

1983

年

学校体育论文报告会

论文集

中国体育科学学会

体育科学理论学会

编 者 的 话

中国体育科学学会体育科学理论学会将于十月中下旬召开“一九八三年学校体育论文报告会”，为了免去论文作者及其所在工作单位打印论文的负担和提高论文印刷质量，我们将入选准备宣读的五十九篇论文中的四十七篇论文编印成册，并定书名为《一九八三年学校体育论文报告会论文集》。

这次论文报告会共收到由全国各省、市、自治区评选、推荐的论文二百余篇。在学会常委会直接领导下，由贾世仪同志主持了论文评选的全部工作。李季芳、苏竞存、王维屏（后由贾希效同志代）、王占春、王英杰、张家骏、张志贤、薛济英等同志分别任各评选小组组长。评选人还有徐永昌、谷世权、滕子敬、王则珊、贾希效、曲宗湖、王伯英、罗映清、王寿生、卢元镇、过家兴、刘筱英、袁旦等同志（以上名单按评选小组的顺序排列）。

论文集的编审和印刷工作由王则珊、谷世权、过家兴、卢元镇等四位同志组成的编审组承担。为了贯彻“双百”方针，编审工作尽量保持论文的原意，对有的篇幅过长的论文也进行了删减。由于要赶在论文报告会前印出论文集，时间紧迫，编辑、校对工作中的错误在所难免，请予谅解。

另外，在这次论文报告会上，已入选准备宣读的论文中，有十二篇因篇幅过长、图表过多而难于删减，超过了编入本论文集所规定的字数（字数在征集论文时已有通知），以及其它原因，并由于本论文集总文字量按合同规定不得超出，故此十二篇论文未能编入本论文集排版印刷，而由论文作者自行打印三百份携带与会。经中国体育科学学会体育科学理论学会确认，此十二篇入选与会报告之论文，与编入本论文集之全部论文同等看待，现将十二篇未能排版印刷的论文题目、作者姓名及其工作单位开列见上册目录附文，以为弥补，并祈鉴谅。

《一九八三年学校体育论文报告会论文集》编审组
一九八三年七月

目 录

1. 试论加强学校体育与提高学生学习成绩的关系
——温州市黎明小学从1978年—1981年试办体育加强班的调查分析
.....浙江省温州市黎明小学 黄滔 (1)
2. 浅谈体育与学生的全面发展——兼论中、小学体育的目的任务
.....四川省教育学院 张洪泰、四川省中小学教学研究室 罗跃芳 (5)
3. 略论学校体育的几个基本问题.....湖南省教育科学研究所 张友龙 (10)
4. 关于师范生人体教育的几个问题.....河北承德师范专科学校 于连升 (17)
5. 对“三好”中身体好的初探.....北京教育学院 罗西尧 王京保 周琪 (25)
6. 论学校体育研究.....四川涪陵地区教育局 许力心 (31)
7. 优秀体育教师的成才之路——全国千名优秀体育教师奖获得者成长因素的调查
.....河南师范大学体育系 蔡芳川 (执笔) 张庆林 高凤山 (38)
8. 试谈高等师范院校体育专业学生的最佳“智能结构”
.....江西赣南师范专科学校 陈建华 (47)
9. 对普及农村小学体育的调查报告.....四川射洪县师范学校 王秋兰 (51)
10. 试论医学教育中的体育.....宁夏医学院 胡兴永 (57)
11. 黑龙江省中小学体育教学季节性特点的研究
.....哈尔滨体育学院 刀祥麟 宝英才 邱 森 宋运生等 (62)
12. 学生体质调查和体育教学的设想.....浙江省水产学院 陶根友 (69)
13. 如何改变农村学生班体育落后面貌.....江苏省金坛县中学 季祖逖 (76)
14. 对学生进行心理训练是完成体育教育教学任务的有效手段
.....天津杨柳青四中 冯 咏 (81)
15. 中学女生体育课的改革——女生艺术体操教学实验
.....北京师范大学附属实验中学 董淑兰 (88)
16. 以体育科学理论促进体育教学的初步探讨.....哈尔滨体院 田雨普 (95)
17. 浅谈师范院校体育教学特点.....锦州师范学院 周柏秋 赵顺来 (100)
18. 中学体育教学改革的试验——新教学程序课的再探.....广东潮安一中 (107)
19. 高等学校体育保健课教学的实践与探讨.....四川财经学院 刘宣德 (110)
20. 高校开设体育教学基础班的初步探讨.....上海复旦大学 陈天仁 (116)
21. 高校女生体育课教学要重视心理学知识的运用.....东北师范大学 王翠英 (121)
22. 小学体育教学改革初试——从增加跑的练习实验看增强体质效果
.....武汉体育学院 李平智、武汉市武昌区中山路小学 杨天荣 (126)
23. 中学体育课运动量、练习密度的调查与研究.....昆明师院 马志忠 (133)
24. 中学田径教材负荷量的探讨.....武汉教育局第二视导室 高道滋 陈志清
.....武汉教育学院 李慰亚 王世连 (140)
25. 从对国内外中小学体育教学大纲的浅析谈编制我国十二年制学校体育教学大纲的设想
.....北京体院 罗映清 曲宗湖 刘绍曾 周新元 (148)

试论加强学校体育与提高学生学习成绩的关系

——温州市黎明小学从1978—1981年

试办体育加强班的调查分析

浙江温州市黎明小学 黄 滔

设想和作法

粉碎“四人帮”以后，教育战线狠抓智育，努力提高知识质量，这也是理所当然。但从促进学生身体的生长发育，增强其体质，掌握一定的体育知识和技能技巧，培养锻炼身体的习惯，丰富学生的文化精神生活，使之学生精神振奋身心愉快健康地从事学习和生活，如何把学校体育摆到一定的位置，积极开展群体活动，应引起学校领导和全体教师应有的重视。然而，当时舆论压力，总认为搞了体育会纪律松懈，学生会散心，学习成绩会受到影响。此时我就设想搞一个班加强体育活动和增加体育课，在既抓增强学生体质的同时，又抓他们学习成绩的提高，以说明坚持正常的体育活动，不但不会影响学习成绩，而且能促进学习成绩的提高。

