

## 论改革开放以来我国学校体育指导思想

贾洪洲<sup>1</sup>, 陈琦<sup>2</sup>

(1.华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510006; 2.广州体育学院, 广东 广州 510500)

**摘 要:** 改革开放至今, 我国学校体育指导思想呈现出素质教育、以学生为本、终身体育和健康第一多元并存的局面, 这4种指导思想各有着力点: 素质教育是学校体育的改革背景、以学生为本是价值导向、终身体育是最终目的、健康第一是工作方针, 但对于解决学生体质下降问题无异于缘木求鱼。在理论分析和历史考证基础上, 认为体质教育思想对改善学生体质是有的放矢的。然而, 体质教育思想也需与时俱进、取长补短。最后, 从“整体大于部分之和”思想出发构建一个整体化学校体育指导思想体系。

**关键词:** 学校体育; 体育指导思想; 素质教育; 以学生为本; 终身教育; 健康第一; 体质教育  
中图分类号: G807.0 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2013)05-0003-05

### A study of school physical education guiding ideologies implemented in China since the reform and opening

JIA Hong-zhou<sup>1</sup>, CHEN Qi<sup>2</sup>

(1.School of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510006, China;

2.Guangzhou Sport University, Guangzhou 510500, China)

**Abstract:** So far since the reform and opening, school physical education guiding ideologies implemented in China have presented a situation of coexistence of such 4 ideologies as quality education, student-oriented, lifetime sports and health first, which have respective focuses: quality education is the reform background of school physical education, student-oriented is the value orientation, lifetime sports is the ultimate goal, health first is the working guideline, but they are futile for solving the problem of student fitness deterioration. Based on their theoretical analysis and historical research, the authors concluded that the fitness education ideology is target-specific for improving student fitness; however, it needs to be enhanced as time passes. Finally, the authors built a level clearly defined, key point highlighted, responsibility specified, strong point utilized, diversified, integrated school physical education guiding ideological system based on the idea that “the whole is greater than the sum of the parts”.

**Key words:** school physical education; physical education guiding ideology; quality education; student-oriented; lifelong sports; health first; fitness education

“故今日之责任不在他人而全在我少年”, 每当读到110多年前梁启超写的《少年中国说》, 我们都油然地感到青少年责任之重大。然而青少年体质监测数据一次次无情地警示着我们——“体质不强, 何谈栋梁”。对于学生体质下降有不同的说法, 诸如遗传说、营养说、社会发展必然结果说, 还有退化说、进化说和优化说等, 但无论哪种学说都不否认学生体质下降对于

国家和个人的负面影响, 无论学生体质下降与多少因素有关, 都不能否认学校体育这一重要因素。学校体育实践活动都是在学校体育思想指导下开展的, 因此把握学校体育指导思想这一“源头”, 就等于执学校体育之牛耳。本研究从学生体质下降角度反思当前多元化并存的学校体育指导思想, 进而探索改善学生体质的指导思想, 在此基础上尝试构建新时期我国学校体

收稿日期: 2013-08-10

基金项目: 国家社科基金重大招标项目“新时期我国学校体育教育理论与实践重大问题研究”(11&ZD150)。

作者简介: 贾洪洲(1978-), 男, 讲师, 博士研究生, 研究方向: 学校体育。

育指导思想体系。

## 1 从学生体质下降审视当前学校体育指导思想

自我国第一个近代学制《奏定学堂章程》中开设“体操科”以来,学校体育指导思想历经军国民体育思想、自然主义体育思想、前苏联体育教育思想、体质教育思想的更迭,到 20 世纪 80 年代中期以后逐渐形成了素质教育、以生为本、终身体育和健康第一的多元化并存局面。

