

警察体育与健康概论

董如军摇编著

北京体育大学出版社

前摇摇言

警察体育与健康概论是从整体上去研究和认识警察体育，是体育学、教育学、生理学、营养学、运动医学、传统武术和公安学有机结合的高度综合和概括，是警察体育实践的理论反映。

当前，我国公安干警在打击违法犯罪、保护人民的生命和财产安全，建立稳定的社会秩序，促进经济发展和社会进步中，常常超负荷的工作，特别需要有一个强壮的身体做保证。不少公安干警不能很好地结合自己的实际工作和环境进行锻炼，造成伤亡。

本书的目的就是为了让公安干警结合公安院校警体教学，公安机关群众体育开展情况，科学地掌握锻炼身体的方法，熟练地掌握制服歹徒的技术，懂得运动保健养生的知识和方法，达到增强体质，挖掘人体潜能，防病治病，延年益寿的目的。

警察体育健康概论是一门新兴的学科。本书内容对警察体育理论，警察体育运动对人体发展的作用，警察科学锻炼身体的理论和方法，警察的运动保健等内容，作了全面系统的概述。适合公安干警、公安院校的学生学习，利于提高警察体质和健康保健知识。

由于本人水平有限，不妥之处，恳请同仁、学者多提宝贵意见。

董如军

第一章摇警察体育理论

体育是人类最古老的社会现象之一，历史学家和考古学家们在许多文化遗迹中都找到了它存在的佐证。体育又是当今世界最为宏大的社会现象之一，虽然它不是关乎“国计民生”的重要方面，但是人们关注体育的程度，有时候甚至超过了对经济、贸易、教育等社会现象的关注程度。据统计，每天全球新闻媒体传播的信息中，数量占第一位的是经贸信息，占第二位的便是体育。城市建筑是现代文明的窗口，几乎在所有国家的大城市中，运动场都可与古老的教堂、现代的航空港并列，堪称建筑物规模之冠。四年一度的奥林匹克运动会，牵动着全世界几十亿人的心。迄今为止，恐怕除了人类历史上的两次大劫难（两次世界大战）之外，再没有哪种社会现象能象体育那样，在同一时刻波及到这么多人。体育就是这样一种貌似平淡，实际上却深邃久远的社会现象。

第一节摇古代战争与体育的起源

关于体育的起源，世界各学派的学者们曾发表过许多精辟的见解，比如体育起源于生产劳动，起源于宗教祭祀，起源于医疗，起源于本能的生理舒展，起源于军事，起源于艺术等等。然而，几乎各学派者都认为体育自诞生之初就与战争和军事结下了不解之缘。

当今流行世界的摔跤、拳击、击剑、标枪、马拉松……无不

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

是原始军事和战争演变的产物。无怪乎学者们提出了体育起源于战争的观点。（《体育社会学》，覃原贞，北京，人民体育出版社 1984 年版）

人类处在原始社会时期，对人类生存的威胁主要是恶劣的自然环境和天敌。发展到氏族公社阶段时，对人类的威胁，除了自然环境和天敌之外，又增加了新的内容，那就是人类自身。人类之间为了争夺地域和果实，为了血亲复仇等，开始了人类间的相互残杀，这就是原始战争。从我国各地原始社会后期遗址中挖掘出土的文物来看，原始社会初期的战争也是相当残酷的。如宝鸡北首岭的仰韶文化墓葬，内有无头的武士骨骸，用双耳尖底陶器代替头颅；江苏邳县大墩子遗址墓葬，一男性武士尸骨左手握匕首，左肱骨下置石斧，左股骨中嵌入一枚三角形石镞。山西绛县也有石镞射入鼻骨的尸骨被发现。

战争的规模和残酷程度与武器的进步有紧密的关系。在原始社会中期，兵器的种类和先进程度已达到相当的水平。“根据历年出土新石器时代的器物来看，已有石戈、石矛、石刀、石弹、石斧和石铲，以及石或骨制的标枪头和弓用的矢镞，还有红铜制成的小刀、锥、凿等。此外不难推知用竹木制造的棍棒、标枪和矛头之类的兵器，是必然大量存在过的。”（《中国军事史》第一卷，猿贞，解放军出版社 1984 年版）