1978年9月，我们从刚入三年级三个班的学生中挑选田径运动成绩较好的学生46人集中一个班学习，具体落实保证学生每天一小时体育活动。同时把81届（甲班）体育加强班和81届（乙班）普通班进行不同体育课安排，甲班每周四节体育课，乙班每周二节体育课，甲班每天早训半小时，乙班没有安排早训。“两操、两活动”都同样照常进行，其他文化课两个班的安排都一样，学校领导重视体育加强班管理教育，配备好得力班主任，体育教师担任付班主任，并坚持常年训练，积极配合班主任搞好学生思想教育和学习辅导工作。

成绩和效果

通过体育锻炼能增强体质，这是一致公认的事实，但对体育锻炼也能促进提高学习成绩，有助于智力发展，有利于提高学习质量，还有相当一部分人未能认识到，有的甚至错误地认为体育会影响学习。

体育加强班每周四节体育课，每天早训半小时，加上正常的每周两节课外体育活动和两操，每天体育锻炼超过一小时。普通班按学校的一般规定活动。这两个班经过三年的试点测定，学生体质和学习方面都有一定的提高，但体育加强班从形态、机能、素质和学习成绩等方面进展都比普通班快。

附表如下：

表1、体育加强班从三年级到五年级形态和机能情况对照表。

表2、体育加强班和普通班从三年级到五年级身体素质测定对照表。

表3、体育加强班和普通班从三年级到五年级语算期末考试成绩对比表。

表1 体育加强班和普通班从三年级到五年级形态机能情况对照表

班 级	测定时间	男 生			女 生		
		身 高 (厘米)	体 重 (公斤)	脉 搏 (每分钟)	身 高 (厘米)	体 重 (公斤)	脉 搏 (每分钟)
体育加强班 甲班	1979年6月	129.57	25.66	78/1'	131.34	26.52	78/1
	1980年6月	137.24	27.29	76/1'	137.48	29.23	76/1
	1981年6月	141.68	34.57	73/1'	140.52	35.66	73/1
	81年比79年增 (+), 减(-)	+12.11	+8.91	-5/1'	+9.18	+9.14	-5/1
普通班 乙班	1979年6月	128.12	25.14	79/1'	130.85	26.26	84/1
	1980年6月	135.04	26.93	77/1'	133.62	27.91	79/1
	1981年6月	139.08	30.34	74/1'	139.74	33.33	78/1
	81年比79年增 (+), 减(-)	+10.96	+5.20	-5/1'	+8.89	+7.07	-6/1'

表2 体育加强班和普通班从三年级到五年级身体素质测定对照表

班 级	测定时间	男 生				女 生			
		60米 (秒)	800米 (秒)	立定跳远 (厘米)	俯卧撑 (次)	60米 (秒)	800米 (秒)	立定跳远 (厘米)	俯卧撑 (次)
体育加强班 甲班	1979年6月	10"84		142	6	11"36		145	6
	1980年6月	10"4	3'8"5	153	10	10"44	3'27"5	154	8
	1981年6月	10"11	3'2'4	169	11	10"32	3'11"1	160	10
普通班 乙班	1979年6月	11'42		122	4	12"53		121	3
	1980年6月	10"95	3'21"2	142	6	11"71	3'42"2	136	4
	1981年6月	10"65	3'12"3	151	7	11"22	3'20"6	147	6

表3 体育加强班和普通班从三年级到五年级语、算期末考试成绩对比表

班级	课目	1979年6月 期末考	1979年12月 期末考	1980年6月 期末考	1980年12月 期末考	1981年6月 期末毕业考
体育加强班甲班	语 文	77.5	77.8	79.6	78.4	77.8
	数 学	74.2	70.8	68.7	72.4	72.8
普通班乙班	语 文	82.4	73.4	63.8	69.5	70.3
	数 学	78.6	64.2	62.5	64.2	65.2
班 级		报考初中人数	考取初中人数	录取占考生%	备 注	
体育加强班(甲班)		43	34	80%		
普通班(乙班)		40	26	65%		

从身体形态机能发育情况看,体育加强班的身高、体重增长数均比普通班快。体育加强班男生从1979年6月到1981年6月平均增长12.11厘米,平均增重8.91公斤;普通班男生从1979年6月到1981年6月平均增长10.96厘米,平均增重5.20公斤。体育加强班男生比普通班男生多增长1.15厘米,多增重3.71公斤。从脉搏测定来看,原体育加强班的指数较低,相应都有所减少。体育加强班女生的身高、体重也比普通班女生增长得快,但比男生增长数少。

从身体素质及运动水平的提高方面来看,由于体育加强班学生原来挑选时素质一般比普通班好,起点指数较高,因而提高的幅度不一定快,但从1981年6月测定的四项素质数据来看,体育加强班学生比普通班学生高得多,男生60米跑平均快0"54,800米跑平均快10"1,立定跳远平均远18厘米,俯卧撑平均多4次,女生60米跑平均快0"9,800米平均快9"5,立定跳远平均远13厘米,俯卧撑平均多4次。

体育加强班学生在三下年级时“达标”率为52%,普通班三下年级时“达标”率仅为10.2%。到五年级毕业班时,体育加强班学生“达标”率为97.9%(仅一人未“达标”,这一人是别校刚转入本校的)普通班学生“达标”率为62.5%。运动水平方面,当体育加强班还是四年级时,学校每次田径单项比赛、拔河比赛、跳绳比赛、越野跑比赛,不仅超过同年级普通班,而且还大大超过五年级各班。校田径运动队和小足球队就是以体育加强班学生为主体。1980年12月近郊区组成田径代表队,参加市郊田径运动会的12名运动员中体育加强班学生就占半数,并获得市郊小学组田径团体总分第二名。

在学习方面,刚组成体育加强班时与普通班比较,当时体育加强班语算成绩略低于普通班,往后几个学期语算成绩有较大幅度的提高。到毕业班时,体育加强班语文总平均分比普

通班多7.5分，数学总平均分比普通班多7.6分。毕业后，从考取初中人数来看，体育加强班也高于普通班，体育加强班报考初中43人，考取初中有34人，录取占考生80%。而普通班报考初中40人，考取初中仅26人，录取占考生65%。

三年来，体育加强班每周多上了二节体育课，每天早训半小时，每天锻炼时间超过一小时，在文化知识方面，不但没有受影响，而且比同年级普通班提高快，这说明每天坚持一小时体育锻炼，是能促进提高学习效率，体质增强了，也能发展智力。一位老数学老师反映：“体育加强班学生的智力发展，思维能力都比其他普通班学生好”。

