

社会体育概论

何疑 编著

四川大学出版社

书 名：社会体育概论

作 者：何疑

责任编辑：王平

出版社：四川大学出版社

出版日期：2005-2

ISBN：7-5614-2987-8/G80-05

定 价：18.00

内容提要

本书从增强人民体质，增进社会健康，延长人的寿命，满足人民群众的健美、消遣、娱乐、休闲、保健、医疗、康复和社交等多个角度，对社会体育进行了广泛的论述。本书的主要内容包括：社会体育概述，社会体育与社会进步，我国社会体育的目的、任务以及地位与功能，社会体育参与，影响社会体育发展的因素，社会体育活动的原则、内容和方法，社会体育专门人才的培养，社区体育，农村体育，家庭体育，企事业单位体育，社会体育管理的方法和社会体育机构。本书可作为普通高等学校体育专业选修课教学及社会体育工作者的参考用书。

前 言

社会体育是体育事业的重要组成部分，无论是在公益性体育事业中，还是在经营性体育产业中，社会体育都占据着重要地位。江泽民同志在党的“十六大”报告中深刻阐释了全面建设小康社会的目标，明确提出“全民族的思想道德素质、科学文化素质和健康素质明显提高，形成比较完善的现代国民教育体系、科学和文化创新体系、全民健身和医疗卫生体系”。这里强调的全民健身体系既是建设小康社会的发展目标和标志，也是对体育工作提出的具体目标和任务。因此，对社会体育进行全面而系统的研究，不仅是体育事业发展的需要，更是中国社会发展的需要，具有其深刻的理论意义和重大的实践意义。我国推行《全民健身计划纲要》后，社会体育的发展势头更加迅猛，体育人口逐年增加，社会体育的发展条件也发生了很大的变化，一个面向大众的多元化体育服务体系正在逐步构建。社会体育作为一个全社会认可的概念已经初步成型，并深刻地影响着现代化建设者的物质生活和精神生活。与此同时，人们在社会体育领域内已经开展了广泛的、卓有成效的学术研究，开发、引进了越来越多的新概念，逐步形成了系统完整的理论知识体系。

本书的编写人员为：统稿，何颖；第一章、第二章，黄涛编写；第三章、第四章，杨涛编写；第五章、第六章，岳强编写；第七章、第八章，汤薇编写；第九章、第十章，李磊编写；第十一章，王利涛编写；第十二章，刘绘夫编写；第十三章，宋洪川

编写。

由于我们的水平和编写条件的限制，本书还存在许多不足的地方，疏漏之处敬请广大读者指正。

编 者

2004 年 10 月

目 录

绪 论	(1)
第一章 社会体育概述	(14)
第一节 社会体育的概念体系	(14)
第二节 社会体育的产生与发展	(19)
第二章 社会体育与社会进步	(35)
第一节 社会体育与生产方式	(35)
第二节 社会体育与生活方式	(41)
第三节 社会体育与大众健康	(45)
第四节 社会体育与社会文化	(54)
第三章 我国社会体育的目的、任务以及地位与功能	(57)
第一节 我国社会体育的目的与任务	(57)
第二节 我国社会体育的地位与功能	(66)
第四章 社会体育参与	(71)
第一节 社会体育参与概述	(71)
第二节 影响社会体育参与的基本因素	(78)
第三节 体育人口概述	(82)
第四节 非体育人口	(92)

第五章 影响社会体育发展的因素	(97)
第一节 影响社会体育发展的宏观因素	(97)
第二节 影响社会体育发展的中观因素	(112)
第三节 影响社会体育发展的微观因素	(119)
第六章 社会体育活动的原则、内容和方法	(123)
第一节 社会体育活动的原则	(123)
第二节 社会体育活动的內容	(127)
第三节 社会体育活动的练习方法	(138)
第四节 社会体育活动的指导方法	(143)
第七章 社会体育专门人才的培养	(153)
第一节 社会体育指导员现状	(153)
第二节 社会体育指导员国家职业标准	(163)
第三节 社会体育指导员的培养	(184)
第四节 加快社会体育指导员培养的对策	(190)
第八章 社区体育	(194)
第一节 社区体育的特点和意义	(195)
第二节 中国社区体育的现状与发展趋势	(202)
第三节 社区体育服务的组织	(207)
第四节 构建社区体育服务新体系的措施	(220)
第九章 农村体育	(231)
第一节 农村体育是社会体育的难点	(232)
第二节 镇乡体育是农村体育的重点	(242)
第三节 农村体育发展的趋势	(249)