除了考古的物证外，各种文史资料中对兵器的出现亦有大量的记载，如：

“挥作弓”，“夷牟作矢也，皆黄帝臣。”——《世本》（见《艺文类聚·卷六十》引，又见《丛书集成初编》第 猿猿 册）。

“至黄帝之时，以玉为兵。”——《世本》（见《丛书集成初编》第 猿猿 册）；“黄帝采首山铜，始为铸刀。”——《事物纪原》卷九引《洞冥记》（见《丛书集成初编》第三者 圆 册）。

“蚩尤作五兵：戈、矛、戟、酋矛、夷矛。”——《路史·后纪四》罗苹注引《世本》（见《丛书集成初编》第猿圆册）。

“葛卢之山，发而出水，金从之，蚩尤受而制之，以为剑、钺、矛、戟。是岁相兼者诸侯九。雍狐之山发而出水，金从之，蚩尤受而制之，以为雍狐之戟、芮戈。是岁相兼者诸侯十二。”——《管子·地数》，（见《诸子集成》本，第五册）。

“蚩尤作兵伐黄帝。黄帝乃令应龙攻之冀州之野。”——《山海经·大荒北经》（见袁珂《山海经校译》圆远页，上海古籍出版社，员缘年版）。

有了先进的兵器，就要有与之匹配的使用这些先进兵器的技能和技巧，这是显而易见的逻辑关系。而操纵兵器的技能与技巧又并非“生而知之”，自然需要训练，这也是一种必然的逻辑推理。显然，当时对参战人员进行事先的身体和军事技术方面的训练是一项十分重要的社会活动。

战争是社会中的群体行为。战争的胜负荣辱，不仅依靠参战人员的身体素质，兵器的先进程度，还有赖于参战将士的整体配合。这又促进了军事队伍的建制和协同训练手段的发展。进入奴隶社会后，由于战争的规模和频率不断升级，军队建制和训练手段也愈加完备。

商的统治者设置了一支强大的军队。据甲骨文记载：“王作三师，右、中、左，有马、多马、射、多射”等统军征战的武官。商王一次出兵三千或五千人，有时竟达到一万三千人。

周王拥有三支军队：一、虎贲（王室禁卫军）；二、周六师（由周人组成的主力军）；三、殷八师（由商的遗民组成，周人为将帅）。战争的扩大，军队的增多，作战形式的复杂化，对军队的组成、训练和使用兵器的技术要求都不断提高，以致在社会上出现了武人专政和尚武风气。

当时军事训练，主要包括两类，一类是贵族子弟的习武及训

练阵法，另一类是普通族兵农闲时或定期的田猎振旅、整体治兵。

《礼记·内则》云：“成童舞象，学射御”，孔颖达疏云：“成童谓十五以上，舞象谓武舞。”《尚书·尧典》云：“命汝典乐教胄子。”《周礼·大司乐》云：“以乐舞教国子。”凡成童、胄子、国子，皆指贵族子弟，所不射御械斗及驭车习骑之类的个人军事技能，学武舞大概亦主要在于训练其腾挪跳跃和灵活转变的战斗技术。

上述这类贵族子弟的军事习训，在商代甲骨文中均有所见。

如习射：

贞惟多生射。（甲骨文《合集》第 9044 号）

贞令内致新射于蕲。（甲骨文《合集》第 9045 号）

贞令禽庠射。（甲骨文《合集》第 9046 号）

令禽庠三百射。（甲骨文《合集》第 9047 号）

射指操弓射箭，属于长距离杀伤性武器，在车骑战中担任武士的贵族子弟，不仅要求其能于短兵交接时善于利用刀戈杀敌，还要求其在车骑驰骋中不受行进条件制约，是个善射手，故必须经良好的射击训练。