认识 和 体会

从我多年学校体育工作的实践，认为学生的体质强弱对智力的好坏起着一定的作用。体质差，学习任务难以完成；如果身体不适，上课时注意力就难以集中，思维能力不能很好地开展，这就直接影响到学习成绩的提高。小学生正处于身体生长发育的关键时期，也是长知识的时期，在这个时期如果忽视了体育锻炼，没有时间保证，那必然会影 响学生的生长发育，影响增强其体质；同时对学习也没有好处。当前教育部重申要确保中小學生每天一小时体育活动，就可以使大脑皮层得到劳逸结合，保证大脑能正常的高效率地进行工作，这是周总理生前的遗愿。学校的领导，要按教育规律办事，体育在学校中应有她的地位与作用。

因此，保证学生每天一小时的体育活动，首先是时间上的保证，还必须有组织、有领导、有计划地把学校体育的各项工作落到实处，而且还应在提高质量上下功夫。除提高“两课、两操、两活动”质量外，要努力施行新的《国家体育锻炼标准》，还要把学生的课前课间体育活动组织好。我校为大力提倡行之有效“锻炼储蓄”活动，提出人人带活动器具，人人选择体育活动内容，人人要“锻炼储蓄”。全校统一布置，由各班小组长负责登记，各班每周统一将登记表送交体育室，看哪个班这项活动开展得最正常，发动的面最广，最能坚持。期中小结，期末总结评比，学校还规定把这项活动开展得好坏也列入评选优秀班级条件之一。只要学校领导充分重视，全体老师，特别是体育教师发挥主观能动作用，创造条件，充分发挥人的潜力调动人的积极性，学校的体育工作一定能搞好。

浅谈体育与学生的全面发展

——兼论中小学体育的目的任务

四川省教育学院 张洪泰

四川省中小学教学研究室 罗耀芳

随着现代科学技术的迅速发展和社会的不断进步,人们越来越清楚地意识到必须把青少年一代培养成德智体全面发展的新人,才能适应新的历史时期的要求。德智体全面发展,是党的教育方针的要求,也是一条基本的教育规律。马克思说过:“人直接地是自然存在物。”还说过:“个人是社会存在物。”按照马克思主义的观点,人具有自然性和社会性。这两重属性决定了人蕴藏着生物潜力和精神潜力两种能力。教育的作用就在于使有机体的这两方面的潜力都得到发展。如果某方面受到压抑或限制,势必会影响到另一方面潜力的发展。全面发展的新人应当是健全的体质、丰富的文化科学知识和高尚的共产主义道德品质的有机结合,而绝非是德智体诸因素的简单相加。德育、智育、体育各有其特定的内涵和属性,又彼此相互联系,相互渗透,相互制约和相互促进,缺一不可。按自然发展规律,人的发展序列应该是体、智、德、“体育一道,配德育与智育,而德智皆寄于体。无体是无德智也。”由此可见,健康的体质是智育和德育发展的物质基础,体育可以促进智育和德育的发展。本文拟从体育心理学角度,初步探讨学校体育在贯彻党的全面发展的教育方针中的地位与作用。与此同时,必然会涉及到中小学体育的目的与任务问题。

学校体育的根本任务在于增强学生体质,促进学生身心健康发展

学校体育的目的任务不同于竞技体育、保健体育和医疗体育,但它们具有共同的要素。学校体育的目的任务是多方面的,但其根本任务是增强学生体质,促进学生身心健康发展。

人体是一个能自动控制调节的有机整体,在神经系统的统一支配调节下,各种组织、器官、系统协调而相对均衡地发展。现代科学研究证明:儿童和青少年体质的增强,主要是靠适当的劳逸结合,使机体的异化作用和同化作用不断改变旧的平衡而达到新的平衡实现的。充分利用各种自然条件(空气、日光和水等)与各种体育运动设施进行经常性的体育锻炼,能引起机体内的物质分解和能量消耗,以促进异化作用的加强;为了补偿机体的消耗,又促进了同化作用的加强,加快机体内的物质的合成,使身体组织中被消耗的物质和能量得以恢复。而且这种恢复会超出原来的水平,这在生理学上叫超量恢复。这种超量恢复标志着取得了增强体质实效。这是儿童和青少年保持健康,具有旺盛精力的物质基础。学生有了这个物质基础,就能精力充沛,心情舒畅,朝气蓬勃地进行学习、锻炼和工作。人主要是由大脑来实现认识、体验和意向等活动的。身体健康,首先反映在大脑机能的正常协调。身体健康可使人头脑清醒、精力充沛,注意集中,知觉敏锐、准确,记忆力强,思维灵活,想象丰富,心情愉快……可见,坚持体育锻炼,有利于促进学生身心健康发展。但是,也并非任何

体育活动或锻炼方式都能够收到增强体质之实效。违反科学的蛮干等，甚至可能会损伤人的健康。何况影响儿童和青少年体质强弱的因素是多方面的。诸如遗传、营养、环境、卫生、学习负担、情绪、锻炼方式等。为此，在体育教学和锻炼中，必须让儿童和青少年懂得一些锻炼身体的重要意义，初步学会和掌握一些锻炼身体的基础知识和科学方法，并逐步培养其讲究卫生，自觉地、积极地坚持进行锻炼的良好习惯。显然，在体育教学中，必须使学生学习和掌握一些最基本的体育科学知识、技术和技能是完全必要的。舍此，也是不能有效地达到增强体质，促进学生身心健全发展的目的。

体育可以促进智育的发展

苏霍姆林斯基进行了二十几年的考查研究，他发现学习落后，乃至留级的学生，85%不是由于思维迟钝，也并非大脑皮层发生了什么不利的变化，而是由于身体虚弱，健康不佳所致。体育是体力与智力相结合的身体活动。通过体育教学和锻炼，在增强学生体质的同时，能使儿童和青少年的神经系统，特别是大脑得到充分地锻炼，而神经系统特别是大脑的结构和机能，直接影响到人们的智力活动和学习效能。