第十章	家庭体育	(257)
第十一章	企事业单位体育	(264)
第十二章	社会体育管理的方法	(269)
第一节	社会体育管理的法律方法	(269)
第二节	社会体育管理的经济方法	(276)
第三节	社会体育管理的计划方法	(282)
第四节	社会体育管理的行政方法	(289)
第五节	社会体育的社团管理	(295)
第六节	社会体育的标准化化管理	(302)
第十三章	社会体育机构	(306)
第一节	体育行政机构	(306)
第二节	社会体育社团	(309)
第三节	社会体育企业	(313)
参考书目		(318)

绪 论

一、建立社会体育学科的必要性

第二次世界大战后，随着在世界范围内兴起的大众体育热潮的不断高涨，以及新中国成立 50 多年来群众体育活动的蓬勃发展，特别是改革开放以来社会体育出现的深刻变化和“以人为本”观念的全面确立，为社会体育学的建立提供了极其良好的社会条件。

（一）国外大众体育热潮的形成

西方发达国家进入后工业社会之后，生产方式和生活方式发生了重大变化，引起了人口构成的老龄化、劳动力构成的知识化、膳食构成的高营养化和消费构成的社会服务化，以及疾病构成的“文明病”，使人们日益认识到发展大众体育的重要性和必要性，大众体育因此而迅速崛起。大众体育与以“奥林匹克运动”为代表的高水平竞技体育和向正规化方向发展的学校体育呈三足鼎立之势，并形成了自身的特点，如平民化、普及化和科学化等。

（二）我国群众体育的迅猛发展

社会主义制度要求把我国群众体育作为人力资源开发的一种投资形式，作为建设社会主义物质文明和精神文明的一种必不可少的社会活动。我国开展群众体育的经济条件还比较差，经济基础还相当薄弱，需要进一步建设和增强，开展群众体育的思想认识也正在逐步转变和提高。党的十一届三中全会以来，群众体育

得到了稳步的发展，我国体育人口数量迅速增长，并大大高于发展中国家的平均水平；城乡居民的体质与健康状况大有改善，我国人口的平均预期寿命已经接近世界发达国家的水平，全民健身运动正在为现代的建设者塑造着强壮的体魄；体育场（馆）建设取得了长足的进步。职工体育、农民体育、社区体育、民族体育、老年人体育、残疾人体育推动了群众体育事业的全面发展，一种适应市场经济的体育管理模式和运行机制已经初步形成；人们的体育价值观念正发生着重大变化。

我国的群众体育既具有民族性，又具有世界性，带有鲜明民族特色的中国群众体育是当今世界大众体育的组成部分。因此，用科学的态度研究国内外大众体育的经验并建立理论，以指导我国社会体育和全民健身活动的发展，已成为我国体育事业发展的强烈时代需要。同时，我们还应该看到，国内外大众体育的发展也为社会体育学的建立不断地提供着极其丰富的信息，创造了良好的理论环境。

（三）体育科学发展的未来趋势

由于社会各阶层人群的健康价值观念的重大变化，社会体育在客观上已经形成了一个巨大的社会运动市场。一些过去的“体育理论”从未涉及的概念引起了人们的广泛重视，如体育人口、社区体育、康复体育、残疾人体育、妇女体育和休闲体育等，因此必须对这一领域给予理论支持，才能推动社会体育的持续发展。

在现代体育和现代体育科学的发展过程中，许多国家都加强和重视对大众体育的研究，这是一种人文精神的回归。这一时期，国际大众体育的学术交流频繁地开展，所举行的国际体育运动生物学科报告会，主题多是讨论或涉及大众体育的。欧洲共同体议会举行的体育讲座，多是关于残疾人、老年人、妇女的身体能力的讨论和研究。世界大众体育大会已经举行了多届，极大地

