



- 6 -

体育译文

人民体育出版社

体 育 译 文

(6)

人 民 体 育 出 版 社

出版者的话

本集是国外学校体育专辑，大多选译自国外的体育书刊，所收文章分别介绍了罗马尼亚、瑞典、挪威、丹麦、芬兰、日本、美国、东德、捷克斯洛伐克、波兰、匈牙利、苏联等国学校体育的简要情况。内容包括：学校体育教学大纲和教学方法，课外体育活动，体育师资的培养，以及如何提高学校体育的教学质量和科学性等问题。可供我国学校体育教师、教育工作者以及从事教育研究的同志们参考。

本辑主要由国家体委体育科学研究所资料研究室和北京体育学院体育理论教研室供稿。组稿过程中曲宗湖、熊斗寅、王占春、朱丰诚等同志做了大量工作，在此表示感谢。

由于水平所限，编译中错误之处，希望读者指正。

体 育 译 文

(6)

人民体育出版社编辑出版

体育报印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

787×1092毫米 $\frac{1}{16}$ 98千字 印张5

1979年5月第1版 1979年5月第1次印刷

印数：1—40,000册

统一书号：7015·1779 定价0.55元

责任编辑：骆勤方 张幼星 施季刚

目 录

罗马尼亚学校体育简介.....	(苏) 弗·维金 (1)
日本中小学体育.....	(苏) 弗·普·鲍戈斯洛夫斯基 (2)
芬兰学校体育概况.....	(芬) 凯尼威·海尼拉 (4)
瑞典学校体育简介.....	(苏) 格·伊·克蕾查诺夫斯卡娅 (8)
东德中小学体育简况.....	卢先吾 曲宗湖编译 (10)
匈牙利的学校体育.....	(苏) 格·普·鲍格达诺夫 (13)
苏联学校体育概况.....	(苏) 姆·伊·康达科夫 (14)
关于日本中小学新体育教学大纲.....	吴河编译 (17)
苏联一九七七年体育教学大纲简介.....	(苏) 少年儿童生理科学研究所 (39)
提高学校体育的科学性.....	(苏) 阿·格·赫里布柯娃 (44)
体育课的首要任务是增强学生的健康.....	(苏) 姆·格·阿尔齐巴舍夫 (47)
怎样检查中小学学生的运动训练水平.....	(苏) 兹·伊·库兹涅佐娃 (50)
在学校里如何增强学生的体力	
——从“增强体力推进校”的实践中所见.....	(日) 梅本二郎 (53)
美国中学体育是培养奥运会选手的初级阶段.....	(美) 威廉·约翰逊 (57)
学校体育是古巴体育的基础.....	(法) 雷蒙·波恩杜等 (60)
苏联体育学校现状.....	(法) 帕里昂泰 (62)
北欧三国体育师资的培养.....	(美) 理查德·波理德洛 (64)
东欧四国培养体育师资简况.....	(东德) 莱比锡体育科研所 克·劳特巴赫等 (69)
日本体育大学简介.....	吴河编译 (72)

罗马尼亚学校体育简介

(苏) 弗·维金

近几年来，罗马尼亚不仅在经济领域，而且在社会和文化方面，特别是教育方面都取得了巨大的成就。实行普及十年义务教育是罗马尼亚社会主义共和国重大成就之一。

罗马尼亚今天大约有一万五千所普通学校，有九百所以上的各种类型的专科学校和十九所大学。仅在普通学校里学习的就有三百多万学生。现在差不多每五个罗马尼亚公民中就有一个在校学生。

根据罗马尼亚共产党中央委员会（一九七三年六月）的决定，罗马尼亚学校从一九七四——一九七五年起实行三个阶段的教育：第一阶段是小学（四年），第二阶段是中学（四年），第三阶段是初级专科学校（二年）。

儿童从六岁起就开始在一年级学习。

社会主义罗马尼亚的党和政府经常关怀正在成长的接班人的体育教育，关怀国家体育运动的广泛开展。特别是在各年级的教学计划中给体育规定很多时数就可以证明这一点。例如，罗马尼亚学校一至四年级每周规定四节体育课，其它年级上三节。此外学校的少先队和共青团组织对课外体育工作的开展也很注意。

业余体校在儿童的体育方面起着良好的作用。

一九五一年在罗马尼亚具有体育运动传统的城市里组织了第一批业余体育学校。在这些城市里有良好的物质基础（体育馆、游泳池、运动场和操场）。近几年来，这类学校一直增加着，现在已经超过了一百所。其中将近五十所已经成了专门体育学校，其余的是附设在各类专科学校的运动部。现在全国所有的县都建立了业余体育学校。

业余体育学校工作的成绩有：业余体育学校的学生在参加共和国青少年的比赛中都名列前茅；体校的许多毕业生充实到球类、田径和其它运动项目的成年队里，在全国冠军和纪录创造者的荣誉表上能经常看到体校学生的名字。

为在体育方面有能力和有才干的青少年建立了具有贯彻专门体育大纲的学校，在每个县都有这样的学校。全国有五十所类似这样的学校。在这些学校里男女学生除学习普通学科（根据专科学校大纲的规定）外，还较深入地学习规定的运动项目。一九七〇年在克厄姆普隆克·穆斯契尔市成立的中央田径实验专科学校可以作为这种学校的例子。

