高了一个国家的国民素质，培养了人们在困难面前不屈不挠的精神和坚定的意志品质。利用体育教育对大学生进行身体、心理、智力的全面拓展，可使大学生在未来的工作中能从容应对高强度、高效率的工作和劳动，促进国家经济建设的发展。

3. 在提高国民精神文明素质中的地位

体育运动有着极高的观赏性、参与性、娱乐性。高等院校通过学校体育的各种组织形式，使大学生在体育活动中充分享受体育所带来的美与欢乐。通过体育运动让大学生在思想上更充满青春活力，精神上更富于追求，通过体育运动还可以调节生活内容，改变生活方式，保持心态平衡，提高思想素养。这些充分表现了高等院校体育在提高国民精神文明素质中有着不可替代的地位。

二、高等学校体育的目的

我国体育的目的是：发展体育事业，增强人民体质，促进人的全面发展，丰富社会文化生活，为社会主义服务。高等院校的任务是培养高素质、高知识水准的接班人。那么高等学校体育的目的就是：大力开展学校体育，努力促进学生身心的全面发展，增强学生体质，树立终生体育的思想，培养社会主义合格的接班人。它主要包括学生的身体培养目的和心理个性塑造目的。

高等学校体育课为必修课，学生必须完成规定的课时和内容，通过学生的自身参与和学习，提高学生全面身体素质和运动能力，促进学生身体的生长发育，改善、改造学生内脏器官的构造和机能状况。经过两年的学习将学生逐渐培养成能够自觉坚持锻炼、能有自我监督与评价、身体强健的合格人才。

由于体育对人的心理和个性有极大的影响，高校体育通过给大学生传授体育知识，使学生在体育活动中自觉遵守体育的规律和规则，这就可以培养学生以正确、积极的态度参与社会活动。通过学校的各项体育活动，缓解学生在学习上的压力，享受体育所带来的美与欢乐，培养学生在逆境中坚持不懈的思想，促进学生社交能力的发展，提高学生的思想意境，促进学生心理个性的健康形成。

三、高等学校体育的任务

高等学校体育任务主要包括以下几个方面。

1. 全面开展学校体育的各项活动

体育活动是大学生从事体育锻炼的载体，开展体育活动不仅是国家教育制度所规定的，也是全面培养人才所必需的。一个学校体育活动开展的好坏，反映了这个学校的精神文明状态。通过体育活动才能使大学生参与到运动锻炼中，并乐在其中。大学生是学校的主体，发动学生进行各种的体育活动，才能使学校工作开展得有声有色，使学校显得朝气蓬勃，奋发向上。

2. 增强学生体质，提高学生机体工作能力，全面发展学生身体素质

体育运动最基本的功能是健身功能，大学期间是大学生从青少年向成年人转化的一个重要阶段，高校体育是完善人体发育的重要手段。学校体育以它特有的组织形式促进学生身体健康，提高对外界环境的适应能力，加强对疾病的抵抗能力。通过体育活动开发学生的智力潜能，使学生在身体和智力上得到全面发展。

3. 传授体育知识、技术、技能，树立终身体育的思想

体育知识是人类知识宝库的一个部分，大学生正处于求知欲最为旺盛的时期，系统地学习体育知识、技术、技能和科学的锻炼方法，能够提高学生的体育文化素养，培养良好的锻炼习惯。使学生通过大学的学习，运用科学的体育知识，来正确指导今后的体育活动，树立终生体育的思想。

4. 对学生进行思想品德的教育

体育作为文化教育的组成部分，对学生有着多方面的教育。体育运动的对抗性，运动中情况的不断变化，获胜后的荣誉感，失败后的奋发努力，这些都是对学生进行思想品德教育的最好时机。通过对体育活动的参与、参观使学生在思想上更加成熟，培养学生在逆境中艰苦努力、永不言败的思想作风，培养学生在胜

利后戒骄戒躁、谦虚谨慎、尊重对手的优良作风。通过体育活动中的团结协作使学生树立集体主义精神，通过班级、系级、校级的比赛培养学生爱班、爱系、爱校最终达到热爱社会主义祖国、热爱人民的思想境界。