### 1.1 “素质教育”背景下学校体育改革的重心在于“素质”而非“体质”

新中国成立以来我国教育界在苏联凯洛夫教育学指导下十分注重基础知识、基本技能的培养。改革开放以后,人们逐渐认识到单纯“双基”教学的不足,提出要重视非智力因素的培养,可以看做是“素质教育”的雏形。在对素质进行研讨的过程中诞生了片面追求分数和升学率的“应试教育”一词。1996 年通过的《中华人民共和国国民经济和社会发展“九五”计划和 2010 年远景目标纲要》首次以法律文件形式确立我国教育由“应试教育”向“素质教育”转变。此后,全国形成了素质教育研究和实践的浪潮,素质教育也由最初关注“非智力因素”演变为“注重人的整体素质的全面提高”。同时,党和国家领导人的重要讲话和中央一系列文件表明,素质教育已经提升为党和国家的重大决策<sup>[1]</sup>。1999 年 6 月颁布的《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》(以下简称《决定》)中明确指出:“调整 and 改革课程体系、结构、内容,建立新的基础教育课程体系”;2001 年 6 月,《国务院关于基础教育改革与发展的决定》进一步明确了“加快构建符合素质教育要求的基础教育课程体系”的任务。于是,我国新一轮基础教育课程改革启动。为了贯彻上述两个决定,新课改的根本性法规——《基础教育课程改革纲要(试行)》提出:“构建符合素质教育要求的新的基础教育课程体系。”由此可以看出,作为教育重要组成部分的学校体育是在整个基础教育实施素质教育背景下走上改革之路的。

2006 年,国务院批转的《国家教育事业发展规划“十一五”规划纲要》明确提出,“十一五”期间,教育事业要“以素质教育为主题”。2010 年颁布的《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020 年)》(以下简称《纲要》)将“坚持以人为本、全面实施素质教育作为教育发展的战略主题”。素质教育背景下,学校体育把学生的全面发展放在中心地位,注重学生的整体素质提高,重点关心学生创新精神和实践能力。它能有效纠正学校体育中重“三基”传授轻素质培养,

重精英教育轻大众教育的问题。从这个角度看,素质教育重心不在于学生“体质”而在于学生“素质”。

### 1.2 “以生为本”作为学校体育价值导向侧重于整体“人”而非“身体”

20 世纪 80 年代以来,为了解决体育教学中“学生学不会、学不懂、学不悦”的问题,提出了快乐体育、主体教学等体育教学思想;为了纠正学校体育中错误地追求人以外的价值,我国的学校体育重心由学科体系转向学生发展,教育目标由政治挂帅、经济优先的社会本位转向育人为本。经过长期的探索与改革,人们的观念和认识得到了深化,新世纪体育课程改革将“以学生发展为中心,重视学生的主体地位、确保每一个学生受益”作为基本理念。此后,“以生为本”作为一种指导思想越来越多地出现在学术研究与相关文件中,而内涵也逐渐丰富与完善,主要包括:1)从学生的发展出发是逻辑起点;2)让学生得到全面和谐发展是质上的规定;3)让全体学生都得到发展是量上的要求;4)让学生主动发展是真谛;5)让学生个性得到充分发展是时代特征;6)让学生实现可持续发展是终极目标<sup>[2]</sup>。

以生为本对于扭转教育价值取向,回归教育本质,树立学生主体地位,提高教学质量都具有积极的意义。但是以生为本是从整体教育而言的,不可能具体到某一个学科,更不可能针对某个问题。作为一种价值导向,其侧重点在于整体的“人”,而非作为人的组成部分的“体质”。

### 1.3 “终身体育”作为学校体育最终目的着眼于培养学生兴趣、能力而非增强体质

终身体育思想于 20 世纪 60 年代伴随着终身教育思想应运而生的,并受到世界广泛关注。早在 1968 年,有苏联学者曾提出从 0 岁到 100 岁的锻炼身体观点。20 世纪 70 年代,日本许多杂志上也先后出现了终身体育的概念。而在我国,终身体育作为一种理念进行深入研究则是从 20 世纪 80 年代中期开始的,1987 年《全日制中学体育教学大纲》中提到的“掌握三基,以适应终生锻炼身体和生活娱乐的需要”,可视作终身体育思想最早在学校体育中的体现。1996 年《全日制普通高级中学体育教学大纲》明确将“提高学生的体育意识和能力,为终身体育奠定基础”作为教学目的之一。新世纪体育课程改革在课程性质、课程特性、课程理念、课程目标等多方面强调终身体育思想。在终身体育思想指导下,学校体育纵向将近期效应和长远效应相结合,横向要求与家庭体育和社会体育融为一体,对我国学校体育的理论与实践都产生了深远的影响。