“多生射”是指商同姓后嗣亲族之长的习射。“内致新射”是内（人名）选送未经训练的贵族子弟到某地接受射击习训。“禽庠射”，庠有教有习之义，《说文》：“夏曰校，殷曰庠，周曰序”，谓学校教习，此言禽担任教授众多贵族子弟射艺的教官。

又如习御：

王其教，不遭雨。（同上 9048 号）

又如习武舞：

丁酉卜，今旦万，其学。（甲骨文《屯南》第 214 号）

多万……入教若。（甲骨文《英藏》第 214 号）

“万”一称“万舞”（甲骨文《屯南》第 214 号），亦见

《商颂·那》。据《诗·邶风·简兮》云：“公庭万舞，有力如虎，执辔如组。”知万舞是一种力量外露型武舞，在舞的过程中，舞者还有模仿御马驭车的懔懔威姿。习万舞，要在天未明的清晨进行。还有“多万”担任贵族子弟习武舞的教官。

除此之外，贵族子弟还得接受整体的阵法战斗训练，如：

丁酉卜，其呼致多方小子小臣。

其教戍。

亚立，其于右利。

其于左利。（甲骨文《粹》第 562 号）

以上一事多卜，记召集多方小子小臣，即来之多方的贵族子弟，接受“教戍”的整体军事训练。此犹《尉繚子·勒卒令》说的“百人而教战，教成合之千人；千人教成，合之万人；万人教成，会之于三军；三军之众，有分有合，为大战之法，教成试之以阅”。所谓“亚立，其于右利；其于左利”，是指阵法分合配列中，亚官所率车骑队列应位居阵位左右某相应位置。别辞云：“贞王伐利”（甲骨文《宁》第 78 号）、“贞二伐利”（甲骨文《合集》第 79 号）、“贞三伐利”（甲骨文《安明》第 80 号）、“贞八伐利”（甲骨文《安明》第 81 号），“伐利”以数目序次，义同《牧誓》说的“不衍于四伐、五伐、六伐、七伐，乃止齐焉”，是指步兵军行在配合军骑阵法进攻战中，要随时适应战场变幻，保持队列整齐，以利战斗。这是专指族兵组成的步兵军行，与“左利”、“右利”所言对象不同，后者是指贵族子弟组成的车兵及骑兵团体。

值得一提的是，当时的军事阵形训练，不仅局限于练兵场上，而且已知道利用类似今天体育的模拟方式了。

“蹴鞠，兵势也，所以练武士，知有材也。”（《史记·苏秦列传》）

蹴鞠本是类似现代足球的一种古代体育运动，它本与军事技

能不搭界，但是我们的前人已认识到了用这种运动形式来训练参战人员整体配合的作战能力。

如果仅从形式和内容上看，在中国的奴隶社会时期，就有以下古代的体育运动形式与战争紧密相关。

射摇箭

对当时的成年男子来说，射箭不仅是作战的必备技能，也是一种必须参加的军事体育活动，一种必须参加的道德锤炼方面的社会活动。《礼记·射义》中说：“古者天子以射选诸侯卿大夫士。射者，男子之事也。因而饰之礼乐也。故事之尽礼乐而可数，为以立德行者，莫若射，故圣王务焉……。故射者进退周还必中礼。内志正，外体直，然后持弓矢审固。然后可能可以言中。此可以观德矣。”（见《四书五经》中册《礼记集说》卷十）

马术和骑射

西周初年，有关于用骑兵作战的记载。《周易》卷二“晋卦”说：“晋康侯用锡马蕃庶，昼日三接。”（见《四书五经》上册《周易本义》）康侯是晋国的开国之君唐叔，为周武王后邑姜所生，灭唐之役胜利后受卦于唐（今之太原）。“锡马”即“狄马”，为少数民族之骑兵。“蕃庶”也是周人调动的异族军队。此时中原尚无骑兵，用“狄马”、“蕃庶”组织的骑兵打伏，一旦三接（同捷），可见骑兵在战斗中的特殊作用了。（参见平心《周易史实索隐》，《历史研究》1984年第一期）