中央田径实验专科学校招收最有才能和最有培养前途的青年。这些青年决心把自己献给重要的田径事业。在这所学校里教学的是一些有经验的教师和教练员。

该校的主要训练基地是该市的运动场，运动场有专门上田径课的设备。一九七四年二月这个运动场修建成了现代化的田径运动场，有五条六十米塔当跑道，有跳远、跳高、撑竿跳高和三级跳远的扇形区以及铅球投掷区。在这所学校里还有设备良好的体操馆，在校园内有跑道和跳跃场区。

对实验专科学校提出了艰巨的任务——选拔有才能的青年和从他们当中培养一定数

量的能在重大国际田径比赛中捍卫祖国荣誉的运动员。

四年是一个比较不长的时期，但是中央田径实验专科学校当前在培养高级运动员方面的成绩已经很明显了，他们有罗马尼亚纪录保持者尼库琳娜·卢恩古，莉莉阿娜·卢乌，室内场地六十米跑世界纪录创造者多列尔·克里斯图多尔等。

全国竞技运动的广泛发展，对青年一代进行细心的工作，经常摸索新的方法都取得了良好的效果。例如，罗马尼亚运动员在田径、摔跤、拳击、手球、划船运动，射击和体操这些运动项目都取得了很高的成绩。

(刘绍曾译自苏联《学校体育》一九七五年第八期 宗潮、守诚校)

日 本 中 小 学 体 育

(苏) 弗·普·鲍戈斯洛夫斯基

日本有小学(一至六年级)，初级中学(七至九年级)和高级中学(十至十二年级)。每所学校都有运动场。而体育馆的情况较差些。日本有百分之二十的学校设有体育馆。专职体育教师有将近百分之九十。

小学(一至六年级)体育课规定为105小时(每周三节课)。大纲内容包括基本体操、田径、游泳、球类游戏和舞蹈。五、六年级从105小时中划出10小时上卫生课。小学体育课由本班教师上，而不由专职体育教师上，仅仅在某些要收费的私人学校里才聘请体育教师上课。

在初中(七至九年级)体育课规定为125小时，其中105小时为体育课，剩下的为卫生课。在小学大纲中增补下面三个项目之一供初中用：柔道、剑道和相扑。专选项目规定为20小时(从125小时中划分出)。

在高中(十至十二年级)的大纲中补充规定有体育理论。卫生学已成为单独的学科。在这种类型的学校里(三年)体育课全部教学时间规定为295小时，卫生课70小时。除此以外，在高中为男生补充规定70小时的摔跤时间和为女生规定同样的时间学习管理家务。

课外作业(每周一次)中规定有各种学科的选修课程，其中包括体育。各种运动小组也开展活动，由体育教师给他们上课，但由于没有额外工资，因此小组上课经常中断。

在日本学校的作息制度中规定有体育保健措施，其中包括课前操、课间三十分大休息时的各种活动性游戏和身体练习。

为了检查学生的身体发展和身体训练水平，规定了各种专门的测验(胸围、反应速度、跳高、背力、握力、柔韧性练习和引体向上)。在教师的教学讨论会上对测验的成绩进行研究，然后通知给学生家长。在学校里也好，在区里也好，教师们的联合教学组要开展活动，讨论各种体育教育问题。

在了解日本学校体育的组织情况时，我们注意到了学生们不仅在体育课上有高度的纪律，上其它课时也如此。

在日本学校里认为培养独立活动的的能力有重大的意义。在上课、课外作业和大休息

时都能看到学生具有掌握独立活动的能力。例如，一部分学生（不一定是强的或弱的）根据教师的要求在课上完成全班任务以外的一些练习，同时也开展强的学生对弱的学生的帮助。显然，教师们都努力使学生的训练达到同一个水平。学生自己积极地 and 非常努力地准备上课的场地，包括打扫运动场（提前到校），擦地板等等。少数学生领导着一些小组（家务管理、音乐、化学、生物学和运动等等小组）。在课间大休息进行活动性游戏和身体练习时，包括一年级学生在内的全体学生都参加，他们各自使用各种简易的轻器械（跳绳、球和藤圈等）进行练习。

象学生们认真对待体育课一样，孩子们还积极参加课外体育运动。通常，学生们在课后都留在学校里从事各种运动项目的训练。这就保证了学生们按照学校教学大纲规定的练习项目得到很好的身体训练。例如，一个学校四年级的全体女生在田径课上都能自如地和正确地完成三步过栏技术。包括星期天在内的空暇时间，许多学生到学校从事体育运动。星期天由体育教师和家长来上课。

下面介绍日本学校体育课的组织和进行的某些特点。尽管小学没有专职体育教师上体育课，然而给这些班级上体育课的教师，不管年龄和体格有何差别，都穿运动服上课。在各种类型的学校中，学生们都穿统一样式的运动服装：女孩穿白色短袖汗衫和黑色短裤；男孩穿白色背心和白色短裤（摔跤课例外，摔跤课穿专门的服装）。