一、健康的体质，特别是健全的神经系统是智力发展的物质基础

人的智力发展，是建立在大脑这个物质基础之上的。现代科学研究发现，一个人聪明与否，同其大脑的体积和重量关系不大，但却与大脑的物质结构状况和机能有关：一是神经细胞突起分枝的多少；二是神经细胞和神经细胞群之间的联系网络的复杂程度；三是信息传导的速度。而体育锻炼正可以促进这些方面的发展。美国的科学家对此作了一些很有说服力的实验。他们把小白鼠分成两组，分别关在活动条件不同的环境里，过了预定的时间后，将两组白鼠的大脑进行解剖，作神经细胞对比研究。发现在活动内容丰富的环境里饲养的白鼠，其神经细胞的胞体大而丰满，神经细胞突起的分枝也要比后者多得多。他们还对几十名田径运动员和数目相等的完全不喜欢活动的人的神经细胞进行了对比研究，亦发现类似情况，而且前者无论在体质或体能方面都要比后者强得多。

神经系统和大脑的发展，除必要的营养外，关键在于提供足够的信息刺激。对人脑起作用的信息刺激，有的来自外部，有的来自内脏器官，其中特别是骨骼肌兴奋时产生的生物电（也叫动作电）。体育活动的各种动作，多是在短时间内甚至是一瞬间完成的，并要求有一定的质量。在这种情况下肌肉活动产生的生物电对大脑皮层细胞的刺激强，动员工作的神经细胞多。这就有利于提高大脑皮层细胞活动的强度、灵活性、均衡性及分析、综合能力，使整个大脑神经系统的功能得到加强。可见，肌肉活动时产生的生物电，对神经系统是不可缺少的强有力的刺激物。儿童和青少年能经常从事体育锻炼，其神经系统特别是大脑的结构和机能会相应地得到改善和提高，对外界信息刺激的接受、传导和反应会更加迅速、准确，从而有利于学习效能的提高。缺乏身体活动，从肌肉进入大脑的神经冲动就会缩减，这显然会降低大脑的兴奋性。神经系统的结构和机能会随负荷而调整。人体的一些重要器官、系统亦会由此而随之失调，正常的物质代谢也会降低，这不仅会有损人的健康，而且势必会降低学习效能。对于儿童和青少年而言，则还会由于影响到神经系统的健全发育，从而造成从物质结构和机能上妨碍儿童智能正常发展的恶果。近几年来，由于片面追求升学率使中小学学生学习负担过重，缺乏必要的身体锻炼，而造成失眠，神经衰弱，以致影响学生的整个体质下降，学习效能降低的大量事实，就是很好的证明。这难道还不足以引起我们的高度重视么？

二、坚持体育锻炼可以保证大脑能长时有效地进行工作

学习是一种紧张的脑力劳动，要求有相当健康的体质。俄国体育教育的创始人列斯加夫特指出：“人体的结构与机能之间不协调必然有不良后果——势必引起行动上的无能为力。虽然能思维和理解，但缺乏足够的精力去始终如一地检查思想和坚定不移地把思想贯彻于实际。”这说明脑力发达与身体虚弱不相称的情况，不仅不利于青少年一代当前的学习任务的完成，而且还会影响到他们未来走向生活。如果能坚持从事经常性的体育锻炼，不仅可以促进神经系统结构和机能的发展，而且还可使大脑能长时间有效地进行工作。人在学习思考时，大脑神经细胞处于积极紧张活动状态，需要大量的能量供应。这些能量来源于能源物质的氧化。即一方面需要大量的能源物质，如血糖、蛋白质、脂肪等；另一方面需要大量的氧气。人脑的重量约1400克，在一般情况下它所需要的氧化，却相当于一个人全身所需要的氧化的25%。国外有的科学家研究发现，脑力劳动者在进行紧张地思考时，其大脑劳动一小时所消耗的氧气要相当于一个炼铁工人劳动八小时脑子所消耗的氧气的总和。人脑活动时所需要的能源物质和氧气，靠血液循环源源不断地运输，并带走大脑神经细胞活动时所产生的代谢产物，如乳酸、丙酮酸、二氧化碳等。有的科学家进行实验，把人平放在跷跷板式的天平上，哪怕是让他计算一道最简单的数学题，脑端的天平也会下沉。使之计算的题目复杂程度越大，下沉程度也随之增大。其原因就在于进行思考时，脑子里的血流量急剧增加所致。人脑处于安静状态时，脑部的血流量相当于一个人心输出量的六分之一左右。人脑在紧张思考时，所需要的血流量比肌肉活动时所需要的血流量要大15—25倍。人脑在进行紧张的活动时，所需要的大量的能源物质、氧气和血液，只靠心脏来维持血液循环是完不成任务的，还必须靠肌肉系统的支持。经常从事体育锻炼，可以增强肌肉，而发达的肌肉群在血液循环中的作用，有如辅助心脏。肌肉放松时，里面充满了血液；肌肉收缩时，血液挤向心脏，和心脏的功能完全一样。这可以作一个简单的实验来加以证明。你静静地站着，肌肉不动，五分钟左右就会因头脑里缺少血液而感到头昏，此时你只需稍微动一动脚趾，小腿肌肉便会随之收缩，这时因重力关系集中在下肢的血液便被压回心脏，随之压到大脑，头昏现象便解除了。经常从事体育锻炼的人，不仅具有比一般人更大的肺活量和更强健有力的心血管系统，而且还有发达的肌肉群给心脏提供一个强有力的支援系统，故能保证大脑长时间工作时所需要的能源物质和氧气的充足供应，使人头脑清醒、精力充沛、心情舒畅地进行学习和思考。俄国著名教育家乌申斯基早就指出：“如果教师充分地认识到神经系统是记忆机制的基础，就会明白……健康的体质对于记忆的作用；就会明白，为什么做体操，在新鲜空气中散步，以及一切能增强神经的手段胜过各种增进记忆的方法。”

三、体育可以直接促进学生智力的发展

体育本身是一门科学，通过体育教学和锻炼，学生可学习和掌握一定的体育科学知识、技术和技能，并使相应的能力得到发展。这本身就是智能发展的重要组成部分。儿童和青少年正处于生理和心理迅速发展的关键时期，由于生理发展的旺盛倾向，他们有进行身体活动的强烈需要和愿望。特别是小学生，具有“坐立不安，活蹦乱跳”的特点。需要是个体的积极性的动力，也是从事体育运动的动力。而体育活动本身又具有内容丰富多采，形式生动活泼的特点，对儿童和青少年富有吸引力，他们都喜欢和热爱体育活动。不仅如此，体育活动还有其基础知识易于理解，基本技术、技能易于学习掌握的特点。因此，在体育教学、锻炼中，学生易于看到自己的进步，从而有利于增强其自信心和培养其克服困难的坚强意志，并进一步激发其学习与锻炼的自觉性、积极性和兴趣。体育活动和比赛，要求学生必须具有敏锐的观察力、良好的注意力与记忆力、丰富的想象力和灵活的思维力。特别是战术思维能力