推动了各国大众体育的发展。为了让我国在社会体育方面具有更多的国际共同语言，非常有必要加强社会体育学的理论研究和学科建设。

（四）培养体育人才赋予的任务

由于我国体育师资严重缺乏，多年来大多数体育院校的主要精力都集中于培养体育师资，而几乎没有一所学校专门培养社会体育指导员这方面的人才。从未来社会发展的趋势分析，按平均每 2000 人配备 1 名社会体育指导员计算，我国需要 80 万名社会体育指导员。这是一个值得我们注意的人才开发动向。近十余年来，由于社会体育的飞速发展急需大量的专业人才，培养社会体育专业人才的工作开始受到关注。目前，我国社会体育的专业人才培养分两种形式进行，一种是正规学校教育，一种是社会教育。

截至 2003 年底，全国已有八十余所体育院校开设了社会体育专业，成立了社会体育系，许多学校培养了社会体育的硕士生，少量学校还培养了博士生。

1993 年 12 月，国家颁布了《社会体育指导员技术等级制度》，这是在深化体育改革中产生的一项社会体育的基本制度。它填补了社会体育人员管理上的空白，标志着我国社会体育工作在制度化的道路上又前进了一步。

2001 年 8 月 7 日，国家劳动与社会保障部正式颁布了《社会体育指导员国家职业标准》，并在全国范围内施行。这标志着中国社会体育指导职业资格认证制度的建立，对社会体育指导员的管理又迈上了一个新的台阶。

随着体育运动和体育科学的发展，高级体育人才开始由体育运动技术型人才向体育科学知识型人才转型，初、中级体育人才也开始向介于两者之间的中间型转型。在体育科学知识的传授中，有关身体锻炼的科学知识已占有了很大的比重。在美国，许多大学体育院系的教学内容开始向健康、娱乐方向演变。在日本

大阪体育大学开设的课程中，就包括社会教育论、社会体育管理组织论、公共卫生学、病理学、营养学、生产体育论、安全管理、娱乐论、野外活动论和学校保健等有关群众体育的多门课程。

二、社会体育学的研究对象与教材体系

社会体育学研究的对象是发生在社会体育领域中的各种体育现象，对社会体育学的研究也基本上属于管理学、社会学的范畴，即它所要研究的是如何建立对社会体育组织管理的最佳方案，以及社会体育中各种问题的处理方法。社会体育是人类社会中出现得最多的一种体育现象，不管历史上的哪一种社会形态，不管社会的哪一类组织结构，都无例外地存在着社会体育的形式。在这一点上，社会体育比竞技体育和学校体育有更大的活动空间，并占用了更多的社会时间。若将社会体育视为一个管理的概念，则可以向下引申出企事业体育、农村体育、社区体育、城镇体育、家庭体育、民族体育、民间体育、职业体育（不是指职业运动的体育，而是指为了适应不同职业需要而开展的体育）等概念，以及体育人口、体育参与等概念。

三、社会体育学的研究方法

社会体育学拥有独特的研究对象和广阔的研究领域，这决定了这门学科的研究方法。人文社会科学中，如历史学、管理学、经济学、人口学、法学、教育学等学科的研究方法都可以被社会体育学所采用。自然科学中，如心理学、生态学、力学、医学等学科的研究方法也可以被社会体育学所采用。如果将社会体育作为一个整体去研究它的发生、发展过程，就必须进行纵向研究，可采用历史学和比较体育的方法；如果要对社会体育的现状进行研究，就必须进行横向分析，大面积和区域性的社会抽样调查是

最有效的方法之一。在研究社会体育对不同类型（职业、性别、社会角色、文化素养）人群的社会作用时，可采用观察法、个案调查法、典型调查法，甚至更为精细的实验法。对社会体育既可以进行经验的定性研究，也可以进行精确的定量研究。

社会体育学的研究是面对社会的。如此，对于同一问题的研究所得出的结论不同，不仅有研究者自身方面的原因，而且还有研究取材对象输出信息方面的原因。由于取材对象的感情、思想等因素，常常会将真实信息截留下来，而向研究者输出虚假信息。另外，在整理归纳所获得的信息的过程中，研究者也会将自己固有的价值观念渗透到研究成果中去，如果操作不当，也会产生虚假信息。因此，在进行社会体育学的研究时，要想获得真实的信息，得出客观的结论，就必须遵循科学的方法论，运用一系列科学的操作方法。