5. 发展学生竞技体育能力，提高学校运动水平

高校运动队在我国体育制度中和省市运动队、俱乐部运动队共同列为竞技体育的最高层次。高等学校可以利用学校的良好教育氛围、物质条件和科学技术为国家培养优秀的体育运动人才。学校运动技术水平的提高可以激励学生更积极地参与体育活动，推动学校体育活动的开展。学校运动队的表现展现了一个学校的综合实力和精神风貌，可以说学校竞技体育的开展，是向外界展示学校的窗口，是与外界联系的纽带。

第四节 高等学校体育的组织形式

高等学校体育的目的与任务是通过高校体育的各种组织形式来实现的。它主要有以下几种形式：体育课、课外体育活动、课外运动训练和课外体育竞赛。

一、体育课

体育课是高校体育教育的主要组织形式，是国家教育部指定、高校教学计划所规定的必修课程，是按教育计划、教学大纲组织的专门教育过程，是实现高校体育目的的基本途径。《中华人民共和国体育法》明确规定：学校必须开设体育课，体育课是考核学生成绩的必有科目。体育课的内容由理论和实践两部分组成：理论主要给学生传授体育的科学知识，使学生掌握基本体育理论和实践方法，灌输终身体育的思想，它主要以专门的理论课和实践课中教师的理论传授为主；实践课以学生的身体练习为锻炼手段，发展和提高学生的身体素质与能力，学习运动的技术与

技能，培养学生的锻炼习惯。高校体育课是以三种基本形式出现的。

1. 普通体育课

是为大学一、二年级开设的必修体育课。在学习过程中必须完成教学大纲所规定的内容，无残疾学生要通过考核标准。普通体育课由基本素质课和专项课组成。

2. 体育选修课

普通高校在三年级，要对学生开设体育选修课，让学生根据自身的兴趣爱好，选择一个运动项目进行专门训练，提高运动技术水平，开拓自己的运动潜能。

3. 体育保健课

为患有慢性疾病以及有残疾的学生专门开设。学生经过医院证明，体育部同意，可以参加保健课的学习。保健课的目的是增强学生体质，恢复身体健康，调节矫正生理和身体的缺陷，使学生掌握一项或多项基本的身体锻炼方法。

二、课外体育活动

课外体育活动的形式多种多样，包括早操、课间操、课后体育活动、各种院系学校比赛、体育节等。虽然课外体育活动不像体育课那样组织严格，但依据《大学生体育合格标准》，每周早操不得少于三次，课外活动不得少于三次。在教师的组织指导下，在学生中大力发展体育协会、俱乐部，开展各种活动和比赛，增强学生的体质，调节学生身心，通过体育活跃大学生的余暇生活。

三、课外运动训练

1984年国家教委颁发了在高校试办高水平运动队的文件，这使高等学校的课余训练走上了一个新的台阶。课余训练可以对有专项运动特长的学生进行系统的训练，培养我国的体育后备人

才。由于高校有其他单位无法比拟的科研力量和优秀教师队伍，因此高校运动水平在近些年不断提高，为我国培养了一批优秀的体育人才。学校运动水平的发展可以推进学校体育活动的开展，能够使学校更好地贯彻我国的教育方针。

四、课外体育竞赛

通过体育竞赛，吸引学生参加到体育活动中来，活跃课余生活。由于体育竞赛的竞争和对抗，培养了学生集体主义精神，锻炼了学生的意志品质，发展了学生的社交能力，达到了教育人的目的。体育竞赛能够展现一个学校的风采，提高学校的声誉，促进校际之间的交流，鼓舞和丰富学校的精神文化。通过体育竞赛，我们还能够检验体育教学和运动训练的效果，顺利完成高校体育的任务。

第五节 体育与德育、智育的关系

体育是教育的组成部分，是用来解决健身问题的，它是人们的物质基础。我们有了强健的身体，才能够完成艰巨的学习和工作任务。德育、智育也是教育的组成部分，德育是用来解决思想品质问题，一个人只能是有了高尚的德育情操，革命的世界观、人生观，才能为社会做出贡献，而智育是解决智力问题，通过多年的努力学习，掌握必要的科学文化知识，武装自己的头脑，才能服务社会。体育与德育、智育之间互相促进，互相制约。