的形成和发展，必须以逻辑思维能力和创造思维能力的高度发展为基础。自觉地、积极地、有浓厚兴趣地学习与锻炼的过程，能有效地培养和发展学生这些方面的心理品质和能力。而逻辑思维能力和创造思维能力，正是我们通常所说的智力的核心。由此可见，通过体育教学、锻炼和比赛，能有效地促进学生智力的发展。

周总理曾经指出：“体育运动有它的特殊性，就是比赛。”在体育比赛中（包括竞赛性游戏和教学比赛等），谁优谁劣，谁前谁后，一目了然。儿童和青少年都具有强烈的自尊心与好胜心，通过各种形式的比赛，可以激发学生勤学苦练，奋发向上，不甘落后的精神。

知识、理论与技能的紧密结合，是体育教学不同于其它文化学科教学的一个突出的特点。学生必须将所学得的体育基本知识、原理、原则灵活地、举一反三地运用到锻炼和比赛中去，才能顺利地完成任务。这就锻炼和培养了学生理论联系实际，灵活运用知识的能力。

其实，不管什么学科的学习，都必须解决好两个问题：一是学习态度，一是学习方法。前者是指学生必须具有自觉、积极地学习要求，坚持克服学习中各种困难的勇气和毅力；后者是指要善于学习。知识应该学得灵活，能理论联系实际，解决学习过程本身和生活中的各种问题。这样，也就能进一步激发学生的认识兴趣。由于学科本身的特点，在体育教学中，这两个方面都相对地容易解决些。而所有这些，在体育教师有目的、有计划地引导下，学生都可以将其转移到其它各科的学习中去，以促进各科学学习质量和成绩的提高。成都市大有巷小学，从1979年以来，坚持保证每个学生每天一节课的体育锻炼，有效地促进了学生德智体的全面发展。连续四年来，他们的毕业生投考初中的升学率平均在99%以上，其中79、80、82年均均为100%。

由此可见，体育确实可以促进智育的发展。因此，在确定学校体育的目的任务时，我们认为应该明确地把促进学生智力发展的任务提出来。众所周知，某一项目的任务的确定，必须从对象或事物本身固有的特性出发，而不能凭人们的主观意愿或好恶。如果对象或事物本身本来就没有具备这个特性，人们硬要强加给它这方面的任务，那是没有任何实际意义的，因而也是徒劳的。但是，如果事物或对象本身本来就具有这种特性，而人们还没有认识它或忽视了它，则会限制其应有作用的正常发挥，甚至会给有关的工作或事业带来损害。当前，在教育战线上，有相当一部分人还不真正懂得体育与智育的关系，因而在实践中总是有意或无意地把二者对立起来。许多人对学校体育工作是“说起来重要，做起来次要，忙起来不要”。用何东昌部长的话来说：“搞教育工作不重视体育是对教育不入门的表现。”事实证明，许多同志正是由于缺乏认真搞好学校体育卫生工作，在增强学生体质的基础上大面积地、真正有效地把智育抓上去的科学知识，因而才普遍地存在着重智轻体的错误倾向。现在不少人是牺牲学生的健康的办法去提高学生的文化水平，结果往往是两败俱伤。而我们相当一部分中小学体育教师，由于种种原因，也不明确体育在促进智育发展上的作用，更谈不上有意识地做这方面的工作了。这样，从客观上又增加了体育教师与各科教师的“矛盾”，从而也给学校体育工作的正常开展造成了一些阻力。因此，我们认为很有必要认真探讨和研究学校体育在促进学生智育发展上的作用与意义，以便于正确处理好它们之间的关系，进而有利于摆正它在学校教育中的位置。可见，这无论在理论上或实践上都有极大的意义。

体育可以促进德育的发展

体育的发展既是社会主义物质文明的一个重要条件，又是社会主义精神文明的一个重要内容。学校体育在培养学生共产主义道德品质和优良个性中，具有其独特的作用。

进行体育教学或开展任何一项体育活动，均有一定的目的任务、组织原则、规则要求，需要学习和掌握相应的运动技术、技能、以及必须克服体现于技术、技能中的困难等，这些是构成体育的“场”的基本因素。这里所说的体育的“场”，不是指篮球场、田径场的“场”，而是指通过体育教学、锻炼和开展各种体育活动而体现体育的教育作用的一种情境。有如电场、磁场的场。学生在这种情境下，或者说在这个场里进行学习、锻炼或参加各种比赛，就会受到它的影响和教育。甚至处于这个场的边缘（如看各种比赛），也会由于场的“引力”（即情境的作用），而受到激励和感染。正由于如此，当我们坐在电视机前，看我国的体育健儿在远离祖国万里之外的异国运动场上为我们祖国的荣誉而奋力拼搏时，我们才会与之同呼吸，共甘苦，并受到极大的鼓舞。体育的场，还包括教师所使用的教材，采取的教学方法，教学环境，教师的条件，学校的传统，班级的风气，场地器材的布置，天气的变化等。再有就是比赛时本队同伴和对手的情况，裁判的公正与水平，观众的倾向与评价；还有运动员本身的技术、思想准备状况与情绪、心境等等。总而言之，体育的场就是进行体育活动的整个行动的情境。它有力地吸引，潜移默化地熏陶、感染和教育着与之有关的所有的人。它提供了许多儿童和青少年乐于自觉自愿地接受，更多的情况下是不知不觉就会接受的、有利于共产主义思想和优良个性品质形成的机会和情境。体育教学、锻炼和比赛，能有效地培养学生机智、勇敢、灵活顽强，不怕困难，奋发向上，不甘落后的精神；要求学生自觉遵守规则，服从裁判，尊重对手和观众；必须注意队员间的团结、协作，维护集体利益与荣誉，注意体育道德作风等。体育的场的各种因素互相作用，从各个方面，各个角度对学生发生综合性的影响和教育作用，使他们逐步形成好的思想品德和个性品质，并可将它们迁移到学习、生活，工作等各个方面去，以促进儿童和青少年的共产主义品德和个性品质的形成与发展。