上体育课出席的人数是高的。身体不舒服的学生，经医生允许可不上课，但他来馆内见习上课，在课结束最后整队时，他又站到队列中去了。

过分肥胖的学生引起了一定的注意。他们在学习过程中要更加刻苦顽强地完成教师布置的全部任务。学校在教学日开始之前，先将他们集合起来进行跳绳和别的项目的练习，这对减轻体重产生良好的影响。

体育课基本上按照通过的方案来上，但是没有死板的框框。例如，在许多学校中，通常不是从队列队形，做一般发展练习开始上课，而是利用小的运动器材以游戏的方法开始上课。如某校的三年级的课，教师以滚动一对球开始上课，然后逐渐使任务复杂化。他加长了距离，改变了投掷方向和接球方法，并且不知不觉地引导学生站成圆圈用球做游戏（到这个时候，学生已分成了三个组），这才是课的基本任务。这样，在十分生动、有趣的情况下，对提高掷球和接球技术课的目的就达到了。

体育课非常注意利用直观教具和技术教学手段。例如，在六年级的一堂课上（由正面助跑跳过横杆，再做前滚翻），正在进行的课突然停止，让全体学生走到电视磁带录像机跟前，教师把这个练习的镜头放给学生看（一分半至二分钟），而后又继续上课。

在课上始终注意循序渐进和提高完成动作的复杂性（逐渐增加高度和助跑长度以及加大距离等等）。这就说明了日本的教师们严格遵循《由易到难》的原则。在考虑到学生的身体发展和身体训练水平的情况下，特别注意区别对待。从这个原则出发，首先将学生进行分组。我们在一堂课上看到了在课的基本部分练习开始时（练习跳跳箱），学生们按照指定的小组站好队（当然，学生已经知道了自己的地点）。并且为每个组规定不同高度的跳箱。教师根据课进行的情况，给那部分没有很好掌握必要技能的学生以补充的练习。谁顺利地完成了基本练习，谁就转到下一个组（比较有训练水平的组）。应当指出的是并没有违反课的节奏和运动密度。教师与学生比较融洽。教师在照顾到每个学生的同时，通过采用各种方法，包括表扬在这堂课上转到比较有训练水平的组的学生，

努力使全体学生达到必要的训练水平。

教师通常利用铃鼓来指挥学生完成各种协调性的练习。教师的哨声对学生具有魔术般的效力，学生听到哨声后，各种活动都立即停止。很有意思的是教师在给全班布置任务时，学生们都蹲下听教师讲解。

包括低年级的学生在内，学生们在进行分队比赛时（篮球、排球等）经常用呼喊声伴随自己的动作（《拿住》、《给》、《快》等）。教师们对我们说，这能提高学生的情绪和动员学生参加集体活动。学生们在课结束之后，开始站队（非常迅速，每个学生都知道自己的位置），然后双膝跪下，坐在脚跟上，看自己前面的地面一至二分钟，这是在练《想功》。

在课间大休息时进行活动性游戏和身体练习，学生们挤满了学校的操场。除了学生以外，教师们在校长带领下也到操场上。在运动场上除了有打篮球、排球、手球和跳跃的场地以外，还布置了各种器械：不同高度的单杠，体操平衡木，障碍区，斜坡平台和为了攀登用的专门装置等等。学生们在课间大休息时，按照自己的愿望从事这种或那种练习项目。全部活动有组织地进行，秩序井然。学生们都努力、专心致志完成自己的练习。时间一到，学生们开始逐渐离开运动场，平静而有组织地走进教室。三分钟后操场又空了。

培养体育教师的东京体育学院也研究中小学教学大纲里规定的项目，并且采用在中小学体育课上要采用的方法。日本专家认为这种培养教师的方法是具体地建立在全面研究中小学教学大纲的基础之上的，这样对培养中小学未来的教师就会有积极的成效。

（刘绍曾译自苏联《学校体育》 一九七八年第七期 裘守诚校）

芬兰学校体育概况

（芬）凯尼威·海尼拉

芬兰学校体育制度

七十年代，芬兰七至十六岁年龄阶段的学校从双轨学制改为一贯综合学制，在双轨学制中，学生在小学上完前四年后，一部分学生继续留原校学习两年，再转入业余补习学校学习两年。另一部学生根据选拔制度，转入五年制的初中，初中毕业生再转入三年制的高中，为进大学或转入专科学校做准备。

一贯综合学制先是六年的初级阶段，对所有学生按总的教学大纲进行教育，在该阶段主要由一位班主任进行指导。然后是三年的高级阶段，学生除完成教学大纲规定的必修课外，还可以选择选修课。高级阶段的课程由具有一门或两三门专长的教师进行指导。在这种九年的一贯综合学校毕业后，学生可以进入高中、专科学校或就业。

实际上，在芬兰大约有七十万七至十六岁的孩子上学。大概有一万八千名班主任和同等数量的专业课教师任教，约有九万名学生进入三年制的高中学习，约占这个年龄阶

段学生总数的35%。在高中大约有四千名教师。

根据开设一贯制综合学校的法令，每一个六千人口的区都要设置一所这类学校高级阶段的校舍，而初级阶段校舍的分布可以更多些。如果把三年制的高中和五年制的初中都结合在一贯综合学校来办，则能更好地发挥作用。