（一）社会体育学的方法论

社会体育学的方法论，主要是指用马克思主义的辩证法来探讨与社会体育学科体系和基本假设有关的一般原理问题，即指导社会体育研究的原则、逻辑基础以及学科的研究程序和研究方法等问题。方法论在社会体育学的研究中有着重要的指导作用。

1. 唯物辩证法

在研究方法和哲学层次上，应以马克思主义的辩证法来强调研究过程的实践性和经验性，重视以客观事实和资料以及社会事实来说明普遍的社会规律，以发展的观点把社会作为一个整体来研究，侧重分析社会结构及各个分系统之间的相互关系，以便对社会变化的原因做出解释。

在研究社会体育学的过程中应当遵循以下原则：

（1）坚持实事求是的原则。在社会体育学的研究中，要坚持实事求是的原则，注重研究的客观性和科学性，从我国的社会实际出发讨论问题、尊重事实、崇尚实践。在社会调查中还需要以

科学的态度和精神对所获得的事实和测得的资料进行科学的解释，特别是当出现与一般经验相悖的事实时，一定要进行实事求是的分析和讨论。

(2) 运用系统论的原则。在社会体育学的研究中，我们应当了解体育本身就是一个开放的、复杂的系统，社会体育也是一个庞大的组织系统，有若干个子系统，并由若干个子系统以一定的结构形式相互联系而构成一个有机的整体。社会体育的结构是否合理直接影响着社会体育的发展规模和速度，影响着体育社会化、现代化的进程。因此，系统分析作为现代思维方式中的一种重要思维方法，在社会体育调查中具有广泛的意义。

2. 社会体育学的方法论

社会体育学的研究必须进入到社会体育现象的实际中去，以发现体育运动在社会中的特殊性质和功效。因此，在研究中应遵循以下原则：

(1) 客观性原则。客观性原则是人们的认识取得科学形式的基石。在社会科学研究中，由于已有理论和所观察目标的制约与影响，也由于研究手段的限制，社会科学的研究往往带有主观性。因此，要充分利用现代科学技术的方法来减少主观性，增强客观性。

(2) 全面性原则。全面性原则是客观性原则的逻辑延伸。在社会体育学的研究中，坚持全面性原则是避免片面、缺漏和差错的前提。因为在社会体育学这个复杂的系统中，结构的层次、要素、参量较多，个体之间的差异较突出，所以在搜集资料、分析资料时要切实弄清研究的目的和目标。也就是说，既要重视直接获得的资料信息，也要重视以往的正确经验。

(二) 社会体育学的研究方法

1. 调查访问法

调查访问法是应用得最普通的社会调查方法之一，也是最重

要的调查方法之一。在汉语中,“访”就是探望、寻求,“问”就是询问、追究。调查访问法是访问者通过口头交谈的方式向被访问者了解社会情况的方法。

调查访问法因研究的性质、目的和对象的不同而有不同的方式。例如,根据双方的交流方式,访问可分为直接访问(双方面对面的交谈)和间接访问(通过电话或其他方式进行访问);根据一次被访问的人数,访问又可分为个别访问和集体座谈;按照对访问过程的控制程度,访问还可分为结构式访问和无结构式访问(非标准性访问)。

2. 问卷调查法

问卷调查法是以书面提出问题的方式搜集资料的一种研究方法。研究者将所要研究的问题编制成问题表格,以邮寄、当面作答或追踪访问的方式要求被调者在问题表格中填写符号(或由研究者自己填写),从而了解被调查者对某一现象或问题的看法和意见。

问卷调查法方便实用、省时、花钱少,能搜集到大量的样本信息资料,便于整理归类,调查结果具有一定的代表性,因此在社会体育学的研究中被广泛使用。问卷调查法涉及封闭型问题的类型、问卷的编制程序和设计问卷问题的基本要求。

(1) 封闭型问题的类型。 是否式。让被调查者在“是”与“否”、“同意”与“不同意”中择一回答。 选择式。让被调查者从多种答案中挑选最适宜的一个或几个答案,然后做上记号。