此外，由于道德情感具有情境性的特点，在体育活动过程中，学生有什么样的思想感情和作风等，很容易自然地表露出来。这有利于教育者把握学生的思想实际和特点，从而能对他们进行有针对性的教育。

当然，体育的场所提供的，并非完全是体育工作者所要求的那样理想的东西。特别是在体育比赛中，为了争取胜利，在战术上常常需要制造假象、迷惑对方或钻对方的空子，甚至把对方手上的球硬抢过来等。显然，要是把在体育的场中所学会的东西，全部原封不动地搬到生活中来，那就会起很坏的作用。所以，必须让学生分清体育的场与实际生活的区别，加强教育和引导，防止消极作用的产生。

综上所述，我们认为，学校体育的根本任务是增强学生体质，促进学生身心健全发展。为此，学校体育必须坚持三个为主，即“增强体质为主，面向全体学生为主，经常锻炼为主”，并与卫生保健工作紧密结合，增强体质，保护健康，促进学生智力发展，向学生进行共产主义理想、道德和革命纪律教育，以促进学生德智体全面发展。这也就是学校体育的目的与任务。

略论学校体育的几个基本问题

湖南省教育科学研究所 张友龙

一、学校体育的内涵

一事物的内涵是指该事物的本质属性。

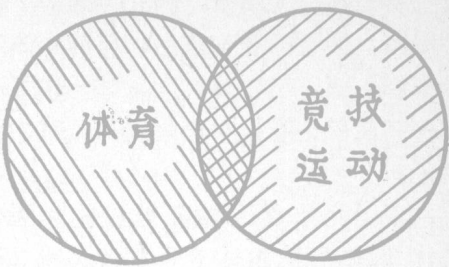
学校体育有自己的独特性。传统的观念认为学校是教育内容之一，也是教育的一种手段。近三十年来，由于体育事业的进步，体育活动的內容、范围以及它的影响，都突破了学校的局限而扩大到了整个社会。那么，是否它的这种性质和作用也随之改变了呢？没有。相反地，由于社会的物质生产和精神文明建设越来越要求教育培养出德智体全面发展的人材，而使体育在学校教育中的地位 and 作用更为重要和明显了。在学校教育中，体育承担着使人体完美发展，增强体质任务，它与德育、智育、美育、劳动技术教育密切配合，共同实现培养全面发展的人的教育目标。然而，教育寄托于体育的不光是锻炼学生的身体，而是要通过体育实现全面发展的教育。体育本身正好具备了这种条件，因为人是一个由许多部分互相关连组成的有机体，在从事体育过程中必然对人的思维、意志、性格、情感等发生影响，也就是说对道德的形成和智力的发展有一定的促进作用。因此，我们可以说体育是一个以发展身体为核心的教育过程，这就是学校体育的本质。在学校实施体育的过程中，虽然要运用竞赛的形式，但不是为了追求竞技，而是为了促进人体更好的发展；虽当包含有娱乐的因素，但不是为了消遣，而是为了获得一定的教育效果；虽然会产生一定的保健作用，但不是为了消极的维护健康，而是为了积极的增强体质。总之，不能把体育理解为单纯的身体训练，在体育过程中，要有意识地追求教育、教养和发展身体三方面的效果，这是学校体育的特征，也是它与竞技运动、娱乐活动、保健工作的区别所在。

二、学校体育在国民体育中的位置及其目标

学校体育的位置有两层意思：一是体育在学校教育中的位置，这方面已有很多论述，观点也比较明确和一致，即都承认体育是学校教育的重要组成部分。现在的问题是在实践中往往不能摆正体育与德育和智育的关系，而忽视了体育，这方面需要我们大力纠正。这是工作上的问题，这里不加论述了。第二层意思，就是学校体育在国民体育中的位置。这个问题很重要，它直接影响着学校体育的任务、内容、方法和结果。如果不弄清，就很难把握住学校体育的方向和工作重点。目前学校体育存在着抓少数、丢多数，重训练、轻教学，重技术、轻体质的现象，是与这个问题未解决好有关的。产生这个问题的原因，主要是近三十年来，特别是六十年代以来，运动竞赛的激烈进行，健身活动的广泛兴起，使国民体育的内容相对地扩大了，以致人们把原来作为教育手段的体育的观念和内容，扩大和延伸到了整个社会体育之中，学校体育由一个单一的成份变成了复合体中的一部分，而且与其它成份混淆不清，于是，学校体育在国民体育中处于什么位置，与其他相关成份是什么关系，其目标是什么，

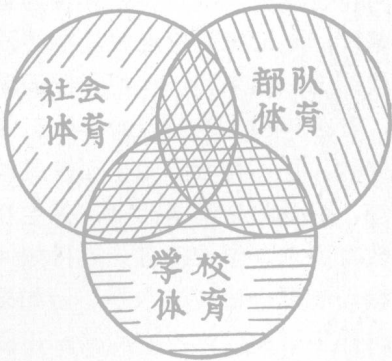
就引起了人们的争论。这是一个值得探讨的问题，

目前国内对这一问题的认识大致可以分为两大观点。一种观点是两个范畴论。其要点是要区别体育与竞技运动。认为竞技运动不属于体育的范畴，它虽与体育有某种联系（如同是身体的练习），但就其本质而言，与体育不是同一个领域的东西，体育以发展身体、增强体质为目的，而竞技运动则以提高技术，争夺锦标为已任；体育的结果是人体质量的提高，竞技运动的结果是人体技艺的创造；体育属于教育，而竞技运动则属于文化娱乐，二者可以互相借用，而不可以互相混淆。它们的关系如图一所示。



图一

这种观点是有一定的道理的。因为事物是发展的，人的认识也会随之发展。体育事业发展了，体育的概念也会相应地发生变化，到了一定的时候，分离出新的学科或事业，这是符合辩证法的。把竞技运动与体育区别开来，是符合体育形势发展的客观要求的，只要处理好它们之间的关系，是有利于体育与竞技运动两者同时发展的。按照这种观点，学校体育无疑是属于体育的范畴，而不属于竞技运动了。那么，它在体育中的位置怎样呢？考虑一下我国国民体育的现实，就会发现把与体育性质不同的竞技运动区分开来之后，在体育范畴内，有着广泛的群众体育活动，这种体育活动渗透到社会的各个阶层，于是我们可以按社会的结构特点，把国民体育再分为学校体育（包括幼儿园）、部队体育、社会体育（包括工人、农民、机关和其他阶层）。它们的关系可以用图二表示。三者连环成套，而以学校体育为基础，三者的目的一致就可以互相辅助而得到共同发展。