城乡学校的规模差别很大，在农村有大量的小学，教师只有少数几个；而在大城市，具有一两千学生的同类学校，教师却有几十个。在一贯综合学校里，同年龄的学生编在一个班里，每班最多三十二人，在现在的中学（初、高中）每班多达四十人。

学校的专业学年

一贯综合学校的专业学年和中学一样都是由190个教学日构成，每周上课五天，星期六、日休息。在初级阶段，低级班每周25课时，中级班29课时，高级班31课时；到高级阶段，每周35课时，在初、高中，每周至多32课时。

学校的专业学年划分为两个学期，秋季学期从八月下半月开始到十二月底为止；春季学期从一月初开始到六月初结束。春季学期二、三月有一周滑雪假，还有一周左右的复活节假，暑假放两个半月在六、七、八月。

体育课的数量

在一贯综合学校和中学（初、高中），体育课是必修课。在一贯综合学校的一、二年级，提倡体育锻炼和音乐教学部分相结合，每周共安排三学时。在这个阶段，男孩和女孩一般混合编班上课。在这以后，体育课男女分班教学。一贯综合学校的低年级，每周三课时，高年级每周二至三课时。在一贯综合学校里，每一个相同的教学班差不多有32名学生，初中和高中则不超过40名学生。

体育教师

在一贯综合学校的低年级，体育课一般由班主任带课。在高年级以及初高中则由体育教师来教，这些教师都经过专门化的体育教育，在初中和高中，体育教师还承担卫生学的教学。

早些时候，体育教师作为一种专业要在赫尔辛基大学体育部进行培训，从一九六三年开始在于伐斯屈拉大学的体育卫生系进行培训。这所大学在七十年代将承担全部专业的体育教师的培训。体育教育中的候补学位已称为体育卫生学士，这个学位的取得要经过三年的准备，之后要求在所谓“正规学校”进行一段有指导的教学实习，以便获得教师资格。

班主任们已在师范学院和大学的研究班中事先进行过训练，到七十年代这二者将与大学结合在一起，到那时班主任和专业体育教师的训练将会出现改革。培养一个班主任需用三年的时间。在这三年中，对未来教师所用的体育锻炼时数总计约为200课时。一部分未来的教师将会选择体育作为他们的专业，这些师范生还要接受大约250课时的体育教育训练。

现在，在芬兰大约有一千五百名教师教体育专业课，并以此为主要职业。每年大约有一百名这样的教师结束培训。体育教师每周工作平均为30小时。

体育教学设备

芬兰大约有六百五十所中学。其中十分之九起码有一座体操馆或健身房，十分之三有两座这样的室内建筑，有些学校要更多些。在学校里用于体育锻炼的室内面积平均为

335平方米,最大的体操馆规模一般为 12×6 米,中学的操场面积平均为三千平方米(45×70 米),从学校到球场的距离平均为半公里,到田径场平均为一公里。在少数分散的学校里,有游泳馆、专门用于身体训练的健身房和有围墙的田径场。

关于在一贯制学校里体育设备,应该提及的是在芬兰中部地区大约有300所一贯制综合学校,其中只有六十所有专用体操房。可以这样说,中学具有的运动设备和器械比一贯制综合学校要多得多。

一九七〇年由国务院委任的一贯制综合学校教育计划委员会所公布的报告中明确规定了这类学校的体育教育目的。这个目的将作为实现一贯制综合学校总目标的一部分。体育教育的一些重要的专门目的是:

1.在教育过程中要考虑到人体生理学的因素;实际上在一贯制综合学校,体育是唯一的一门以促进学生身体发展为目的的学科。

2.把发展学生的完整个性和培育身心健康统成一体。体育一方面给学生们提供了良好的机会,使他们能经历学生时代的愉快和娱乐,这对于个性和身心健康的发展是重要的;在另一方面,体育可以鼓励他们在学生时代以后的生活中继续保持从事竞技运动的兴趣。

此外,体育还能为实现道德、社会、美学等方面的教育目的提供可能性。除了这些目的外,一贯制综合学校体育教育的主要目的可归纳为:

1.保持和发展身体素质,包含以下几方面内容:

- (1) 血液循环系统的状况;
- (2) 肌肉的力量和耐力;
- (3) 身体各肢体的灵敏和灵活性。

2.鼓励不断对竞技运动和体育活动发生兴趣,并提供可能性,其目的是:

- (1) 供给有关体育活动的消息;
- (2) 使学生熟悉各种体育活动;
- (3) 向学生传授基本的技巧;
- (4) 指导学生选择他们有兴趣的体育活动;
- (5) 使学生尝试各种竞技活动,使之发生兴趣。

除了这些主要的目的外,体育教育还应该尽可能完成下列更多的教育目的。

3.在获得愉快和娱乐方面,包含下列目的:

- (1) 体育运动中令人愉快的经历;
- (2) 进行有区别的教学,为学生进行各种选择,提供可能。

4.在道德和社会教育方面,要达到下列目的:

- (1) 培养与社会接触的能力;
- (2) 为他人着想和为人正派的品质。

5.在美学教育目的方面,要使学生获得身体运动时自我表现的能力。

体育教育课程表

在芬兰,体育教育的组织必须考虑到国家地处北方以及气候条件。体育教育在专业

学年划为五个练习阶段：秋季室外阶段（八月二十日至十月十五日），秋季室内阶段（十月十五日至十二月二十日），冬季室内阶段（一月一日至三月十五日），冬季室外阶段（三月十五日至四月三十日），以及春季室外阶段（五月一日至六月五日）。暑假前后的春末秋初比较接近于夏天的活动，而冬季的冰雪为室外练习提供了条件。在中等学校，体育训练室内室外各占一半，有些地方到高年级室内练习的比例有所增加。

在一贯制综合学校，体育着重于下列几种竞技活动形式：基本身体活动（简单的技能，如跑跳投及其运用，像室内的追逐游戏、远足、定向越野跑等）；体操练习（徒手和带器械的身体练习、舞蹈、民间舞、游戏比赛等）；球类活动、滑雪（越野滑雪、高山滑雪和障碍滑雪）；冰上运动和水上运动。女孩子在中学专业学年期间要上100节体育课，课时基本分配如下：体操31课时（基本体操练习17课时，器械体操9课时，舞蹈4课时），球类活动27课时（芬兰垒球10课时，篮球10课时，排球7课时），基础田径练习15课时（田径项目和越野等），滑冰8课时，滑雪7课时，游泳3课时。对男孩子则把更多的时间分配到球类活动（芬兰垒球、足球、篮球以及冰球）以及基础田径与体操等项。学生们在业余时间最感兴趣的是自行车、滑雪；男孩子们喜欢球类比赛，女孩子们则热衷于自由体操（即不使用器械的体操）。

教 学 方 法

选择教学方法的基本原则

在体育教育中，选择教学方法必须考虑到学生的发展阶段以及他们已达到的水平和预期的目的。在学生的青春期，要特别注意对他们进行精心的训练。课程表的安排必须考虑贯彻教学大纲，因此教师在制定课程表时必须注意是否符合下列原则：

1. 教学班的不同对象；
2. 按技术水平分组要考虑教学的目的；
3. 按不同的对象进行分组；
4. 对那些特别体弱和极有天分的学生的个别教学。

在体育教学中，特别要强调对学生因材施教，给他们进行选择的机会。

体育教育的实际教学过程都是为学生提供一些经验和体会，并让他们通过这些经验和体会学到东西。因为这个缘故，给学生安排大量的反应活动，使他们从中得到启发是非常重要的。

教师必须审慎地观察他所选择的每一个教学方法是否在以下诸方面都实现了该教学阶段所规定的任务：体育领域（健康状况、身体素质、技术水平），社会领域（与他人合作的能力），情操领域（体育活动的体验），知识领域（体育活动的基本知识）。

正确有效的教学手段决定于所选择的教学方法。这些手段必须是能够培养学生学习和训练的独立性，要使学生感到他们的经历是愉快的，并且有充分的体育知识作为基础。换言之，学生必须得到很好的启发和诱导。

教学程序法的选择

教学过程中，程序法的选择必须符合下列诸原则：

1. 能否保证练习可促使学生得到足够的发展？

2.完成练习时,学生的体验愉快与否?为什么?

3.是否给学生提供了进行合作和发挥独立工作能力的机会?

学生是否懂得为什么做和做什么?练习的有用价值或学生的进步怎样确定(反馈、加强、诱导)?

在教学中,不同的程序完全可能达到相同的结果。例如,技术技能的教学能按照权威的程序进行,这些方法显然是最有效的。然而做这些练习的同时,又很容易破坏全面身体训练的完整性。而且这种方法与分解式的程式化的训练相比常常失大于得。

在教学过程中,不同的教学阶段,不同的分组方式和数量,对于采用什么程序法都会产生积极的效果。学校的体育设施和训练场地必须完备和适当,至少也要做到不妨碍教学计划所规定的目的的实现。

在一贯制综合学校,必须考虑学生的不同发展水平,而采取相应的体育教学。因而在—、二年级应当是游戏阶段;三、四年级的学生协调性已得到发展,可以进行技术教学;五、六年级的学生将发挥自己的特长,因此这段时间是他提高自己基本技术的阶段;到七、八年级,体育的消息、报导将扩展学生在技术方面的眼界,学生有可能用较聪明的办法去解决自己周围的一些问题,并开始寻求他自己特别感兴趣的体育活动。九年级的学生将可能进行更多的独立的和具有主动精神的训练,并且得到一些体验,然后选择那些适合他自己成人以后从事的体育活动。

学校体育协会(KLL)