一般来说,教育思想的产生多是源自对教育弊端的反思,如素质教育针对的是应试教育,以生为本针对的是社会本位和学科本位。而终身体育思想则不同,它是派生于终身教育思想和应人们追求健康长寿、改善生活方式、提高生活质量的主体需要诞生的。虽然它能有效解决“学生离开学校之日就是和体育说再见之时”的症结,但与要解决问题相比,终身体育思想更是一种具有前瞻性的思潮和理念。它是顺应社会发展潮流和学校体育发展趋势而提出来的,是学校体育追求的一种理想和终极目的,对于学校体育发展具有引领和指示作用。终身体育思想重心着眼于长远效益,侧重于学生体育兴趣、能力和习惯的养成,那么增强学生体质自然就不是其关注的重点。

#### 1.4 “健康第一”作为学校体育工作方针注重“三维健康观”而非“一维生物观”

新中国成立初期,针对学生营养不足、学习负担过重、社会活动过多,学生健康状况极差的现状,毛泽东于1950和1951两次写信给当时的教育部部长马叙伦,提出了“健康第一,学习第二”的指示。随后,“健康第一,学习第二”列为全国教育工作方针的内容<sup>[3]</sup>。当时的“健康第一”与“增强体质”词异义同,而与三维健康观有着一定的区别。“健康第一”思想的再次提出是以“素质教育”为背景的,《决定》中明确指出:“学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作……”这句话虽然是在论述学校体育中提出的,但准确地说当时提出“健康第一”还是针对整个学校教育而言的。2001年《体育(与健康)课程标准》(实验稿)明确提出“健康第一”的指导思想,并依据体育的功能和三维健康观划分了5个学习领域。2010年颁布的《纲要》提出“加强体育,牢固树立健康第一的思想”,则较为明确地提出学校体育应坚持健康第一指导思想。素质教育、以人为本、终身体育思想最初都是首先从学术界提出,经过广泛讨论后出现在政策法规中,而健康第一指导思想则是先由政府相关部门颁发文件,而后在实践中落实,进而引起学术界关注。从这个角度来看,健康第一是学校工作的指导方针<sup>[4]</sup>。

虽然影响健康的因素很多,但不可否认体育对学生的生理、心理和社会适应能力的提高有着其它学科不可替代的作用。然而,“健康第一”主要强调“三维”整体健康观,在思想上人们往往将新课改的“新”定义在心理健康与社会适应领域的拓展上,在实践中人们极易错误地将教学重点也放在该领域。由于人们对“健康第一”的误解和课程实施过程中无暇顾及多领域目标,因此对于增强学生体质效果也不明显。

## 2 从学生体质下降审视体质教育指导思想

综上所述,4种学校体育指导思想出发点多是面向整个学校教育而非学校体育,要解决的是整个学校教育宏观的而非微观领域具体的问题,对学校体育发展在方向上虽具有引领作用,但并未触及到学校体育的本质,对学生体质问题更不具有直接的指导性和针对性。相反,由于4种体育思想侧重点各异,客观上造成了增强体质目标被淡化。因此,要解决学校体育最棘手最迫切的问题——学生体质下降,必须树立对体质最直接、最有针对性的学校体育指导思想,经过分析和筛选认为体质教育思想是有的放矢的。