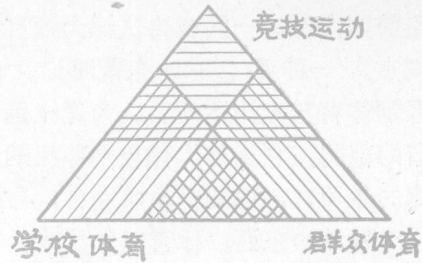
图二

第二种观点是三位一体论。其要点与第一种观点相反，承认竞技运动属于体育的范畴，认为二者的目的虽然不同，但其形式、内容、方法基本上是一致的或者是相通的，没有根本上的区别，同是一个领域的东西，在此条件之下，就可以依其性质把体育分为竞技运动（或叫竞技体育）、学校体育和群众体育三大部分，这就是国民体育的总体。这种观点比较符合我国当前的实际，易为人们所接受，由于历史的原因，我们已习惯地把竞技运动看作体育而在工作上未形成两种体系。如果当前把二者严格地区分开来，将会遇到一些认识上的和工作上的不易解决的实际困难。只要我们在工作中注意避免以偏概全，防止以竞技运动去代替或掩盖其他体育，特别是学校体育，就不至于妨碍我国国民体育的发展。按照这一观点，学校体育的位置也有几种不同的看法。一种认为竞技运动是国民体育的高峰。国民体育的目标就是要攀登这个高峰。学校体育和群众体育都是为它打基础的。可以叫做两基一峰论，也就是所谓金字塔式的理论。它们的关系如图三所示。现在一般人对普及与提高相结合的理解，大都是属于这一种，但是，有人认为我们是社会主义国

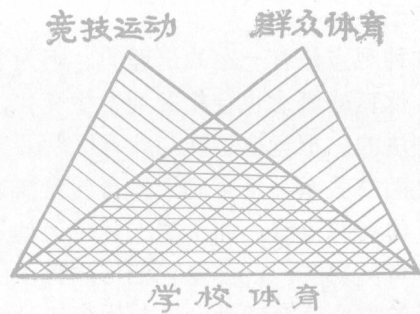
家，不仅要提高竞技运动水平，同时也要提高群众体育的水平，因此，提出了第二种观点，即要攀登竞技运动与群众体育两个高峰，而以学校体育为基础，这可以叫做一基两峰论吧！它们之间的关系如图四所示。

以上两种看法都把学校体育看作基础，确立了学校体育是国民体育基础的位置，这是可取的。然而把竞技运动作为学校体育的目标之一，而忽略了学校体育自身的目标——发展身体，增强体质，这就值得考虑了。个人认为竞技运动是一种特殊的体育形式——如果承认它属于体育范畴的话，它有自己的发展道路和工作规律，应该建立自己的普及与提高的体系，如果竞技运动的普及落脚到学校体育或一般群众体育活动中，于提高能有多大裨益，还值得怀疑。同样，学校体育也应该有自己的发展道路和工作规律，应该建立起自己的普及与提高的体系。如果把学校体育的提高对口在竞技运动上，学校体育的方向，也值得怀疑。学校体育为竞技运

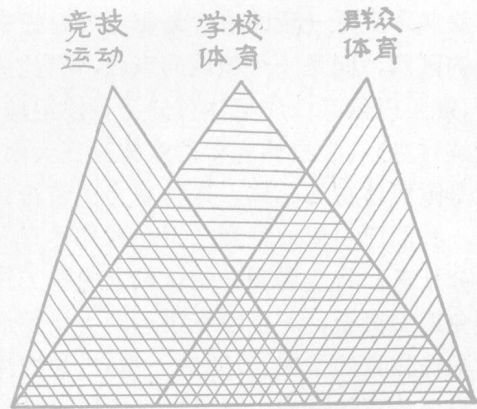
动打基础，不论在理论上或是在实践上，一般来说都只能理解为主要体现在增强体质和基本运动技能上。如果笼统地把竞技运动作为学校体育提高的目标，就有可能导致学校体育的竞技化，青少年和儿童一代的体质工作就有可能被挤掉或者遭到遗忘，这是与学校体育的目的相违背的，是不符合党的全面发展教育方针的。再就群众体育而言，其主要特征是一般的身体锻炼，更多的是健身活动，其主旨在于维护身体健康，保持机体工作能力，延长寿命，而没有教育要求。学校体育开展得如何，确能直接影响群众体育的水平，但如果把群众体育作为学校体育提高的目标，则容易导致追求一般的社会体育效果，而忽略学校教育的要求。学校教育是一个专门的教育过程，学校体育的对象是正在生长发育中的后一代，应该充分考虑青少年儿童的生理、心理特点，遵循教育规律，追求教育本身的目标。因此，学校既要为竞技运动和群众体育在某些方面打基础，又要有自己独立发展的目标。这个目标就是促使学生的机体得到完美的发展。所谓完美发展，就是形态、机能、体能（包括身体



图三



图四



图五

素质和运动能力)、精神几方面得到充分的、均衡的、协调的发展。这就叫做一基三峰论吧!它们的关系如图五所示。这样,对于攀登世界体育高峰,我们就可以从三方面来理解:一是在竞技运动方面,要提高运动技术水平,创造优异成绩,赶上和超过世界先进水平;二是在群众体育方面,要广泛开展群众体育活动,增强民族体质,把我国人民的机体能力和平均寿命提高到世界先进水平;三是在学校体育方面,要对青少年和儿童进行体质教育,把我国青少年一代的体质提高到世界先进水平。当然,这不是说学校体育可以不开开展运动竞赛和不提高运动技术水平。只是它不是目的而是手段。只要真正按学校体育的规律做到普及与提高相结合,学校体育的提高是必然的,自然就有可能为国家输送一些体育人材。这与学校体育的目标是不矛盾的。也是学校体育所能做到的。