学校体育协会是师生均可参加的学校体育教育、体育活动、运动比赛的全国性组织,它于一九四六年成立。学校体育协会是国际学校运动联合会的成员,也是国际体育教育联合会的成员。芬兰中学运动协会于一九二六年成立,一九七三年一月一日,它与学校体育协会合并,所以在芬兰学校系统中大部分师生都属于同一的体育协会,而专业学校的学生不包括在该协会内。芬兰有80万人属于学校体育协会,他们分属在66个地方性组织(即协会分会)中。学校体育协会在一贯制综合学校中利用芬兰教师协会作为它的外围组织,在高中和水平较高的初中,则利用它的地方组织。这些组织从一九七三年一月一日开始由上述芬兰中学运动协会组成。

(卢元镇译 裘守诚校)

瑞典学校体育简介

(苏)格·伊·克蕾查诺夫斯卡娅

在瑞典,小学生从七岁开始入学。所有儿童必须在普通学校学习九年。

在斯德哥尔摩和厄勒布鲁,有两所高等学校培养体育教师和各项教练员。考入这类高校很不容易,因为每年这两所高校只挑选二百人,入学的竞争性很大——约二十人取

一名。此外培养未来专家的时间很短，只两年。这就势必要压缩课程，所有毕业生还需不脱产再进行三年提高专业的学习。

在国内，除了高等学校外，还有中等体育学校。它们主要是培养体育教师。瑞典专家认为，国内培养体育干部的问题还没有解决，因为在这方面的要求还远远没有满足。特别尖锐的是普通学校体育师资的问题。在普通学校，只是在高年级才有专职体育教师给上课。而低年级和中年级的体育课都是由其它课程教师兼任。由于缺乏经费和专职教师的安排不当，许多学校都没有课外体育活动。普通学校的体育活动主要靠体育课：一年级每周一节，二年级每周二节，从三年级起每周三节。每课时为四十五分钟。每学年结束时，要评出学生体育课程的总分数，并记在中学毕业的文凭上。

许多普通学校都有运动场。但是条件不平衡，除了有良好的设备外，供学校使用的只是为数不多的运动器材。

体育课的教学过程是按照学校事业部所制定的新的统一的大纲来进行的。编订这个大纲是考虑到学生的年龄和性别的特点。这样，在男生的大纲中体操占20—25%时间，球类占50—60%，其它项目占20%。而女生的时间分配则为：体操占50%，球类占30%，其它占20%。

在学生身体训练中特别注意游泳教学，每个学生必须学习。学校没有游泳池时，就由社会团体或运动协会为孩子提供游泳池。

游泳课也是按教学大纲进行的，每学年每两周进行一次。在每年结束时，进行游泳考试，对学生的要求逐年提高。对于那些没有完成教学大纲要求的学生，在夏天组织游泳学校，为他们增加五至六周的练习时间。在暑期，这样的游泳学校全国都有。

体育大纲还规定可选修骑马、帆船运动、划船、拳击、击剑、网球。但是这些项目只能在具备条件（有基地、设备、干部）的学校进行。

每学年体育课的内容分成几个阶段进行。学校的课从八月二十日开始。第一阶段从八月至九月。练田径：跑、跳、投、三项全能（跳高、100米跑、推铅球）、包括一般发展练习和游戏。比赛阶段安排在九月至十月。体育课在室外进行。这时采用各种球类游戏：足球、篮球、排球、网球和其它项目。进入寒冷季节，体育课转入室内。体操练习成为这个阶段的主要内容。在这期间十分注意韵律感。在音乐伴奏下进行带轻器械和使手的练习。体操阶段是以假期的积极性休息而结束。

十一月凡拥有滑雪器材和地理气候条件允许的学校可安排滑雪运动。如果不具备滑雪条件的，则可安排体操和各种游戏。滑雪训练包括学习平地滑雪、斜坡滑雪和旋回滑雪。

冰球是瑞典学生喜爱的项目。为了开展这项运动，许多学校都设有冰场。因为比赛规则简单，学生很容易掌握。为了预防外伤，活动中有某些规定，例如球杆不能高于膝盖等。

春天，瑞典教师认为最好到室外上课。这个阶段的主要内容是球类、田径和各种活动性游戏。

在学年结束阶段（五月至七月）主要从事田径，进行比赛，检查性测验，进行游泳的考查和考试。

在群众性体育工作中，开展各种不同水平的竞赛活动，即从年级的比赛到全国冠军

赛。

瑞典学校的孩子们最有兴致的是到大自然中去活动。平均每月有一天让孩子们在大自然的环境中上课和进行积极性休息。在这一天，学生不上课，他们在教师的领导下进行远足。在这天里，也组织游戏，进行运动竞赛。

但是，课外体育活动不是所有学校都开展的。因为学校运动部和俱乐部为数不多。

校外作业由儿童俱乐部来组织。主要由在本俱乐部体育教师班学习过的家庭主妇带着孩子进行的。儿童分成三个年龄组：五——六岁；七——八岁和九——十岁。内容是按照一般身体训练大纲进行的。作业的基本组织形式是带有游戏性的。如果孩子显示出良好的运动成绩，那么可以送到运动学校（寄宿学校）或国家运动俱乐部。在瑞典有十二所运动寄宿学校，其中有两所专门开设高山滑雪运动。在运动俱乐部上课要付学费。这些收入用于教练员的报酬，支付那些经营运动装备和购买运动器材所需要的开支。