评判式。每个问题后列有许多答案,要求被调查者依其重要性评定等次。评判式也被称为排列式、编序式。如果答案是回答问题的程度或状况时,也可将答案预先分为两个极端,中间按一定的间距区分,让被调查者写上个人的意见和评判。 划记式。让被调查者按同意或不同意,在答案上分别做记号“√”或“ ”。

在问卷中也可以出现一些开放式的问题,被调查者可以自由

作答。

(2) 问卷的编制程序。明确研究目的, 根据研究目的和假设范围搜集所需要的资料, 并确定调查对象。列出问卷调查所需要研究的问题纲要, 确定所需要搜集的问卷类型。围绕主题草拟问题, 列出标题和各部分具体项目。征求有关人员、专家的意见, 修订调查项目。试测, 即从总体样本中抽取 30 ~ 50 人为试测样本, 以便检查问卷表述的方式、项目、内容能否被受试者所理解, 并求出信度、效度。

(3) 设计问卷问题的基本要求。问卷问题的设计关系到问卷的科学水平, 是问卷编制中关键的一环。因此, 在设计问卷的问题时必须考虑以下几点: 问题的范围。问卷是用于小范围的典型调查, 还是用于大范围的统计调查; 问卷是用来了解人们思想态度方面的意向性问题, 还是用来了解过程方面的事实材料。

问题的内容。问卷问题的内容是完全符合、基本符合, 还是基本不符合该课题研究的目的是和假设的需要; 问卷所列的调查项目对研究目的是否具有广泛的覆盖面, 答案是否较全面地反映了所要研究的问题的主要方面, 且不交叉、重叠。问题的数量。问题太多, 作答者容易产生厌倦的情绪, 导致敷衍或不予回答; 问题若太少, 又不能得到有关研究的基本事实材料, 以致影响研究结论。因此, 可问可不问的问题最好删除。一份问卷作答时间一般以 30 分钟 ~ 40 分钟为宜。然而, 一些较复杂的超出被调查者知识和能力范围的、需要查阅资料才能回答的问题, 应尽量避免。问题的文字表达。文字应准确简明, 通俗易懂, 容易回答, 避免冷僻或专业性太强的术语。结构上, 一般一个问题只含一个疑问。问题的排列顺序。问题的排列应当分类清楚、层次分明、合乎逻辑。

3. 实验对比法

实验对比法不仅是一种获得资料的方法, 而且是通过人为地

设置一定的情境和有意识地控制与操作某些变量，从而对比发现和揭示变量之间的因果变化关系的一种研究方法。在社会体育学研究中，有很多时候需要采用实验前后的变量变化规律来揭示我们推行的锻炼方法和采用的锻炼手段的有效性，从而对这种方法或手段进行广泛推广。例如，了解太极拳运动对中老年人身心健康的功效性，有氧健身操对人体哪些方面的影响显著等，都需要进行实验，然后进行前后对比找出答案。

实验对比法最重要的特点就在于其对所要研究的对象在条件方面加以了适当的控制，排除自然状态下无关因素的干扰，突出所要研究和印证的因素，从而相对准确地判断出研究者试图确认的事物之间的某种关系。

实验设计是实验对比法中的重要环节，是为了在操作过程中尽可能地减少或避免实验误差。

实验是由处理因素（自变量）、实验对象（被试者）、实验效应（因变量）三个基本要素构成的，实验的目的就是要找出或确定自变量与因变量之间的因果关系。

（1）处理因素。处理因素是根据实验目的，由实验者经过选择，并可以控制和施加于实验对象的刺激因素。在社会体育学研究中，处理因素的性质可以是物理的（如运动强度、运动条件等），也可以是社会的或者教育的（如教师行为、学生特征等）。

（2）实验对象。在选择被试实验对象时，除需要考虑种族、地域、性别、年龄等一般条件外，还需要考虑爱好、生活习惯、心理状态的一致性条件。

（3）实验效应。实验效应是通过具体的指标观察和检测出来的。指标性质可分为计数指标和计量指标。计数指标是指以“是”或“否”、“完成”或“未完成”来反映例数的指标；计量指标是指以度量测得的指标（如身高、体重等）。这些指标还应具备有效性、客观性、精确性和灵活性。