### 2.1 增强体质是体质教育指导思想的本质

体育与德育、智育、美育的区别在于以“身体练习”为主要手段,体育的功能是从“身体练习”为起点展开的,通过“身体练习”产生最直接的效果反映在身体方面,即体质的增强。体质教育思想认为增强体质是体育相对于德智美各育所特有的本质属性<sup>[5]</sup>,它也决定了增强体质为目的这种提法只能从学校体育工作的角度提出而不能把它扩展到整个学校教育中去<sup>[6]</sup>,这也是学校体育能在整个学校教育中占有一席之地的主要原因。学校体育要以增强体质为主业,因为它直接解决身体发展问题<sup>[7]</sup>。而体质教育思想则抓住了学校体育的本质,对于学生体质的改善有直接的指导意义。

### 2.2 体质教育指导思想经得起论证和检验

体质教育指导思想有一套较为完整的理论体系。它是从“体育是增强体质的教育”出发,依据超量负荷法则,运用炼身运动负荷价值阈原理,通过制定运动处方,采用重复、间歇、变换等练习法来改善体质。持体质教育指导思想的学者并不止于理论的探讨还在一些学校进行了大量的实验,例如:享有盛名的老一辈体育家徐英超教授在1978年提出了体质教育实验研究的设想,并在几所中小学亲自动员组织和设计指导进行体质教育的实验<sup>[8]</sup>;林中森等<sup>[9]</sup>对初中二年级14岁男生进行了心搏量极限运动负荷实验;福建省把体育课分为教学与锻炼两大块,学生锻炼时间要占到50%,在实验中取得较好成绩<sup>[10]</sup>;1983—1986年在长春和武汉对健身运动负荷价值阈的实验研究已取得了成果;1989年福州以陈智寿先生为首开展健身课的实验研究<sup>[11]</sup>。这些实验对于丰富体质教育指导思想,积累实践经验具有不容忽视的价值和意义。

体质教育思想在相当一段时间是我国学校体育的指导思想,经过实践检验被证明对增强学生体质十分有效。1952年6月,毛泽东主席为中华全国体育总会第二届代表大会作了“发展体育运动,增强人民体质”的题词,在毛主席题词的感召下,学生积极、主动参

与体育活动,锻炼了身体,增强了体质<sup>[12]</sup>。1979年,扬州会议提出:“评定中、小学体育工作成绩,最根本的是看学生的体质是否有所增强。”1979年下发的《中小学体育工作暂行规定》(试行草案)和1983年西安会议都正式提出了学校体育的根本目的,在于增强学生的体质,由此确立了增强体质的学校体育指导思想。在体质教育思想推动下,体育课与课外体育活动开展空前活跃,强化了学生参与体育锻炼的意识,培养了学生对体育运动的兴趣和习惯,学生体质明显得到增强<sup>[12]</sup>。

### 2.3 体质教育指导思想的发展与完善

各种学校体育指导思想都有其产生的土壤和时代背景,不可避免地留下历史的痕迹而具有一定的局限性。体质教育指导思想也并非完美无缺,由于在实践中过于关注负荷曲线、运动强度、运动处方,教学内容和方法单调、枯燥,忽视学生的兴趣、爱好等原因,被人们批评为“直接有效增强体质目标的实现是以牺牲体育教学的‘文化’、‘心理’等目标追求为代价的”<sup>[13]</sup>、“难免陷入生物学的低层次,把体育看成教学规则的汇集,或看到一堆按疾索药的‘运动处方’”<sup>[14]</sup>、“仅仅把‘物质’属性的‘增强体质——健身’作为体育的本质,感觉知觉被排除在身体之外,其教育学意义极其脆弱”<sup>[15]</sup>等。加之在素质教育、以人为本、终身体育和健康第一等思想强烈冲击下,体质教育指导思想逐渐淡出人们的视野。