综上所述,不管对学校体育在认识上存在着何种分歧,但有几点是可以确定的。这就是:

(1) 学校体育与竞技运动有着性质上的不同,二者不能混淆或者互相代替。

(2) 学校体育是教育的组成部分,它在人的全面发展中起着重要的作用,不能忽视。

(3) 学校体育工作者,首先是教育工作者,然后才是体育工作者,体育教师首先是人民教师,然后才能是体育教师。学校体育工作者应该对学生全面负责,特别是对学生的体质负责,因此,必须按照党的教育方针,遵循教育规律和学校体育规律办事。这样,才能使我们的民族体质的增强,建立在可靠的工作基础之上。这是我们学校体育工作的基本出发点,也是它的落脚点。

三、学校体育的任务

现代教育学认为教学过程中应该完成教育、教养和发展三方面的任务。这三者体现着德育、智育、体育三方面的要求。

落实到学校体育工作中就是体育教学大纲所提出的思想教育、体育知识、技能、技术的教学和增强体质三方面的任务。这三者不仅是体育课的具体任务,而且是整个学校体育工作的指导原则。三者各有其独立的意义而又不可分割,思想教育解决体育的方向和动力问题,知识、技能、技术解决体育的方法和科学化问题,增强体质解决体育的效果和目的问题,三者互相关连,融为一体,构成体育的全过程。但三者又不是平列的,而有一个中心,这就是增强体质,所以学校体育的根本任务是增强学生体质。

(1) 学校体育中的教育任务

学校体育中的教育任务是通过体育活动对受教育者进行思想教育和意志品质与道德作风的培养。要让他们懂得锻炼身体的目的与意义。儿童和青少年对体育的认识,一般要经历这样的过程。即:好玩——健身——服务。即是说,他们往往从单纯的兴趣开始,逐步认识到对身体有好处,最后才理解到是为了为社会服务,教育者的责任就在于在体育过程中,提高他我的思想认识,把他们参加体育活动的动机逐步从个人的目的引导到为社会主义服务的意义上来,从而培养他们爱党、爱国、爱社会主义制度的思想感情,树立远大的理想。

体育活动中人体要承受一定的生理负担,也会遇到一定的心理障碍。要完成动作就得依靠意志来克服由负担所引起的困难和障碍,这就为磨炼意志、形成品质提供了一个良好的机会。这个过程加以简化就是:锻炼——负担——困难(障碍)——意志——品质,教育者的责任就在于在这一过程中有目的地对受教育者施加心理上的影响,促使和帮助他们克服困难和障碍,从而培养坚毅、沉着、勇敢、顽强、果断、进取、忍苦耐劳和坚持不懈等优良品质。

体育活动很多是采用集体的形式和比赛的方法，在一定的制度和规则指导下进行的。既需要充分发挥个人的力量，更需要集体的通力合作，并且还需要遵守一定的纪律。这既是保证活动顺利进行的需要，同时又为培养参加者的优良道德品质和作风提供了条件。教育者的责任就在于利用这些形式和条件，对参加者进行集体主义教育，并且严明有度、潜移默化地培养其团结友爱、互助合作、服从组织、遵守纪律、关心他人、尊重对方以及诚实、谦虚、文明礼貌等道德作风和行为。

体育活动中蕴藏着丰富的美育因素。优美健全的体型就是一幅美的画，正确熟练的动作就是一种美的创造，集体活动中协调一致的行动，能使人得到美的感受，对体育活动的观赏与评价，能培养人的审美能力，而比赛中忘我奋斗的精神，更是一种美好的情操。马克思说过：美感就是人在创造性劳动中感到各种本质力量能够发挥作用的乐趣。体育活动中人的体力和情感能够得到高度的发展和表露，就能比较充分地得到这种感受。教育者的责任就在于运用各种手段和方法开拓这些潜在的美育因素，用以熏陶儿童和青少年一代，从而塑造和培养他们的外形美和内在美。

（2）学校体育中的教养任务

学校体育中的教养任务就是使受教育者懂得有关体育知识，掌握体育运动的技能和技术。知识是锻炼身体的响导，是掌握技能运用技术的先决条件，有了知识作指导才能使体育建立在科学的基础之上。因此，不能把体育看成单纯的技术动作学习，而必须同时进行知识教育。体育知识教育的内容，从普通体育的角度来说，应该包括体育的意义与作用、身体生长发育、运动保健、一般运动技能与技术等方面的基础知识和科学锻炼身体的方法与一般体育常识等。教育者的责任就在于针对不同教育阶段的特点，采取专门理论教学和理论结合实践教学的形式，依据教育学的原则和方法，用这些知识去武装受教育者的头脑，使他们在体育活动中由被动到主动，由盲目到自觉，把体育效果的获得由必然王国引向自由王国的境地。

动作技能的学习在体育中有着十分重要的意义。掌握了一定的动作技能才有可能把人体的能力转为有效的功。否则，就会有力使不出，或者用力不得当。动作技能具有迁移的特性，因为学习和掌握动作技能的实质就是建立大脑皮层的条件反射，形成动力定型。大脑皮层的动力定型越多，其灵活性越高，建立和改建动力定型的能力也越强。因此，人体储备的动作技能越多，学习新动作的效果越好。同时，动作技能越熟练，技巧越高，越能正确地运用技术，提高技术水平，而且可以更好地运用到生产、军事和生活的技能中去。体育中的动作技能，大致有两种：一种是动作朴实、技术性不强的身体基本活动技能，如一般的走、跑、跳、投、攀、爬、悬垂、支撑、滚翻等动作，一种是具有专门技术的运动技能，如田径、体操、球类活动等。教育者的责任就在于利用参加者的身体条件，采用各种有效手段与方法，使他们掌握基本活动技能和运动技能，提高运动技术，以尽量发展他们的身体活动能力。

（3）学校体育中的发展身体任务

发展身体是学校体育的独特任务，体育如果丢掉了发展身体这一核心内容，它就不能成为一门独立的学科。发展身体的要旨就是要通过体育促使人体的结构和机能得到完美的发展，提高体格和体能水平，体育活动对身体发展的作用主要有以下几方面：一是能提高大脑神经系统的功能，促进脑力和智力的发展。人体的任何动作都是大脑神经支配肌肉伸缩，牵动韧带和骨骼运动完成的。高效率和高质量的动作标志着大脑神经系统功能的强盛。由于体育