擒拿搏击

春秋战国时期，徒步战发展到车战，上升为主要作战方式，徒手相搏更有实用价值。

《史记·律书》载：“夏桀殷纣，手搏豺狼，足追四马，勇非微也。”（中华书局1982年点校本）说的是夏桀和商纣这两个王朝末世的暴君，都是勇力过人，能徒手进行搏斗。

《史记·殷本纪》载：“帝武乙无道，为偶人，谓之天神。与之搏，令人为行。天神不胜，乃辱之；为革囊，盛血，仰而射之，命曰射天。”这种与“偶人”相搏的方法，可能是当时进行手搏训练的一种方法，它对后来武术、角力、相扑及其训练方法都有一定的影响。

综上所述，不难看出当今世界上洋洋大观的体育，其源头与血腥的战争有着千丝万缕的联系。而其间体现军事技能的部分，包括现代警察体育是从军事体育演变发展而来的，就曾古代体育的重要组成部分。

第二节 摇战争的需要与军事体育的崛起

战争是人类发展到了一定阶段的产物。人类能否主动适应战争，成为战争的强者和胜利者，其中很重要的一个因素就是战斗力的强弱。有战斗力，就可能成为战争的胜利者，若无战斗力，则注定成为战争的失败者和任人宰割的羔羊。

冷兵器时代，士兵的体力、体能和搏击技术就是赤裸裸的战斗力，他们在很大程度上可以决定战争的胜负荣辱。因此，中外历代统治阶级，无不把那些与战争技能紧密相联的军事体育项目作为军队训练的重要内容。古希腊斯巴达的尚武教育，日本幕府时代的武士修身自不必说，仅从中国古代的武举制度就可看出当时统治者对这部分体育的重视程度。

武举制是武科举的简称。所谓科举，就是设科取士，即通过考试选用官吏。科举制始于隋文帝开皇十八年（公元588年），主要用以选拔文官。到唐代已臻完善。武则天在发展和完善文

科举的同时，于长安二年（公元704年）又开创武科举，即通过考试选拔武官，开创我国武举选才的先例。

《新唐书·选举志上》说：“武举，盖其起于武后之时，长官二年，始置武举。其制，有长垛、马射、步射、平射、筒射、又有马枪、翘关、负重、身材之选。翘关，长丈七尺，径三寸半，凡十举后，手持关距，出处无过一尺。负重者，负米五斛，行二十步，皆为中第，亦以乡饮酒礼送兵部。”唐人杜佑撰的《通典》，也对武举制考核方法作了具体记载：“其课试制，画帛为五规，置之于垛，去之百有五步，列坐引射，名曰长垛。又穿土为捋，其长与垛，均缀皮为两鹿，历置其上，驰马射之，名曰马射。又断木为人，戴方版于顶上，凡四偶人互列捋上，驰马人捋，运枪左右触，秘版落而人不堕，名曰马枪。皆以擅好不失为上。兼有步射、穿扎。翘关、负重、身材、言语之选，通得五上者为第。其余复有平射之科。不拘色役高第者授以官。其次以类升。又制为土木马于里间教人习骑。”（《通典》第84页，商务印书馆《万有文库》二《十通》合刊本）

可见当时人们不仅将含有军事技能的体育本领视为进入上层社会的一种“通行证”，而且对获取这一“通行证”的细节都有相当的研究。

时至近代，随着人类在大大小小战争中血的教训的积累和成功经验的丰富，人们已不再局限于仅从简单直观的因果关系来看待军队中的体育训练了，特别是随着人体科学的发展，使人们能够从更高的科学角度来审视军事训练中的体育价值，并使军事体育从内容（射击、投弹、刺杀、武装泅渡、潜水、攀登、滑翔、跳伞、摩托车、航模……）、手段到理论体系，逐渐发展成为一个相对独立的军事科学分支领域。