然而,体质教育指导思想并不是静止的、僵化的、固步自封的,而是动态的、开放的、与时俱进的。它从不否认和排斥其它先进、科学的教育思想,而是采取吸收和兼容并包的态度。从体质教育指导思想与健康第一指导思想关系来看,后者对前者的超越在于突出“身体、心理与社会适应”的三维健康观。其实,身体与心理、社会适应是如影随形、紧密相连的,强调增强体质并未否认心理健康与社会适应能力。林笑峰<sup>[16]</sup>认为“人的头脑是身体的一部分,而且是主要部分,健身应该包括健头脑,不应该仅是健四肢。”吴翼鉴<sup>[17]</sup>认为“增强人的体质确非增强草木的体质,研究人的体质问题不可能脱离体质反映的精神。”还有学者将体质与健康的关系定义为“体质是健康的物质基础,健康是体质的外在表现。二者是紧密联系、不可分割的。”<sup>[18]</sup>因此,体质教育和健康第一两个指导思想从本质是一脉相承的。体质教育指导思想始终注重终身体育,林笑峰<sup>[19]</sup>在20世纪80年代提出“体育的内涵是增强体质,外延包括家庭、幼儿园、学校和社会组织成员的身体教育。”体质指导教育思想也积极吸取以人为本的价值取向,强调树立以人为中心的思想体系<sup>[19]</sup>,

以人为目的,以人的身体发展和完善为核心的科学体育观<sup>[20]</sup>。在素质教育背景下,贡娟等<sup>[21]</sup>提出“进一步完善发展现行的体质教育,必须重新探索面向21世纪的提高人类‘身、心、群’素质的体质教育的新的内容体系。”从中可以看出,体质教育指导思想与其它指导思想是相容相通的,对其它指导思想始终采取借鉴、吸收和融合态度。今天,重提体质教育指导思想并不是要回归“生物观”,更不是惟“体质”论将增强体质作为学校体育唯一目的,而是要发挥其增强学生体质的独特功能,并吸取其它指导思想的长处弥补自身不足,共同服务于学校体育实践。

## 3 构建新时期我国学校体育指导思想体系

综上所述,素质教育、以生为本、终身体育、健康第一和体质教育5种指导思想不是互相排斥而是相融的,不是互不相干而是相辅相成的。在给各种指导思想在学校体育中合理定位的基础上,本研究提出构建新时期我国学校体育指导思想体系的设想:在素质教育背景下,坚持以人为本的价值取向和健康第一的工作方针,提高学生体质健康水平,最终实现终身体育和育人目的。

### 3.1 学校体育指导思想的多元性

任何教育思想都有自己要解决的问题和着力点,相应的也很难顾及其它方面,因此不存在包治百病、灵丹妙药式的学校体育指导思想。例如单一的体质教育指导思想容易陷入“生物体育观”、“目中无人”的责难,而其它指导思想脱离体质教育思想学校体育又难以完成增强体质的任务。故从国情看,指导思想应是多元的,没有任何一种能取代另一种,主要是兼容、并存关系。都有短处,博采众长最好。应从系统观、层次观出发树立一种主导思想,既有主线,优势互补,形成规模<sup>[22]</sup>。因此,打破单一思想主导、构建多元思想并存的学校体育指导思想体系是各种思想本身特性和教育的复杂性客观决定的。

### 3.2 学校体育指导思想的层次性

多元的学校体育指导思想之间并不是杂乱无章随机排列的,而是依据自身的功能在不同层面指导着学校体育实践活动。《纲要》将素质教育和以人为本作为我国教育改革发展的两大主题,它回答了培养什么样的人 and 怎样培养人的问题,在宏观层面指导着整个学校教育,也包括作为学校教育组成部分的学校体育,而能反映“体育”特征与“体育”紧密相关的体质教育思想、健康第一思想和终身体育思想则在学科层面具体指导着学校体育。纵向来看,学科层面指导思想的落实要以整个教育层面的指导思想为前提和基础;

横向来看,同一层面指导思想之间属于并列与互补关系。这样就形成一个层次分明、重点突出、各司其职,发挥特长的学校体育指导思想体系。

### 3.3 学校体育指导思想的整体性

多元的学校体育指导思想层次不同、分工不同,但相互之间并不是各自为政而是交叉渗透形成一个整体。每种指导思想都是贯穿于学校体育工作始终的,并不是时而这个思想主导时而另一个思想主导,而是任何时候都是几种思想同时发挥作用,区别是各自针对的问题不同、侧重点不同。因此,在学校体育指导思想体系整体框架下,不同思想发挥各自优势,形成合力,共同作用于学校体育,产生整体大于局部之和的效果。