中学生特别喜欢冬季运动项目。八岁的儿童可参加巡回滑雪比赛，在障碍回旋滑雪中，少年运动员从九岁就开始参加比赛。

高山滑雪运动每年都举行儿童和少年（九——十岁，十一——十二岁，十三——十四岁）的全国个人冠军赛，在每个年龄组按成绩决定三个优秀男孩和女孩。由联合会和《卡列·恩加》杂志负担经费，送他们到国外进行集训。

除了少年运动员比赛以外，还采取许多其它群众体育措施，所有志愿者都可参加。群众性运动竞赛都是由教师和学生的家长组织的。为了选拔少年运动员，广泛地开展了各个项目的体育竞赛。

（曲宗湖译自苏联《学校体育》一九七八年第五期 吴友莹校）

东德中小学体育简况

卢先吾 曲宗湖 编译

东德的体育教学

东德学校体育课，一至三年级、七至十二年级每周安排两节，而四至六年级为每周三节。这是因为，根据他们的研究，四至六年级的学生对形成运动技能来说是最合适的，也是孩子体力最活跃的时期。

体育课在东德学校教学计划中居第三位，仅次于德语和数学。低年级（一至四年级）的体育课是由一般任课教师来上，五年级以上则设有专职体育教师。

东德学校体育教学大纲几经大的修改，现行大纲具有以下基本要求：

1. 注意全面锻炼学生的身体；
2. 加强体育教学与社会体育的联系；
3. 重视各地体育的传统项目；

4.注重奥运会的运动项目;

5.重视运用体育科学成果,特别是运用运动训练的科学成果。

体育教学大纲有以下特点:

1.从实际出发,因地制宜。教育部颁布的教学大纲规定了较多机动时间,如小学五、六年级,上课时数为90学时,又规定14学时的机动。教材的安排还根据各地学校和学生的具体情况确定比重,例如小学在多雪地区,有条件的学校可把1/3时间安排滑雪运动。

2.教材内容安排注意全面和突出重点。低年级教材以发展基本活动技能和掌握基本动作的活动性游戏为主。五年级后,教材就分为:基本动作、田径、球类、器械体操、游泳和冬季体育等。五、六年级以球类为主,可从篮球、排球、足球、手球中任选一种。七、八年级可增加一项球类运动,并开始田径、体操教学。九年级的体育课内容更广泛些,可包括摔跤、柔道等,如条件允许,可有滑雪课。项目的选择既考虑全面锻炼学生的身体,也注意培养运动选手。因此从七年级开始,在上述教材中,选一项为重点,为了熟练掌握它,允许在原教材基础上每年增加10%的学时。例如有的学校九年级把球类作为男女生的重点,就可按下表来安排学时。(表1)

3.游泳在教学大纲中被列为必修课。

目前,全国几乎所有学校都从三年级起就有游泳课。教学大纲规定三年级的游泳课为35节。据近两年统计,有80%的三年级学生学会了游泳,对十年级和十二年级来说这个数字分别达到97%和99.7%。为了教会学生游泳,一般规定游泳池从8:00至14:00供学生用。附近没有游泳池或水域的学校,则利用暑假组织学生参加专门的游泳夏令营,每天游两次。在医务监督方面,规定孩子们在室外游泳的水温不能低于+20°C,对二年级学生还应更高些,因为他们较瘦、热量消耗快,此外还规定在水中呆十分钟后紧接着要上岸做十分钟体操等。

4.学习基本动作,逐渐过渡到竞技运动项目,这是东德教学大纲的显著特点。低年级基本动作比重大,强调基础打扎实,到高年级逐渐增加竞技项目的内容,而基本动作学习学时数随年级增高而逐渐减少。可见表2。

从一年级到四年级重点打好身体基础和掌握正确的基本动作。从五年级开始,

根据各地传统项目等具体情况,提高学生对某项运动的兴趣。从九年级起,强调竞技运

表 1

男 生		女 生	
内 容	时数	内 容	时数
基本动作	10	基本动作	8
田 径	12	田 径	12
球 类	20	球 类	20
器械体操	10	器械体操	10
格 斗	6	基本体操	8
理 论	2	理 论	2

表 2 基本动作学习学时数

年 级	性 别	
	男 生	女 生
时 数	学 时	学 时
五、六年级	24	20
七、八年级	20	16
九 年 级	10	8
十 年 级	8	6
十一年级	10	6
十二年级	8	2

动项目的提高。这样就把体育教学和运动训练有机地结合起来。

5. 体育课与课外体育活动密切结合。要解决学校体育任务，每周两、三节体育课是显然不够的，这就要靠组织学生参加课外体育活动。体育教学大纲强调课内外结合。在上课时，反复动员学生积极参加学校体育俱乐部的活动。据统计，全国有60%的学生参加课外体育锻炼。对学校体育俱乐部的教师，还给予一定报酬。

课内外结合的要求主要对学生进行全面身体训练，发展身体素质，增强体力。对这些学生还传授一些理论知识，使他们懂得科学锻炼的方法。

东德学校的课外体育活动

东德体育组织十分注意吸收少年儿童参加课外体育活动，特别是吸收身体发育差的孩子。学生课外体育锻炼最有效的组织形式是成立学校体育团体。据东德教育部统计，全国40%以上的学生参加了学校体育团体。效果好的原因主要是实行了体育课与课外锻炼相互衔接的原则。