高科技进入军事领域以来，武器装备不断更新，极大地改变了战争的样式，现代战争较过去任何时代的战争都更加残酷，在

战争中军人要经受的危险性、艰巨性和困难也比以往任何战争都要大。参战人员将面临着许多过去常规战争中从没经历过的作战环境。现代战争对参战人员从身体到精神都提出了更高的要求。这就要求通过军事体育训练，使军人从力量、速度（动作、奔跑和反应判断速度）、耐力（一般运动耐力和耐饥渴、耐疲劳能力）素质到灵敏、协调素质，从持续高级神经强度作业的适应能力到心智体综合运用的分析和学习能力，都达到一个新的高度。否则，“保存自己，消灭敌人”，就成了一句空话。

从前，人们对体育的期望多在于它的生物效应，在于它对人体质增强的作用。对于军事家们来说，在于它对将士作战能力的提高方面。现在大量中外的科学研究表明，体育不仅可以强健人的体质，而且通过强健的体质基础还可以开发人的智力，直接激活人的智力，挖掘人的智力，特别是对某些创造性的操作技巧的提高，尤有特殊意义。此外，社会学家的研究，揭示了体育社会效应衍生的若干功能，如教育功能、娱乐功能、促进人际交往功能、调剂社会情感功能等等。所有这些对提高军人战场上精确操作能力、应变能力、机敏的洞察能力和判断能力等综合军事素质，无疑都是十分重要的。因此，体育这诸多特征越来越受到世界各国军事学家的高度重视。

国际军事体育理事会成立后，使军事体育的训练和竞赛走上了规范化和科学化的道路。在组织上对军事体育的发展起到了十分明显的保障作用。

由于种种原因，我国军队体育组织在相当长的时间里与国际军事体育理事会没有来往，~~1954~~1955年我国以观察员的身分出席了在叙利亚举行的第~~14~~15届国际军事体育理事会的代表大会。翌年，在第~~15~~16届国际军事体育理事会代表大会上我国正式加入了该国际组织。~~1955~~1956年我国作为东道国承办了第~~16~~17届国际军事体育理事会代表大会，韩复江作为中国的代表被选为执行委员。我国派

出参加国际军事体育竞赛的运动员，也多次以大无畏的拼搏精神、充沛的体力和娴熟的运动技巧为国家和军队争得了荣誉。

在人类的文明史上，由于战争和大量军事行为的出现，极大地刺激了体育这一社会文化现象的成熟和发展，倘若没有战争引起的厮杀格斗，恐怕体育的内容体系里根本不会出现击剑、拳击、摔跤、射击之类的带军事色彩的运动项目。时至今日，日新月异的现代军事体育，以其规范化、科学化、实用性和终极目标直接指向战争的独特内容，填补了现代竞技体育的空白，成为现代竞技体育的有机内容和新的分支，这也从另一侧面向人们描述了战争和体育这两个社会现象间互动发展的逻辑关系。

警察体育的发展也是随着社会的政治、经济的发展而发展。在国际上，已举办了世界警察体育中国特警比武大赛，在国内公安部举办了全国警察射击、散打大比武，每年一次的粤港澳体育交流比赛，开展了人民警察体育锻炼和竞技训练活动，丰富了人民警察的文体生活，加强了他们实战能力的训练。

第三节 摇警察体育学的概念

一、从体育到警察体育

警察这一群体的工作性质决定了他们需要与其它职业群体不同的体育手段。随着实践经验逐步积累和社会的不断发展，人们对训练警察的体育手段逐步筛选、创新、总结、再筛选、再创新、再总结……警察体育伴随着警察的产生而萌芽，伴随着警察的职能在国家的地位和作用不断强化和提高而逐渐发展起来。特别是随着警察教育事业的发展而发展了警察院校的警体教育。随着警体在国内、国际交流的加强，进而有了警体的竞技比赛，产生了竞技警体。因此，我们说，人类社会的发展需要，是警体产

生与发展的动力。

新中国建国初期，人们通常把用于训练警察的体育手段，归类为“特殊体育”或“公安干警体育”后又称为军事体育（称简为军体）。

简而言之，警体是体育的一个分支，是一种以身体练习为基本手段，以促进警员的全面发展，增强其体质，使其掌握警体的基本知识、技术和技能，丰富其社会文化生活，对其进行警察素质、意识的培养和教育的一种有意识、有组织的社会活动。它包括警察院校警体、警察群众警体和竞技警体三大部分。