一、体育与德育的关系

在体育教学过程中往往包含了德育的任务，体育是培养学生道德品质、树立正确人生观的重要手段。青少年活泼好动，体育活动的丰富多彩吸引了青少年参加到不同的体育运动项目之中，而这些不同的运动项目培养了学生勇敢、沉着、果断、坚定的意

志品质。在体育活动中通过对组织纪律和规则的遵守，对体育器械设施的爱护，对同伴的帮助，培养了学生的组织纪律性和集体主义精神。体育竞赛的竞争、评比、奖励，能够促进学生的竞争意识，激励学生奋发向上，努力拼搏。通过比赛的胜与败，不断磨炼学生在胜利面前戒骄戒躁、在失败面前不气不馁的思想品质。通过体育比赛的颁奖，特别是国际大型比赛的颁奖，对参与者、参观者都有着精神上的满足和爱国主义教育，使他们在不知不觉中树立为集体、为国家争得荣誉的责任感。

体育活动是一种积极向上、丰富余暇生活的手段，通过积极地参与体育活动，可以将那些走向犯罪边缘的青少年挽救回来，防止和纠正学生的不良行为。通过体育教育功能的实施和健康文明活动的开展，逐渐充实学生的精神思想，树立正确的道德观，远离不良嗜好。因此体育与德育存在有机的联系，并互相促进。

二、体育与智育的关系

由于我国受几千年儒家思想的影响，多年来对体育工作存在着很大的偏见，特别是处理体育和智育的关系时有着明显的偏差，不能将体育和智育协同发展，这使得我们在培养人才上有了很大的失误，造成了无法挽回的损失。体育与智育之间的相互关联，是辩证统一的，体育对学生的智力发展有着积极的促进作用。

通过体育锻炼能够增加大脑的重量和皮质厚度，通过运动技能的学习，刺激大脑皮层处于积极的活动状态，促进大脑神经中枢的发育，使学生思维敏捷，判断迅速准确。通过体育活动提高血液的携氧能力，改善大脑供血，提高大脑工作能力，使学生具有丰富的想像力、良好的记忆力和集中思想的能力。

体育活动是一种积极性的休息，它可以消除疲劳，恢复、提高大脑的工作能力。人们在长时间的工作和学习之后，大脑处于一种极为疲惫的状况，这时候通过积极的体育活动可以活跃运动

中枢神经系统，使其他中枢神经系统得到更有效的休息。这样就可以积极消除疲劳，恢复工作能力，提高工作效率。

因此通过体育活动能够有效促进学生智力的发展，有助于学生对科学知识的获取。但由于体育与智育的辩证统一，体育活动与学习存在着时间安排的矛盾，过多的体育活动就会占用学习时间，并使学生身体疲劳影响学习。这就要求我们协调处理好体育与智育的辩证关系，全面培养合格的人才。

【思考题】

1. 简答体育的概念与组成。
2. 简述体育的功能。
3. 简述高等学校体育的地位。
4. 高等学校体育的目的、任务有哪些？
5. 高等学校体育的组织形式有哪些？
6. 结合自身阐述体育与德育、智育的关系。

第二章 大学生的健康与卫生

第一节 体育与现代生活

一、现代社会的特征

现代社会，是指以工业发展为标志，经济、政治、科学技术、文化生活高度发展的社会。现代社会是相对传统社会而言的，也是从后者演变过来的。

与传统社会相比，现代社会有如下的主要特征。

1. 工业化

社会生产建立在发达的分工和协作的基础上。机器大工业在国民经济中充分发展，并取得优势地位，生产日益社会化，生产效率不断提高，国民生产总值每年至少有 3%~4% 以上的增长。由于广泛采用科学技术，使用生命能源的比率由传统社会的 95% 以上，迅速下降到不足 4%。工业化也总是与发达的市场经济相互依赖，促进生产和劳动力的高度专业化。