学校体育指导思想是学校体育基础理论研究的一个重点,本研究是在前人研究基础上,以增强学生体质为切入点,依据不同思想之间相融相通关系,立足于博采众长,发挥不同思想的优势,从整体大于局部之和的思想出发构建新时期我国学校体育指导思想体系。在该体系指导下,努力实现知识技能掌握与能力、素质提高相结合,社会发展、学科建设与学生培养相结合,增强体质、增进健康的阶段效益与终身体育的长远效益相结合,最终办出令人民满意的学校体育。

### 参考文献:

- [1] 杨叔子,余东升. 素质教育:改革开放30年中国教育思想一大硕果[J]. 高等教育研究, 2009, 30(6): 1-8.
- [2] 邵晓枫,廖其发. 以学生为本教育理念内涵的解读[J]. 中国教育学刊, 2006(3): 3-9.
- [3] 毛振明. 学校体育发展史[M]. 桂林: 广西师范大学出版社, 2005: 122.
- [4] 杨文轩. 准确理解“新课标”, 开创学校体育工作新局面[J]. 中国学校体育, 2012(4): 2-3.
- [5] 陆仲熹, 林笑峰. 体育概念之辨析[J]. 体育学通讯, 1990(1): 1-4.
- [6] 王学锋. 对“健康第一”与“增强体质”指导思想的理性思考[J]. 体育文化导刊, 2003(1): 12-13.

- [7] 林笑峰. 真义体育之真义——兼答熊晓正问[J]. 体育文史, 1996(6): 6-8.
- [8] 林笑峰. 对体育概念问题的认识[G]//杨文轩, 林笑峰. 体育学原理论著选读. 广州: 广东高等教育出版社, 1996: 35-36.
- [9] 林中森, 魏亚军, 林笑峰. 炼身运动负荷标准试验报告[G]//杨文轩, 林笑峰. 体育学原理论著选读. 广州: 广东高等教育出版社, 1996: 328-333.
- [10] 杨文轩, 陈琦. 全民健身与体育课程建设[J]. 体育学刊, 1995, 2(2): 6-9.
- [11] 林笑峰, 李寿荣. 健身论[M]. 汕头: 汕头大学出版社, 2005: 42.
- [12] 马思远. 我国中小学生体质下降及其社会成因研究[D]. 北京: 北京体育大学, 2012.
- [13] 卢忠谨, 邵华. 关于“体质教育”思想实践的特点与反思[J]. 北京体育大学学报, 2000, 23(1): 95-97.
- [14] 胡小明. 人文体育观的渐入与生物体育观的淡出[J]. 中国学校体育, 1999(2): 65.
- [15] 王水泉, 辛志友, 李海燕. 辨析“体质教育论”——兼论“身体教育”的发展[J]. 体育与科学, 2009, 30(3): 97-100.
- [16] 林笑峰. 健身与体育[J]. 体育学刊, 1995, 2(2): 15-20.
- [17] 吴翼鉴. 增强人的体质, 是体育无“人”吗? ——与“人文体育观渐入与生物体育观淡出”的商榷[J]. 体育学刊, 1999, 6(3): 1-2.
- [18] 何仲恺. 体质与健康关系的理论与实证研究[D]. 北京: 北京体育大学, 2001(4): 25.
- [19] 郑俊武. 身心关系与体育的本质[J]. 哈尔滨体育学院学报, 1991, 9(2): 3-7.
- [20] 郑俊武. 马克思主义的体育本质观——完善人类的身体[J]. 体育学通讯, 1991(3): 9-12.
- [21] 贡娟, 宋继新, 孙晓春. 面向21世纪素质教育的体质教育[J]. 吉林体育学院学报, 1993, 9(4): 83-86.
- [22] 陈琦. 从终身体育思想审视我国学校体育的改革与发展[D]. 北京: 北京体育大学, 2002: 60.