二、从体育学到警体学

由于警体是体育的一个分支，所以在研究警体科学范围内的问题时，首先要充分借鉴体育科学发展的经验。其次，当确定警体科学理论中所有概念时，要与体育科学的相应概念一致。

（一）体育理论的发展道路

体育理论是我们首先接触，而且是接触最多的体育科学中的重要理论。打个比方：体育科学就象一个里三层、外三层的大四合院，而体育理论就象这个大四合院的前院一样，是我们研究体育科学首先要经过的“前院”。

新中国的体育科学研究是从体育理论开始的。它最初是从前苏联引进，后结合我国实际，总结自己的经验，建立起我国自己的完整的体育理论知识体系和学科——体育理论。这个简单的综合用了十几年的时间。

随着我国体育事业的发展，这个阐明我国体育目的、任务、制度和手段，体育锻炼、体育教学、运动训练的基本理论，以及学校体育、群众体育的组织方法等内容广泛的体育理论被突破了。从 20 世纪 40 年代到 50 年代，前后 10 几年，体育理论一分为五：1954 年专门研究学校体育规律的《学校体育学》面世；1958 年

反映体育整体的基本特征和规律的《体育概论》诞生；1982年专门研究运动训练理论与方法的《运动训练学》出版。同时专门研究身体锻炼原理与方法的《群众体育学》也成书发行。以上四门学科专著都是由北京体育大学的学者编著。到1985年，在体育的学科群中，“一门高度综合的带头学科——体育学。”（《体育学》第1页语）由周西宽教授主编，在成都体院出版。

（二）体育学的孕育过程

体育学是一个新概念。

在辞海与各类词典中（包括1984年出版的《体育词典》）没有体育学这个条目。

唯独在1984年12月出版的《中国大百科全书》体育卷中第161页中有“体育学”这个条目。前文已述，《体育学》这本专著是在《学校体育学》、《体育概论》、《运动训练学》、《群众体育学》之后的1985年在成都体院出版。在刊物中有1986年创刊的《体育学通讯》后于1988年12月又改名为《体育学刊》（由中国高等教育学会体育研究会主办）。我国国家教委颁布的学位条例中，正式设有“体育学”学位。

体育学的概念，在体育理论界有不同理解。

在世界各国中，日本是体育学研究起步较早的国家，于本世纪中叶就出现了体育学会和有关刊物及一批论著。然而，对于体育学的概念，却至今尚未形成完全一致的意见。

关于体育学的概念，在国内体育理论界里，粗线条分一下，有两种代表性的观点：一种观点：“体育学——研究体育科学体系及其发展方向的一门学科。其内容主要是研究体育学体系的结构、层次及其演变；应设置学科；各学科及其演变；各学科之间以及与其相关学科之间的相互渗透与综合发展的关系。”（1984年12月出版《中国大百科全书》体育卷第161页）另一种观点：“体育学是从宏观上研究体育的一门学问，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类的方向发展。”（《体育学》第 9 页）

当我们着手研究建立“警体学”时，回顾体育理论的发展道路，简述体育学的孕育过程，对我们是非常有借鉴价值的。

当今，科学技术蓬勃发展有两大特征：一是各学科领域知识体系高度分化，另一个是高度综合，而且在科学技术高度分化、高度综合这两大特征中，代表着科学发展的根本性质的高度综合，显得更为重要。

体育理论的综合、分化、再综合 几十年的发展史，体育学在体育理论的分化中诞生，又在自己的综合发展中孕育发展的历史，也正是遵循了上述的客观规律。

（三）关于“概念”的一致性

这里的一致性，是指警体科学中确定一个概念，要与体育科学中相应的概念的一致性。

理论研究的实践告诉我们，任何一种理论研究，首先要搞清楚基本概念。科学都是由概念组成的理论体系，而概念又是构成人类思维的“逻辑细胞”，是思维的基本单位。如果在警体理论界，关于警体科学中的概念不明确，就容易把一些相邻近的事物或现象混淆，而无法进行科研，也无法掌握科学的实质，运用科学的规律来指导实践。因此，在确定警体科学概念时，我们首先要有一个大前提，有一个共同的基础：警体是体育的一个分支，因此在确定警体科学的各种概念时，要与体育科学中相应的概念一致。