2. 都市化

适应社会政治、经济、教育、科学、文化的发展，人口流向城镇，城镇人口在社会总人口中所占的比例逐渐上升。“都市化”主要是两个方面：一个国家在一些城市居住区的人口进一步集聚；城市居住区的不断增加与扩建。城市化是一个全球性历史性的现象，以资源分布以及一个社会所拥有的技术资源的分布为基础。随着服务性行业的迅速发展，形成了人口向城市集聚的居住体系。世界上百万、千万以上人口的大中城市大量涌现。与此相应，农业人口日趋减少，一方面为城市社会大生产提供了劳动

力，另一方面造成了大量人口的社会流动，人与人之间的血缘关系瓦解了，业缘关系增进了。不同地域的社会成员互相交往、相互学习，使社会的政治经济生活充满生机和创造力。都市化倾向的发展，也给体育运动的社会化发展带来了勃勃生机。

3. 教育普及

工业化生产和高技术的广泛应用，要求社会成员具有高度的文化知识、专业知识。全社会和全民族的文化素质（包括身体素质）普遍提高，人们参加各种社会活动（包括体育活动）的积极性、创造性也大大提高，体育教育在教育中的地位日益加强。

4. 科学技术高度发展

科学技术的发明和发现超过以往任何时期。科学技术的影响已渗透到人类生活的一切领域，包括社会结构、社会关系、社会制度、社会管理、日常生活、文化与心理、自然环境等，给整个社会的发展和人类生活带来深远的影响。科学技术在体育领域的渗透，使体育科学化成为现代体育的一个重要特征。

5. 组织管理科学化

社会组织分工日趋严密，决策科学化、民主化，管理效率大大提高。体育组织成为社会上的重要群众团体，促进了人际关系，加强了社会的一体化趋势。

6. 快速的通讯网和交通运输网的广泛使用

由于现代化交通工具的广泛运用，人与人之间、国与国之间的距离缩短，交往越来越密切，打破了传统社会闭关自守的状态，促进了地区之间、国家之间、民族之间、人与人之间的相互接触和相互交流，推动了整个人类的发展。

二、现代社会对人才的要求

随着社会的变迁和发展，对人才的要求也相应发生变化。在对文盲的界定，是以识字多少作为衡量标准的，很快，这个标准将发生变化。比如，人们把会不会使用电脑、使用熟练程度如

何作为文盲与否的划分标准。有人比喻农业经济时代是以武力转移为特征，工业经济社会是以物质转移作为特征，知识经济时代则是以信息转移作为特征的。这当然对人的素质方面的要求也越来越高了。

现代社会对人才的要求可以归纳为健壮的体魄、高超的智能、良好的心理因素、良好的职业道德和协作精神。

1. 健壮的体魄

应体现为体质良好，体能全面，生长发育良好，有连续工作能力和较快的恢复能力。

2. 高超的智能

随着信息时代的到来，现代社会对人的智能要求起了深刻的变化，除了应有扎实的基本知识和精深的专业知识之外，还要求有学习能力、创新能力、观测能力、动手能力。科学发展朝着分化和综合两个方向发展，一方面，专业越分越细；另一方面，协同攻关要求越来越强烈。在知识爆炸的时代，不学会学习，知识就难以更新，就会落伍。而创新能力，是一种综合能力，必须要有坚实的基础，敏锐的观察能力，好奇的探索能力，没有丰富的知识基础，就算天天有苹果砸到牛顿头上，他也悟不出万有引力定律。

3. 良好的心理素质

现代社会对人的心理素质提出了更高的要求，这是因为随着社会的高速发展，人与人越来越需要加强协作而引起的。农业经济时代日出而作，日落而息，可以鸡犬之声相闻，老死不相往来。而现代社会科技的发展已经把地球变得越来越小，人们谁也离不开谁，除了要求精力充沛、奋发向上、思维敏捷、情绪良好外，还要有追求之志、好奇之心、探险之勇、求实之诚、专注之境，有百折不挠的精神，有经得起失败和挫折的心理压力，法拉第历经近十年春秋，才成功发现“磁能生电”，其间要经历多少挫折和失败！