学校体育团体设一般锻炼组与专项锻炼组。一般锻炼组，首先吸收一至三年级学生参加，基本任务是：提高学生的发育水平及一般身体训练水平；培养参加专项锻炼的兴趣。锻炼项目包括田径、竞技体操、球类、游泳、滑冰、滑雪等。学生到四年级时产生了对某一运动项目的兴趣，这时老师也可看出他是否具备专项锻炼的能力了。

许多学校体育团体根据最新的科研资料，已在低年级的一般锻炼组里采用了训练课的方式，八至十岁的孩子进行游泳、田径、体操、滑雪、滑冰、球类的训练。不过，目前这部分学生只占参加学校体育团体锻炼者的5.1%。

中、高年级学生凡对体育运动兴趣差的，或者不具备专项锻炼能力、成绩达不到要求的，也参加一般锻炼组。中、高年级的一般锻炼组，目标是获得全面身体训练，培养速度、力量、耐力、灵敏等身体素质及生活必需的活性技能。对这部分学生还讲授一些理论知识，让他们懂得体育锻炼的合理性、必要性，提高经常锻炼的兴趣。每个学校中、高年级的一般锻炼组人数并不多。

专项锻炼组根据学校条件、学生兴趣和开展少年体育运动的需要组织起来，是学校体育团体的核心。每个项目根据年龄分组，每组十五至二十人。视学校具体条件（场地、干部情况等），每周训练一至三次，每次训练课时间根据年龄分别为：一、二年级45—50分钟，三、四年级60—70分钟，五、六年级70—90分钟，七至十二年级90分钟。

训练课是锻炼的基本组织形式。组际、班际、学校锦标赛等，在学校体育团体工作中占相当大的比重。同时十分重视对学生运动会的准备。比赛成绩在校内广为宣传并通知家长及其工作单位。

学校体育团体吸收七年级以上同学当辅导员。

匈牙利的学校体育

(苏) 格·普·鲍格达诺夫

匈牙利的儿童从六岁开始上学。全国有八年制的基础学校，中学和中等专业学校（学制为四年），以及中等技术学校。八年制学校的学生毕业后即可进入中学、中等专业和中等技术学校学习。得到中学毕业证书的学生可以进入各种高等学校继续学习或者直接参加工作。中等专业学校对学生施以一般的中等教育，并从理论上和实践上对学生进行专门的职业培养，它的学生也要考取毕业证书，毕业后按所选专业参加工作。中等技术学校的学生毕业后可获得熟练工人证书。

中学和中等专业学校用同一的体育教学大纲。每周规定为三节体育课。中等技术学校（学制为2—3年）每周二节体育课。

大多数学校体育教学内容的安排大致如下：九月——室外游泳，十月——田径，十一月——球类运动，十二月——体操，一月——在条件许可的情况下，安排滑雪、滑冰课，二月——体操，三月和四月上半月——球类运动，四月下半月、五月和六月——游泳。还有一些其它的分配方案。

体育课可以根据不同项目（如体操、田径等）分为综合上和单独上两种。在两个班级联合上课的情况下，对男女学生进行分班教学。如果只有一个班级，则可不分班。

在学校教学大纲里没有规定学生身体训练水平应达到的标准，但是这并不意味着教师不应当重视自己学生的身体训练水平。过去为了解学生的体能情况，制订了一些测验手段，在此基础上于一九七三年又颁布了评定学生基本运动素质发展水平的详细文件。

在一九六五年以前，学生的体育课的学业成绩主要根据跑、跳、投和其它练习的成绩来确定。现在则不统计这些成绩了。目前只要求匈牙利中、小学学生正确完成技术动作和掌握它的基本原理。体育课的成绩的评语不记在成绩册和毕业证书上。

在匈牙利全国各地都十分重视教儿童学游泳。目前，全国所有学校都从十岁学生开始教游泳。今后计划从七岁儿童就开始教游泳（从二年级开始）。五年级游泳课的时数为16小时——8次。全国43所学校的体育班级是从七岁开始学习游泳的，学习时间为40—50小时。

匈牙利学校教学大纲逐步得到完善。一九六三年普通学校改革时，制订了新的体育教学大纲。从一九六三年起该大纲又修改了三次。目前大纲的特点是把发展学生的运动素质放到了重要位置上。最近匈牙利计划推行更完善的大纲，并在180所学校里（56所学校在布达佩斯）进行了试验，效果不错。在新大纲草案里，大约教材的70%是基本教材。它包括一般发展练习和专门发展运动素质的练习（20节课），还包括学习最普及的运动项目。剩下的30%的教材又分为两部分：15%是基本教材的补充部分，另外的15%是用来学习规定的运动项目。理论知识拟在实践课中讲授。为了评价学生掌握体育知识的情况，制订了一些专门的考查提纲，上面列有问题。通过该提纲可以了解学生是否正确地理解了所学的知识，学习态度怎样，是否会熟练地运用最简单的人体测量方法和根