（四）警体学的概念

我们从借鉴“体育学”概念在国内外研究成果，特别是对国内主要两种“体育学”概念的论述与比较，结合警体科学现在的实际情况，我认为论述“警体学”概念，借鉴周西宽教授

关于“体育学”的概念的论述是恰当的。

“警体学——从宏观上研究警体的一门学问，它从整体上认识警体全过程的一般规律，抽象地反映出警体的主要特征，准确揭示其本质，以便使警体这种社会实践活动朝着更有利于增强警察的体质，更有利于警察掌握警体专业技术，促进其警体技能的更快形成，更有利于警察素质、意识的培养和提高，更有利于警察的全面发展的方向上发展。”

三、前途光明、道路曲折

“警体学”是一门还在产生并发展着的新学科。现在我还只能就警体学的概念，试着从查阅整理文献资料，走访有关学者，调查北京体育大学、北京体育师范学院、北京师范大学体育系理论课程开设情况，借鉴体育学的科研成果，斗胆取舍，试着论述了警体学的概念。我们要使警体学朝着既要促进警体学的理论发展，又要满足警体实践的需要这样一个方向发展。使警体学专著尽快面世，让警体学尽快地得到社会的公认，并经得起社会实践的检验，在警体教育过程中，尽快发挥作用。

第四节摇警察体育学科的建设

警察体育学（简称警体学）是一门由体育学和公安学有机结合形成的、具有很强实践性的新兴学科，从1982年国家教委和公安部批准公安大学试办警体系起便孕育而生。经过六年的发展，特别是在第二届全国警体理论研讨会以后，各地警察院校相继成立警体教学部门，开设多种警体专业课程，在警体教学和训练实践活动上取得了可喜的成果，使警体学从萌芽阶段进入了不断发展的全新阶段。1986年10月，国家教委颁布的普通高等学校本科专业目录中，已正式把警察体育（编号040204）列为体

育学类中一个独立的专业，得到国家和社会的认可。可是警体学作为一门新学科，尚待发展和完善，其学科体系的整体框架、内涵以及它在警体领域中的作用地位，目前也还尚未被所有从事警体教育的人们所认识。

我们在对全国警察院校警体教学情况进行了问卷调查，从反馈的情况来看，各地警察院校对警体教学和训练都较为重视，但对警体学理论问题却较少进行探讨，缺乏将警体实践活动上升到理论高度的归纳与总结。这正是导致在概念上对警体学模糊不清，在警体教学和科研上出现以“群体”、“军体”代替警察体育以及忽视基础体育，只强调公安实战等各种倾向的主要原因。而这些错误倾向和模糊认识都阻碍了我们对警体理论的研究和对警体教学规律的探索。因此，加强警体学科建设，从学科的高度来认识警察体育就显得更为迫切和重要，它有利于澄清模糊认识，消除错误倾向，使警体理论与实践密切联系，推动警察体育沿着正确方向发展。

从警体学概念及研究重点、警体学与相关学科的关系、警体学科体系三个方面对警体学建设问题进行学术研究和探讨。

一、警体学的概念及研究重点

弄清警体学概念，首先要明确什么是警察体育。我们认为警察体育是以增强警察体质，提高实战技能为目的的一种有组织、有意识到特定群体的活动。它包括警体教育、警察体能技能训练、警体竞技运动、警察身体锻炼以及身体娱乐活动等。那么，什么是警体学呢？毛泽东同志曾说过：科学研究的区分是根据科学对象所有的特殊矛盾，对于某一现象所特有的某种矛盾的研究，就构成某一学科的现象。警体学正是根据警察执法的需要，以如何增强警察的体质及提高其实战技能为研究对象，由体育学分化出来的与公安学有机结合而产生的新兴学科。一门学科的发